

INSTITUTO POLITÉCNICO DE SANTARÉM

Escola Superior de Educação



AJUDA DE MÃE: AÇÕES QUE TRANSFORMAM VIDAS

Dissertação

Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária

Nádia Dally Mateus

Orientação:

Tatiana Ferreira

Dezembro, 2024

Dedico essa tese primeiramente a Deus e a Nossa Senhora, por ter me acolhido, amado e me amparado a cada momento de minha vida. A minha família por fazer essa jornada comigo. A minha mãe e irmãs, por ser meu apoio, mesmo estando longe.

Eu vim de longe para encontrar o meu caminho, tinha um sorriso e sorriso ainda valia, achei difícil a chegada até aqui, mas eu cheguei.... Eu tive ajuda de quem você não acredita, tive a esperança de chegar até aqui.... mas eu cheguei.

(Dom Zanata)

Agradecimentos

Agradeço primeiramente a Deus, sem seu amor eu nada seria, a Nossa Senhora que me cobriu com seu Manto Sagrado e me deu colo nos momentos mais difíceis.

À minha família que aceitou atravessar o oceano e abandonar toda a vida no Brasil para realizar o meu sonho de estudar.

Em especial aos meus filhos, Kauan e Laura, que são a luz da minha vida, minha energia diária, meu combustível, amo além das estrelas.

À minha mãe e irmãs que, mesmo longe, me ajudaram a superar as adversidades encontradas pelo caminho, amo vocês.

À Escola Superior de Educação, do Instituto Politécnico de Santarém, por ter me acolhido desde o dia que cheguei, em especial a todos os funcionários.

Aos Mestres que influenciaram e me fizeram apaixonar pelo curso, em especial à Professora Doutora Perpétua Silva que me enxergou, me acolheu e mostrou o verdadeiro trabalho do educador social.

À minha excepcional orientadora Professora Tatiana Ferreira, por sua motivação, incentivo, paciência, carinho, apoio, por acreditar em mim.

À Associação Ajuda de Mãe de Santarém, por me escutar, amparar e fazer minha jornada mais leve.

A todos os amigos, os de perto, os de longe, cada palavra de apoio foi fundamental nesse processo. Em especial à minha parceira Idamaris, por seu suporte, escuta e incentivo.

Acrónimos/siglas

APPACDM - Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão Deficiente Mental

BPI - Banco Português de Investimento

CNPDPJ - Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens

DGERT- Direção-Geral do Emprego e das Relações de Trabalho

DGS - Direção-Geral da Saúde

DLD - Desemprego de Longa Duração

GAMS - Gabinete da Ajuda de Mãe de Santarém

IEFP - Instituto de emprego e Formação Profissional

IPSS - Instituição Particular de Solidariedade Social

Associação Ajuda de Mãe: ações que transformam vidas

Resumo

O presente trabalho foi realizado no âmbito do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária, da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Santarém.

Tem como tema “Associação Ajuda de Mãe: Ações que transformam vidas” e analisa o papel desta associação como rede de apoio a mulheres grávidas e mães em situação de vulnerabilidade.

A Associação Ajuda de Mãe é uma Associação de Solidariedade Social com estatuto de utilidade pública que desenvolve diversos trabalhos no âmbito social e presta apoio a famílias socialmente desfavorecidas. As mães e seus bebês são acolhidos e acompanhados por uma equipa multidisciplinar e por voluntários. Este acompanhamento vai além do apoio material e económico prestado pela associação, compreendendo também a dimensão laboral e formativa.

A abordagem metodológica da pesquisa é qualitativa, com base no estudo de caso do Gabinete da Ajuda de Mãe de Santarém (GAMS), com a interseção de várias técnicas, desde a análise documental de relatórios da associação à observação participante e realização de entrevistas com as mães que frequentam ou frequentaram GAMS e o projeto de empreendedorismo social ReUse by Ajuda de Mãe, nomeadamente o ateliê de costura. Essas entrevistas são narrativas de vida das mulheres acompanhadas pela associação, relatando as suas experiências e vivências da gravidez e maternidade em situação de vulnerabilidade e o impacto que o apoio institucional prestado pelo GAMS teve nas suas vivências da maternidade.

Palavra-chave: Vulnerabilidade Social, Gravidez, Parentalidade, Suporte Social.

Mother's Help Association: actions that transform lives

Abstract

This work was carried out as part of the Master's programme in Social Education and Community Intervention at the School of Education of the Polytechnic Institute of Santarém.

Its theme is 'Associação Ajuda de Mãe: Ações que transformam vidas' and it analyses the role of this association as a support network for pregnant women and mothers in vulnerable situations.

The Ajuda de Mãe Association is a Social Solidarity Association with public utility status that carries out various social projects and provides support to socially disadvantaged families. Mums and their babies are welcomed and accompanied by a multidisciplinary team and volunteers. This support goes beyond the material and economic support provided by the association and also includes labour and training.

The methodological approach of the research is qualitative, based on the case study of the Gabinete da Ajuda de Mãe de Santarém (GAMS), with the intersection of various techniques, from documentary analysis of the association's reports to participant observation and interviews with mothers who attend or have attended GAMS and the social entrepreneurship project ReUse by Ajuda de Mãe, namely the sewing studio. These interviews are narratives of the lives of the women who are accompanied by the association, recounting their experiences of pregnancy in a situation of vulnerability and the impact that the institutional support provided by GAMS has had on their experiences of motherhood.

Keyword: Social Vulnerability, Pregnancy, Parenting, Social Support.

ÍNDICE

Agradecimentos.....	ii
Acrónimos/siglas.....	iii
Resumo	iv
Introdução.....	1
PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO	4
CAPÍTULO I – PARENTALIDADE	5
1.1. Conceitos básicos	5
1.2. Maternidade e gravidez	7
CAPÍTULO II – VULNERABILIDADE(S)	10
2.1. Vulnerabilidade social: conceito, definição e dimensões	10
2.2. Vulnerabilidade económica.....	16
CAPÍTULO III – MATERNIDADE E VULNERABILIDADE(S).....	18
3.1. Vulnerabilidade(s) na maternidade.....	18
CAPÍTULO IV- REDES DE APOIO INSTITUCIONAL NA GRAVIDEZ.....	23
4.1. Suporte percebido e recebido	25
PARTE II – PESQUISA EMPÍRICA.....	27
CAPÍTULO V - METODOLOGIA.....	28
5.1. Abordagem metodológica.....	28
5.2. Desafios metodológicos e questões éticas vivenciadas no processo de pesquisa	32
CAPÍTULO VI – APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS	35
6.1. Associação Ajuda de Mãe.....	35
6.2. Gabinete da Ajuda de Mãe de Santarém (GAMS)	39

6.2.1. Um Retrato das mães apoiadas.....	42
6.3. Ajuda de mãe: um olhar sobre o GAMS	45
6.4. Narrativas de vida.....	49
6.4.1. Caracterização da amostra	49
6.4.2. Percepções sobre a maternidade	52
6.4.3. Percepções sobre a gravidez	54
6.4.4. Vivências em vulnerabilidade	56
6.3.5. Relação com a instituição.....	57
6.4.6. Redes de apoio informal.....	59
6.4.7. Redes de apoio formal.....	60
6.4.8. Percepções sobre o impacto do apoio recebido.....	66
6.4.9. A relação com os profissionais da instituição	68
6.4.10. Relação atual com a instituição	70
6.4.11. Inquietações e futuro	74
Conclusão	77
Referências bibliográficas	83
ANEXOS	88
Anexo 1 – Grelha do guião de entrevista	89
Anexo 2 - Consentimento informado	95

Introdução

A presente dissertação surge como conclusão do curso de Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Santarém e intitula-se “Ajuda de Mãe: ações que transformam vidas”.

O estudo resulta de uma pesquisa sobre a gravidez e maternidade em situação de vulnerabilidade e a importância do apoio institucional nos percursos de vida das mulheres que se encontram nesta situação.

Entre os muitos desafios do percurso de vida, a maternidade é um período especialmente desafiador. Para Canavarro (2001) as transformações psicológicas, físicas, emocionais, biológicas e sociais são processos de transformações que ocorrem de forma ininterrupta. São esses desafios e transições, juntamente com uma forte motivação pessoal, que levaram à pesquisa das narrativas de vida das grávidas e mães e à procura de compreensão da forma como os apoios sociais e institucionais impactam as suas vidas.

Neste sentido, adotou-se como estratégia metodológica o estudo de caso, considerando o Gabinete da Associação Ajuda de Mãe em Santarém (GAMS), onde são atendidas grávidas e mães que recorrem ao espaço em busca de apoio.

Procurou-se assim identificar os tipos de respostas socioeducativas que o GAMS oferece e conhecer as principais dificuldades, constrangimentos e necessidades que as mães em situação de vulnerabilidade vivenciam.

Como educador social que dialoga, promove a empatia e a participação entre as pessoas, ajudando-as a desenvolver as suas próprias identidades facilitando o convívio entre os demais indivíduos, considerou-se relevante observar o acompanhamento e apoio social ofertados e que serviram como base para a presente pesquisa.

O GAMS é uma resposta descentralizada da instituição Ajuda de Mãe, uma associação de solidariedade social (IPSS), com estatuto de utilidade pública e sem fins lucrativos. Com mais de 30 anos de história, desenvolve diversos

projetos e programas de assistência social. Seu objetivo é oferecer assistência, suporte, apoio e acompanhamento às mães que se encontram em situação de vulnerabilidade social, independentemente de sua nacionalidade, etnia ou religião. O GAMS segue os princípios da Associação Ajuda de Mãe e busca a promoção da autonomia, dignidade e qualidade de vida para as mulheres que frequentam o espaço e suas famílias.

As mães são recebidas, orientadas e estimuladas a buscar novas oportunidades no mercado de trabalho. Elas recebem apoio com fraldas, enxoval completo, brinquedos, calçados e kit de higiene para o bebê e a mãe, além de todas as outras necessidades materiais que ela e o neonato precise até um ano. As mães também são integradas num projeto que promove a integração na vida ativa – ReUse by Ajuda de Mãe, através de um ateliê de costura, onde podem aprender a costura básica e assim desenvolverem uma nova habilidade. Um espaço em que as mães conversam, socializam e compartilham suas dificuldades diárias, o que ajuda a aliviar o estresse devido à cumplicidade e tranquilidade do ambiente.

A troca de informação, experiência e partilhas diárias torna o trabalho em educação social mais efetivo. Segundo Delgado et al. (2014), o trabalho coeso do educador social está para além do assistencialismo e pauta-se no desenvolvimento humano e nas suas capacidades. Assim, durante o percurso desse trabalho buscou-se compreender qual o impacto que o GAMS e o projeto ReUse by Ajuda de Mãe/ateliê de costura tem na vida das grávidas e mães assistidas no gabinete de Santarém.

Sendo um estudo de caso, compilou várias técnicas na recolha de dados, como a análise documental, a observação participante no GAMS e no espaço do ateliê de costura e entrevistas a 8 mães que frequentam, ou frequentaram, o espaço.

Para a realização das entrevistas foram respeitados os procedimentos éticos, que envolveram o consentimento informado, a participação voluntária e o regulamento geral de proteção de dados. A entrevista foi semiestruturada para dar mais liberdade de expressão, permitindo uma conversa fluida e informal. O

estudo de caso foi bem detalhado e envolveu diversas questões, tanto a nível profissional quanto pessoal, o que resultou em momentos de lágrimas, risos, memórias e sentimentos revividos. Face a compreender teoricamente as questões apresentadas, o enquadramento teórico compreende dimensões como a vulnerabilidade social, maternidade e vulnerabilidade, parentalidade, os apoios e suportes sociais.

O presente trabalho encontra-se dividido nas seguintes partes:

Na primeira parte é desenvolvido o enquadramento teórico, onde são abordados os conceitos de vulnerabilidade social e as suas dimensões, parentalidade e a dinâmica entre a maternidade e gravidez e o suporte percebido, recebido e disponível. É ainda abordada a questão de como as mulheres vivenciam a maternidade, bem como as suas percepções em relação aos apoios recebidos.

A segunda é relativa à pesquisa empírica e é constituída por vários capítulos. Um primeiro capítulo relativo à metodologia e aos desafios éticos vivenciados no processo de pesquisa. Num segundo capítulo são apresentados e discutidos os dados recolhidos, resultando numa caracterização detalhada da Associação Ajuda de Mãe e dos trabalhos que desenvolvem, as redes de apoio oferecidas e a sua filial em Santarém, com destaque para a atividade desenvolvida no projeto ReUse by Ajuda de Mãe, nomeadamente no ateliê de costura. São depois apresentados os dados resultantes da observação e da realização das entrevistas.

Esta pesquisa exploratória foi reveladora do trabalho desenvolvido no GAMS e do impacto que o mesmo tem nas mães e nas suas famílias.

PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO

CAPÍTULO I – PARENTALIDADE

Neste capítulo propõe-se abordar os conceitos de parentalidade e as suas múltiplas dimensões. A parentalidade está em constante transformação, sendo impactado pelos progressos nas políticas governamentais, na área das ciências e, principalmente, pelas alterações ocorridas na sociedade ao longo dos tempos.

No segundo tópico faz-se uma reflexão teórica sobre a relação da parentalidade e a vivência da maternidade e gravidez, sobre nomeadamente os aspectos fundamentais na criação dos filhos, evidenciando as mudanças físicas e sociais. A partir desses estudos, é possível perceber que a parentalidade, a gravidez e a maternidade envolvem uma complexa interação entre fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais.

1.1. Conceitos básicos

Cada dia mais se ouve falar do termo parentalidade. Esse termo surgiu por volta da década de 1960 em francês *parentalité* e é usado frequentemente na literatura científica. Segundo Zornig (2010), o termo começou a ser usado por volta dos anos 60 para marcar a dimensão do processo e relação e construção entre pais e filhos. Embora inicialmente utilizado para abordar do relacionamento entre pais e filhos, como teve bastante aceitação o termo é utilizado até hoje. Mas ele não engloba apenas o pai ou a mãe, mas sim quem cuida da criança, já que existem várias configurações de família. Hoje é muito comum ver avós, pai, tios, primos, entre outros, desempenhando papéis de cuidadores e desenvolvendo assim a parentalidade. Para Figueiredo e Lamela (2014) é necessário diferentes características, em diferentes momentos, para que se desenvolva uma parentalidade adequada. No passado a educação era voltada para o público masculino e coube à mulher o papel de cuidar do lar e dos filhos. Barroso e Machado (2010) citam alguns pesquisadores que definem a parentalidade como uma união de atividades premeditados no sentido de garantir o desenvolvimento da criança e sua sobrevivência num local seguro de modo a tornar a criança

gradualmente mais autônoma e socializá-la. Descreve-a como sendo um dos maiores desafios do ser humano devido à sua responsabilidade e difícil tarefa.

Pode-se dizer que Parentalidade aplica-se aos conjuntos de cuidados e responsabilidades que os pais ou cuidadores tem em relação à educação e criação de uma criança. Não está relacionada apenas aos laços sanguíneos, mas sim na transmissão de valores, crenças e relação afetiva estabelecida.

Para Walsh (2016), citado por Pires et al. (2020), a trajetória de desenvolvimento dos filhos, crença e comportamentos, seja direta ou indiretamente, é resultado do papel determinante das figuras parentais. Leusin et al. (2018) também sublinha a importância do clima familiar para a proteção e desenvolvimento infantil.

Ao longo dos tempos tem sido bastante diversificado as formas como os pais exercem suas funções parentais. Cada qual assume uma postura de acordo com suas ideias e crenças. Baumrind (1967), citado por Miguel et al. (2009), ressalta a investigação e as suas dimensões onde foi identificado 3 estilos parentais: autoritário, democrático e permissivo. No estilo autoritário afirma que os pais tentam moldar, definir e avaliar o comportamento das crianças de acordo com seu padrão exigido. Nessa dimensão ocorre uma postura exigente, autoritária, com regras e limites onde os comportamentos inadequados não são tolerados cabendo punição. O estilo parental democrático os pais são exigentes, mais tolerantes, explicando as regras e as consequências do mau comportamento. Eles encorajam a autonomia, estimulam a discussão e partilha do ponto de vista, despertando nos menores o senso de responsabilidade e conduta independente, promovendo uma comunicação ativa e flexível. Miguel et al. (2009) afirma que os pais também exercem controle sobre o comportamento dos filhos, porém mantém uma escuta ativa e ocorre uma troca de comunicação, flexibilidade e respostas às necessidades das crianças. Os pais do estilo permissivo sempre que possível evitam o estabelecimento de regras e limites, permitindo que a criança tome suas próprias decisões e regras, já os pais negligentes não são responsivos, nem exigentes ou tem qualquer controle de responsabilidade responde somente às necessidades básicas das crianças. Miguel et al. (2009)

vem afirmando que esses pais se distanciam da imagem de responsável, evitam exercer controle e não incentiva a obediência.

A abordagem positiva tem sido amplamente divulgada e é baseada em assegurar e satisfazer as necessidades da criança, as punições e castigos e negligências não são tolerados. CNPDPCJ (2023) afirma que a parentalidade positiva é um local seguro onde, conforme as características e a idade, se promove a participação e a autonomia da criança, saúde e o bem-estar social e emocional. CNPDPCJ (2023) também ressalta a importância do exercício da parentalidade e sua capacitação para melhoria das capacidades parentais e garantir assim a participação das crianças.

1.2. Maternidade e gravidez

A paternidade, gestação e maternidade são assuntos de grande destaque na sociedade atual, uma vez que abordam questões ligadas ao crescimento humano, à saúde e ao bem-estar dos pais e filhos. A gestação e a maternidade são fases de transformação na vida da mulher, provocando alterações físicas, emocionais e sociais que impactam a dinâmica familiar e a interação entre pais e filhos.

Várias publicações abordam diferentes aspectos relacionados a essa temática. Campos et al. (2017) desenvolveram um estudo sobre a adaptação à maternidade e a influência da rede de apoio social, sendo este um fator importante na adaptação à maternidade, principalmente para as mulheres que não têm bloqueio de suporte do parceiro e familiares próximos. De Oliveira e Almeida (2019) investigaram a vivência da gravidez na adolescência e a relação com a maternidade. A gestação na adolescência pode ser um desafio, mas também pode ser um momento de descoberta e aprendizado sobre si e sobre a relação com o bebê. Ferreira e Tocantins (2012) realizaram uma revisão da literatura sobre a conciliação entre trabalho e família e estudos. Precisa-se debater a importância de políticas públicas que favoreçam a flexibilização do trabalho e a divisão equitativa das responsabilidades familiares entre homens e mulheres. Moura e Damasceno (2021) proporcionam um estudo sobre a

paternidade ativa, destacando os desafios e possibilidades do envolvimento dos pais nas responsabilidades de cuidar das crianças, sendo este um fator importante na promoção da saúde familiar e na construção de relações mais igualitárias entre homens e mulheres.

A vivência da gestação, maternidade e paternidade é influenciada por alguns fatores entre eles a idade dos pais, a rede de apoio social, a renda e a escolaridade. Rapoport e Piccinini (2011) realizaram um estudo sobre a percepção das mães sobre a parentalidade durante o primeiro ano de vida do bebê. Os resultados indicaram que a parentalidade envolve um processo de aprendizagem constante e que as mães valorizam o suporte da família e dos profissionais de saúde. Cunha et al. (2012) afirma que a constituição da maternidade é associada ao que se espera de uma menina ou mulher devido aos processos transgeracionais e culturais. Essa interação pode influenciar a forma como as pessoas vivenciam essas experiências e as estratégias que utilizam para enfrentar os desafios que surgem ao longo do caminho, para a compreensão desses processos de transição e para a promoção da saúde e bem-estar das famílias. Além disso, é importante destacar que a gravidez na adolescência pode representar um desafio adicional, já que uma adolescente ainda está num processo de desenvolvimento e pode não estar preparada para assumir os papéis e responsabilidades que a maternidade exige. Yazlle (2006) fala sobre o impacto da gravidez na adolescência e os potenciais prejuízos no crescimento pessoal e profissional que a adolescente possa ter. Dias e Teixeira (2010) vem reforçar a ideia de que, dependendo dos contextos sociais de cada indivíduo está inserido, podem existir diferentes modos da adolescente viver essa fase da vida. Por outro lado, a gestação na adolescência também pode representar uma oportunidade de crescimento e amadurecimento. Dias e Teixeira (2010) afirmam também que a gravidez na adolescência não é um fator limitador, pois muitas mães podem valorizar a permanência escolar como oportunidade de dar uma vida melhor ao filho.

A conciliação entre trabalho e família é outro importante desafio enfrentado pelos pais e mães atualmente, principalmente em uma sociedade que valoriza o

trabalho e a produtividade acima de tudo. Segundo Azevedo e Arrais (2006), apesar das mulheres terem aumentado seu desejo da maternidade, a cultura moderna exige na vida da mulher novos atributos e novos papéis. Brazelton (2005) também reforça os questionamentos sobre a vida profissional e como lidar com a gravidez. A paternidade ativa, por sua vez, pode ajudar a enfrentar esse desafio, uma vez que envolve a divisão equitativa das responsabilidades familiares entre homens e mulheres. Por fim, é importante destacar que a parentalidade, a gravidez e a maternidade são experiências únicas e individuais, que envolvem diferentes fatores biopsicossociais e culturais. É necessário, portanto, que os profissionais da área da saúde, educação e assistência social estejam preparados para oferecer suporte adequado às famílias em suas diferentes demandas, conforme sugerido por Rapoport e Piccinini (2011). Nesse sentido, a compreensão dos diferentes aspectos envolvidos na parentalidade, gravidez e maternidade é fundamental para o desenvolvimento de políticas públicas e práticas profissionais que favorecem o bem-estar e a saúde das famílias.

CAPÍTULO II – VULNERABILIDADE(S)

Neste capítulo abordam-se os conceitos, definições e dimensões da vulnerabilidade social e económica. Com o contributo de vários autores, destaca-se a relação da vulnerabilidade com a pobreza, sua fragilidade e risco, ajudando a compreender a complexidade do tema.

No segundo ponto, oferece-se uma visão abrangente sobre o assunto, explorando as práticas existentes e como as políticas públicas podem influenciar e mitigar a condição de vulnerabilidade.

2.1. Vulnerabilidade social: conceito, definição e dimensões

A vulnerabilidade social é um tema bastante complexo e envolve vários cenários e contextos diferentes. Oviedo e Czeresnia (2015) afirmam que vulnerabilidade ganhou presença desde os finais de década de 1970 como categoria política e social. Produzidos pela erosão dos sistemas de proteção social, as crises contemporâneas do mundo do trabalho, a mobilidade, os desafios individuais e as trajetórias laborais, constituem traços firmes das sociedades atuais.

A vulnerabilidade social refere-se à situação na qual indivíduos ou famílias enfrentam condições de vida precárias, tais como habitação inadequada, falta de serviços de saneamento básico, escassez ou ausência de meios de subsistência e a ausência de um apoio familiar bem definido. Do Carmo et al. (2015) fala que as condições de habitação não são um resultado apenas de ordem física, são também indicadores de vulnerabilidade social e afeta principalmente os grupos sociais menos favorecidos. Compreende-se que uma ideia de precariedade de condições de vida está vinculada a ser ou não vulnerável (Scott et al., 2018).

Devido à sua insegurança económica, o indivíduo não consegue exercer plenamente os seus direitos e deveres, o que o coloca numa situação de risco social. Carmo e Guizardi (2018) afirma que o delicado ou nulo acesso aos serviços e recursos para a manutenção da vida de qualidade é caracterizado pela

ocorrência de incertezas e insegurança e a duvidosa garantia dos direitos sociais permitindo a associação de vulnerabilidade e precariedade.

Pessoas vistas como vulneráveis socialmente frequentemente perdem sua visibilidade na sociedade e precisam de ajuda de fora para continuar vivendo. Isso os coloca em uma posição onde o acesso às necessidades básicas não é garantido pelas vias tradicionais de recursos e oportunidades. de Moraes et al. (2012) evidência a vulnerabilidade social como a falta de acesso à estrutura de oportunidade sociais, econômicas e culturais provindos do Estado, mercado e da sociedade e o resultado negativo da disponibilidade de recursos materiais dos indivíduos.

Evidencia-se que, a crise global, o desemprego, a doença, a migração, entre outros fatores na vida, levam as pessoas a estarem numa situação de exclusão social, de falta de oportunidade e representatividade na sociedade e dependem assim de ajuda de terceiros para se manter e beneficiar de bem-estar social. Essas pessoas encontram-se em “vulnerabilidade social”. Do Carmo et al. (2015) destaca que a precariedade laboral, aumento de desemprego familiar e redução dos rendimentos disponíveis tem atingido cada vez mais famílias. Essas dificuldades econômicas aumentam o nível de carência, atingindo cada vez mais a autonomia financeira familiar. Segundo Monteiro (2012) é importante avaliar o alcance das políticas sociais para se compreender a vulnerabilidade social.

O conceito de Vulnerabilidade pode parecer um pouco abstrato, porém uma grande parte da população vive nessa situação, o que torna bem real. Qual o impacto tem a pessoa que leva o título de vulnerável? Como essa pessoa se sente?

Entre vários conceitos pode se dizer que vulnerabilidade social é quando pessoas ou famílias estão num processo de exclusão social e vivem nas margens da sociedade principalmente nos fatores socioeconômicos. Pedersen e Silva (2013), citado por Scott et al. (2018), afirma que o conceito de vulnerabilidade social atualmente afeta um cada vez maior número de indivíduos em situação de desvantagem em relação aos outros grupos da sociedade. Scott et al. (2018) sublinha a ideia de relação entre a condição de vida dos indivíduos e a sua

condição de precariedade associada, com falta de acesso e de oportunidade para se desenvolverem como cidadãos. Rezende et al. (2022) afirma que a vulnerabilidade social está relacionada com a falta de recursos materiais mínimos para a sobrevivência dos indivíduos, como, por exemplo, a falta de acesso à saúde e educação de qualidade, habitação, trabalho e até atividades de lazer.

A vulnerabilidade assume várias formas, porque depende dos diferentes fatores que a influenciam, sejam desastres naturais, como um furacão ou terremoto, um acidente, situação de doença ou uma situação de dificuldades econômicas que deixe as pessoas sem capacidade de resposta, as deixando imobilizadas diante da situação. Rezende et al. (2022) entende como um cenário criado pela exclusão social, pela desigualdade e pobreza. Vulnerabilidade não é sinônimo de pobreza, mas sim da condição que a pessoa se encontra no momento. Monteiro (2012) afirma ainda que o termo é constituído por diferentes dimensões, como a dimensão econômica, jurídica, educação e saúde. Ao ser constituído por distintas concepções, o campo conceitual da vulnerabilidade é complexo.

A pobreza e a vulnerabilidade estão ligadas, mas não quer dizer que sejam a mesma coisa, estar vulnerável é bem mais amplo, é estar indefeso, exposto a riscos, a exclusão social e precariedade, enquanto a pobreza é geralmente definida em termos econômicos. Scott et al. (2018) ressalta que o termo pobreza faz parte de um acontecimento econômico onde se integra uma relação entre trabalho e capital. A exclusão social entende-se como partes de relações sociais, onde é expresso na desqualificação social, desintegração de sua identidade, desumanização do outro e debilitação do trabalho. Oviedo e Czeresnia (2015) salientam que a abordagem mais distinta da vulnerabilidade busca esclarecer como as dinâmicas sociais e culturais mais globalizantes e os aspectos individuais aumentam a probabilidade que certos perigos e ameaças se materializem. Ser pobre seria um facilitador da vulnerabilidade. O fato de estar numa situação de pobreza, ter menos recursos e ter várias privações deixa a pessoa mais vulnerável, mas ele poder ser pobre e não estar vulnerável sempre, assim como a pessoa ser rica e ter momentos de vulnerabilidade. Lopes (2008)

fomenta que a pobreza é um fragmento histórico e estrutural de refutação entre os interesses de classes configuradas nas questões sociais derivadas de capital versus trabalho. Contudo, os pobres estão mais suscetíveis a se encontrarem numa situação de vulnerabilidade, devido às características e condições precárias de saneamento, moradia, ausência de um ambiente familiar, educação e saúde insuficiente e meio de subsistência inexistente.

Figueiredo e Noronha (2008), citado por Scott et al. (2018), acrescentam que a pessoa que é vulnerável carrega nesse sentido a ideia de mais fraco, é alvo de políticas públicas específicas de auxílio e de busca de garantia de direitos, é aquele que está em desvantagem em relação os critérios de distribuição de fatores como educação, saúde, renda, serviços e qualidade de vida. Segundo Gomes e Pereira (2005), quando parte da população não gera renda suficiente para se autossustentar e garantir qualidade de vida, fica evidenciada que a pobreza não pode ser definida de uma única forma. Quando se está vulnerável a capacidade de o indivíduo tomar decisões e fazer suas escolhas fica reduzida. Como está na dependência de terceiros para ajudar a definir algumas situações, as escolhas ficam limitadas. Muitas vezes não é exatamente o que ele deseja, mas acaba aceitando devido a não ter outra opção. Para Janczura (2012) a abordagem de vulnerabilidade social ocorre por diferentes perspectivas, devido às diversas áreas de conhecimento na qual faz uso.

Assim como a pobreza está ligada à falta de políticas públicas, a vulnerabilidade está ligada às políticas sociais. De Moraes et al. (2012) evidencia que o conceito de grupos de risco tende, portanto, a individualizar e personificar as dificuldades vivenciadas, vinculando-as a problemas comportamentais, enquanto a perspectiva da vulnerabilidade social sugere que são o resultado de processos sociais relacionados as condições de vida e ao apoio social.

Vulnerabilidade social diz respeito às condições de fragilidade de indivíduos ou grupos, seja material ou moral, diante dos riscos produzidos pelo contexto econômico-social. Segundo Scott et al. (2018) o termo vulnerabilidade atribui-se a uma variedade de conceitos, dentre elas, grupos ou indivíduos minorados,

jurídica ou politicamente que necessitam de apoio e proteção na garantia de seus direitos civis.

Para se diminuir a vulnerabilidade social é preciso investimento e um esforço conjunto para serem implementadas políticas públicas que promovam a inclusão e o acesso aos serviços essenciais. É importante considerar a interação entre as diferentes dimensões e a necessidade de políticas públicas que contemplem as múltiplas facetas e dimensões da(s) vulnerabilidade(s) de forma integrada. Montañó (2012) destaca que o acesso aos serviços e bens por parte da população precisa ser garantido mediante políticas públicas e serviços sociais. Yazbek (2010) reforça que os serviços sociais e o acesso aos bens e serviços, com outros meios de sobrevivência complementares, precisam de ser considerados, uma vez que a renda não se configura unicamente como elemento essencial para identificação da pobreza.

Para enfrentar esse desafio, acredita-se que uma das soluções mais efetivas é o investimento na educação e cultura. Gomes e Pereira (2005) afirmam que um adulto com comportamento produtivo e criativo teve como apoio uma educação bem-sucedida. O nível de escolaridade e o acesso à formação de qualidade são fatores essenciais para mitigar a vulnerabilidade social. Yazbek (2010) reforça que é preciso construir mediações, como estruturação de serviços, construção de programas, organização de centro de apoio, trabalho socioeducativo entre outros, por mais que seja um desafio, essas mediações teóricas, técnicas e políticas precisam se concretizarem.

Determinados grupos de indivíduos encontram-se mais expostos aos riscos e, por isso, estão em maior risco de vulnerabilidade por desigualdade socioeconômica. Figueiredo e Noronha (2008) dizem que é preciso entendimento claro sobre este evento complexo e multifacetado, que envolve a exposição de grupos sociais e indivíduos a condições de exclusão social. Rosanvallon (1995), citado por Lopes (2008), ressalta que é preciso superar a ideia que exclusão é a incapacidade de satisfazer as necessidades, mas sim um processo de fracionamento que afeta profundamente os indivíduos que precisam diariamente se ressocializar.

Pode ser definida também como a condição de fragilidade e incapacidade de um indivíduo ou grupo de satisfazer suas necessidades básicas como acesso à saúde, educação, habitação e alimentação devido à sua posição desfavorável no contexto social e econômico. Yazbek (2003), citado por Gomes e Pereira (2005), reforça que, seja de modo permanente ou temporário, pobres são pessoas excluídas em graus diferenciados de riqueza social, que não têm acesso aos bens mínimos e serviços e recursos básicos. Gomes e Pereira (2005) afirma também que a pobreza fica em evidência quando parte da população não é capaz de gerar renda suficiente para ter acesso sustentável aos recursos básicos, como água, saúde, educação, alimentação, moradia, renda e cidadania, garantindo assim uma qualidade de vida digna.

Segundo Monteiro (2012) no campo das políticas sociais esse conceito tem sido bastante difundido. Os serviços básicos e necessários como acesso à saúde, emprego e educação estão conectados diretamente a certos grupos que se encontram em vulnerabilidade social.

Vulnerabilidade social é um conceito com várias dimensões que se refere à condição de indivíduos ou grupos em situação de fragilidade, que os tornam expostos a riscos e a níveis significativos de exclusão social, sendo que os mais vulneráveis são os que se encontram desempregados e fora da vida ativa e do mercado de trabalho (Castro & Abromavay, 2002, citado por Pedersen & Silva, 2013).

Vulnerabilidade social refere-se ao impacto resultante da configuração de estruturas e instituições econômico-sociais sobre comunidades, famílias e pessoas em distintas dimensões da vida social. Do Carmo et al. (2015) ressalta que é multidimensional o caráter das desigualdades. Gomes e Pereira (2005) afirma que a família toda precisa fazer renúncias, pois a desigualdade de rendas impõe sacrifícios. A dificuldade de inserção nas estruturas sociais e econômicas é intensificada por crises econômicas, fragilidade dos sistemas de proteção social, e precariedade/instabilidade laboral, conduzindo os indivíduos a situações de exclusão social.

Por vulnerabilidade social entende-se o “resultado negativo da relação entre disponibilidade dos recursos materiais ou simbólicos dos atores, sejam eles indivíduos ou grupos, e o acesso à estrutura de oportunidades sociais, econômicas e culturais oriundas do Estado, do mercado e da sociedade” (Moraes, et al., 2010, p. 119).

A vulnerabilidade social vai além da dimensão material e da falta de recursos financeiros, por isso, é importante analisar as diferentes dimensões da vida do indivíduo, como a integração no mercado de trabalho e os serviços e apoios a que tem acesso, bem como verificar se é abrangido por formas de proteção social por parte do Estado. Ou seja, mecanismos que podem melhorar a qualidade de vida e o bem-estar dos indivíduos (Pedersen & Silva, 2013).

A falta de algumas oportunidades e recursos permite que alguns grupos populacionais fiquem mais expostos às vulnerabilidades habituais, o que torna a pobreza e a violência, a exploração e marginalização social mais violenta. Yazbek (2010) reforça a importância de o assistente social prosseguir na direção de uma sociabilidade mais justa e mais igualitária, considerando sempre os direitos sociais.

Para confrontar a vulnerabilidade social é necessário analisar esse fenômeno multidimensional e adotar políticas públicas efetivas e programas que envolvam inclusão social. Chioro et al. (2020) afirma que as populações mais vulneráveis necessitam de ações adequadas e inclusivas de políticas públicas. Carmo e Guizardi (2018) ressalta que o estado precisa de ter uma maior aproximação com a realidade e cotidiano das vidas das pessoas, porque é nesse meio que a vulnerabilidade e riscos são constituídos. Uma intervenção integrada e participativa que contemple as expectativas das demandas sociais e permita que a população necessitada tenha acesso os serviços básicos necessários como saúde, educação, habitação, emprego.

2.2. Vulnerabilidade econômica

Vulnerabilidade econômica é uma das dimensões da vulnerabilidade. Pode conduzir à dependência de programas de assistência social e à falta de recursos

financeiros, decorrentes, entre outras coisas, da dificuldade de acesso ao mercado de trabalho. Mota (2011) entende que os resultados de política e a situação social é imposta às pessoas e nem sempre a qualidade de vida dos indivíduos é reflexo de escolhas ou atitudes pessoais. Está associada também a dificuldades de se obter os bens e serviços necessários para a integração no mercado de trabalho, o que coloca os indivíduos numa situação de ainda maior instabilidade financeira.

A vulnerabilidade financeira pode levar os indivíduos a um maior risco de exclusão social, já que a escassez de recursos monetários pode dificultar a satisfação de necessidades essenciais como moradia, educação, saúde e alimentação, impactando principalmente os seus objetivos e aspirações de vida. Yazbek (2010) ressalta a importância de compreender a pobreza na sua multidimensionalidade, não focando só na falta de bens materiais, mas incluindo também a privação de diversos outros direitos. Gomes et al. (2005) sublinha que as crises econômicas aumentam ainda mais o desemprego e o emprego de pouca qualidade, o que aprofunda ainda mais as desigualdades que muitas mulheres e homens já são alvo, em especial aqueles que já vivem em contextos de pobreza estrutural e já experienciam vulnerabilidade social.

A falta de investimentos, desigualdade social, falta de recursos financeiros, instabilidade econômica global, são alguns dos fatores que podem causar a vulnerabilidade econômica.

CAPÍTULO III – MATERNIDADE E VULNERABILIDADE(S)

Esse capítulo faz uma análise da maternidade e gravidez e dos desafios que a mulher enfrenta ao lidar com a gravidez e a maternidade, relacionando-a com sua vida pessoal e profissional, em especial quando a vivência da maternidade acontece em situação de vulnerabilidade.

3.1. Vulnerabilidade(s) na maternidade

O desenvolvimento da maternidade começa bem antes da concepção. Seu processo surge a partir das primeiras interações e identificações da mulher, perpassando a fase lúdica na infância, a adolescência, o desejo de ser mãe e a própria gestação (Piccinini et al., 2008). Cunha et al. (2012) afirma que a inauguração da vivência na maternidade é o momento da concepção, pois é quando de fato o bebê passa a existir.

A gravidez é um momento que implica uma reestruturação na vida da mulher e nos papéis sociais que ela desempenha. Durante esse período, ela tem que passar da condição de ser só filha, para a de também mãe e reviver experiências anteriores, além de ter de reajustar seu relacionamento conjugal, sua situação socioeconômica e suas atividades profissionais (Maldonado, 1997). Todas estas mudanças são mais impactantes nas gestantes primíparas apesar de as múltiparas também as viverem com intensidade (Klaus & Kennel, 1992; Maldonado, 1997, citado por Piccinini et al., 2008, p. 64)

Desde os tempos antigos o papel da mulher na sociedade é vinculado à maternidade e à capacidade de reproduzir. Porém, ao longo dos tempos essa forma de pensar e agir tem mudado, a maneira como as mulheres vivenciam a maternidade e como a sociedade enxerga esse processo de transformação vem se alterando cada dia mais dentro do contexto cultural, social e econômico no qual estão inseridos. Azevedo e Arrais (2006) ressalta que as mulheres têm outras alternativas para se realizarem e não estão mais restritas à maternidade. Elas têm informações, outros interesses, desejos e expectativas.

Em vários estudos a gravidez e o parto foram considerados eventos de vida. A maternidade vai além do momento do parto e a gravidez vai além do momento da concepção. Do ponto de vista psicológico, a gravidez e o parto são apenas eventos com durações variadas e processos dinâmicos de construção e desenvolvimento (Mota, 2011; Canavarro, 2006a, 2006b).

Podemos observar que os conceitos de gravidez e maternidade se encontrem muitas vezes associados, representam realidades distintas que, do ponto de vista físico é possível não serem coincidentes (veja-se o caso das mães adotivas), do ponto de vista psicológico, a possibilidade de divergência nas suas vivências pode facilmente ocorrer (Mendes, 2002). O simples fato de uma mulher estar grávida não garante que ela seja capaz de desempenhar as tarefas maternas (Canavarro, 2006a, 2006b).

Ao longo dos nove meses de gestação a mulher constrói um projeto de maternidade “Sempre que existe um projeto adaptativo de maternidade, a gravidez é uma época que, do ponto de vista psicológico, permite a preparação para ser mãe, através do ensaio cognitivo de papéis e tarefas maternas, ligar-se afetivamente à criança, iniciar o processo de reestruturação de relações para incluir o novo elemento, incorporar a existência do filho na sua identidade e, simultaneamente, aprender a aceitá-lo como pessoa única, com vida própria” (Canavarro, 2006a, p.19). A gravidez, temporalmente, corresponde a um processo de 40 semanas de gestação, mas a maternidade é um projeto a longo prazo, para a vida inteira e ultrapassa a gravidez (Mota, 2011; Canavarro, 2006a, 2006b)

A maternidade pode ser um desafio físico, emocional e financeiro, assim como pode ser uma experiência única e transformadora na vida da mulher. Muitos aspectos emocionais estão envolvidos, desde as transformações que a gestação proporciona com a chegada do filho, até à fase do puerpério, pós-parto e principalmente da relação mãe-bebê (Canavarro, 2006a, 2006b).

Além do aspecto emocional, o psicológico, cultural, social e biológico está interligado, essas transformações são comuns e influenciam a experiência da gestação. Para um bom desenvolvimento humano as relações interpessoais são

importantes neste processo, ainda que, mesmo tendo ao lado a rede de apoio, a mulher pode se sentir imersa numa solidão profunda (Canavarro, 1999). Azevedo e Arrais (2006) falam que a cultura idealiza e dita uma imagem de maternidade que pode levar muitas mulheres a entrarem em conflito de sentimentos contraditórios entre o que é real e o ideal vivido com o nascimento do filho, o que pode ocasionar sofrimento e depressão pós-parto. As alterações biopsicossociais precisam ser acompanhadas de perto por um profissional durante toda a gestação, pois as sensações causadas pela mudança hormonal podem ser negativas ou positivas. Assim como umas mulheres se sentem lindas e gostam de exibir a barriga, evidenciando as mudanças corporais, outras não se sentem bem, atraentes ou ficam infelizes com a transformação ocorrida. Azevedo e Arrais (2006) também sublinham a ideia de que o amor materno é construído gradativamente e ocorrem muitas oscilações e modificações e imperfeições na vivência diária da maternidade.

A maternidade é um trabalho amplamente desvalorizado e invisibilizado. Mas hoje em dia as mulheres têm mais autonomia e liberdade de decidirem quando, e se, desejam ser mães, além de terem mais flexibilidade na conciliação da vida familiar com a profissional. Azevedo e Arrais (2006) destacam que as mulheres de hoje em dia não sabem que desejam ser mães e cuidar de filhos como suas mães fizeram anteriormente. Apesar de terem mais opções e recursos para cuidar dos filhos, percebe-se que algumas mulheres sentem a pressão social e vivenciam um sentimento constante de culpa, por não conseguirem estar sempre presentes no dia a dia dos filhos. Sentem-se silenciadas na partilha das suas dificuldades na maternidade, para não se tornarem alvo de julgamento, pois historicamente é visto como uma obrigação feminina e muitas vezes solitária, com a ideia sustentada de que elas estão a cumprir o seu papel, seu dever enquanto mãe e mulher.

A falta de alguns recursos que são direitos das mulheres, como a licença de maternidade remunerada, percebe-se que são alguns desafios e desigualdades enfrentados por mães em diferentes partes do mundo, além da falta de apoio emocional e social, sofrem também a discriminação no mercado de trabalho.

É fundamental viabilizar reflexões e debates sobre a maternidade para garantir suporte e recursos necessários para que as mulheres desenvolvam uma maternidade de forma plena e saudável.

Colman e Colman (1994), citado por Mota (2011), retrata que a gravidez, ao mesmo tempo que põe o indivíduo em contato com o processo padrão, também implica uma transformação biológica, social e pessoal, ou seja, a gravidez pode ser uma experiência complexa e gratificante devido aos sentimentos e comportamentos e os significados que moram no íntimo da particularidade de cada indivíduo.

Observa-se que devido a essa fase, em que os hormônios estão alterados, muitas mulheres ficam em situação de vulnerabilidade. Segundo Andrade et al. (2017), mesmo sendo importante em sua vida, as mulheres podem tornar-se vulneráveis durante a gravidez e a maternidade, devido às alterações físicas e emocionais.

Durante a gestação é muito comum a mulher desenvolver sentimentos conflitantes devido às intensas mudanças sociais, físicas e mentais que ocorrem nesse período, como vimos nos capítulos anteriores.

Esses sentimentos podem acompanhá-la no pós-parto, levando a mulher a sentir-se exposta e vulnerável. Alguns fatores podem contribuir para esse momento, como a falta do suporte social disponível, fatores econômicos e sua capacidade de lidar com a demanda exigida na maternidade e principalmente a incerteza de cuidados pré-natal adequado. Silva et al. (2014) argumentam que o cuidado pré-natal é essencial para assegurar as condições favoráveis e promover mudanças no ambiente de cuidado, proporcionando qualidade, atenção e cidadania para a gestante.

Nessa perspectiva, a vulnerabilidade social durante a gestação, está conectada às dificuldades de acesso aos serviços básicos de saúde, uma assistência de qualidade e os apoios na qual as gestantes têm diretos, porém muitas não têm acesso e a falta de informações sobre os cuidados gestacionais pode aumentar a probabilidade de complicações na gravidez e parto. Silva et al. (2014) reforça os problemas enfrentados por algumas gestantes, como o longo

tempo de espera e as limitações nos atendimentos. Sarmento (2004) fala das condições de desigualdades, pobreza e fome existentes em determinados grupos.

A vulnerabilidade social na gestação também está ligada às condições precárias que muitas famílias enfrentam. Xavier et al. (2013) falam que as condições de saúde desfavoráveis e o acesso e utilização limitada de serviços de saúde, reflete as situações de vulnerabilidade de mulheres de baixa renda. Segundo De Jesus (2021), as condições históricas de inserção social das mulheres negras, contribuem para uma série de fatores socioeconômicos e sociais, onde em sua grande maioria, tem menos condições de acesso à educação, moradias precárias e falta de acesso aos serviços básicos, possuem alta taxa de mortalidade infantil, evidenciando a vulnerabilidade desse grupo.

No que tange a esse aspecto, é necessária uma efetivação de política pública de qualidade, para direcionar as informações e os acessos aos serviços de saúde para toda a população, visando reduzir as desigualdades e garantir que as mulheres tenham uma gestação plena e saudável.

CAPÍTULO IV- REDES DE APOIO INSTITUCIONAL NA GRAVIDEZ

A gravidez e a maternidade são um momento de profundas transformações na vida da mulher, seja ela física, emocional ou social. Este capítulo, baseado em alguns contributos teóricos, ressalta a importância da rede de apoio institucional durante a gravidez e o puerpério e as suas diferentes formas de atuação, os desafios encontrados e os impactos desse apoio na vida da mulher e da sua família.

Muitas gestantes enfrentam a falta de apoio social durante a gestação, o que pode ocasionar algumas consequências, tanto para a mãe como para o bebê. Um apoio insuficiente ou inexistente durante a gravidez e após o nascimento do bebê dificulta a adaptação das mudanças que ocorrem nesse período (Silveira e Ferreira, 2010). A não existência de um suporte familiar e social adequado durante a gravidez, capaz de criar e construir laços afetivos e sociais que favorecem a própria adaptação da mulher a esta mudança na sua vida, pode resultar em consequências que nem sempre favorecem em termos de saúde mental (Nela, 2004; citado por Silveira & Ferreira, 2010). Sob esse viés, para algumas mulheres a gravidez e a maternidade podem ser estressantes e exaustivas devido à falta de informação, de suporte financeiro e emocional e por não terem acesso a um serviço de apoio e não terem rede de apoio familiar.

Na gestação é importante as mulheres receberem apoio emocional, já que nesse período ocorrem grandes mudanças e transformações físicas e psicológicas, em virtude disso, a falta de amparo durante a gravidez e os desafios enfrentados podem ocasionar depressão, ansiedade e stress emocional, levando consequências prejudiciais à saúde da mãe e do bebê. Santos e Cardoso (2010) afirmam que, à medida que a mulher atravessa um processo que envolve alterações físicas, familiares, hormonais e emocionais, altera a sua estrutura de vida, sendo esse um de fator de primordial importância, principalmente em relação às grávidas que precisam de atenção especial. Rubertsson et al. (2003), citados por Rolo (2021), considera que o apoio social pode ser visto como o

elemento mais significativo para a experiência da gravidez e da maternidade, já que a rede de suporte e a qualidade dos relacionamentos contribuem para a adaptação nesse período.

Durante a gestação as mulheres passam por diversas transformações físicas e emocionais em todos os âmbitos e muitas vezes precisam de apoio para lidar com essas mudanças. Dessen e Braz (2000) realça que para a adequação dos comportamentos maternos em relação aos filhos, os suportes sociais são um fator importante. Felizmente há várias formas de apoio que as gestantes podem receber para tornar esse período mais tranquilo e confortável.

A gestação, apesar de ser desafiadora e repleta de expectativas, é um momento único e especial na vida de uma mulher. Para Canavarro (2001) a necessidade de reorganização na vida dos pais é tão elevada que pode causar vários conflitos emocionais, apesar de esse ser um momento de grande felicidade. Rapoport e Piccinini (2006) afirmam que o apoio social é fundamental devido ao estresse causado durante as transições e mudanças que ocorrem com a gravidez e a maternidade. Matsukura et al. (2002) reforçam o estudo entre os níveis de estresse entre as mães e o suporte social como efeito protetor. Por isso, é fundamental que as gestantes recebam apoio e cuidados adequados durante esse período, para poderem vivenciá-lo da melhor forma possível.

Uma gestação tranquila e saudável é plenamente possível, pode e deve ser adquirida. Os suportes sociais são fundamentais para o desenvolvimento pleno do bebê durante a gestação e podem ser definidos como suporte pré-natal e pós-natal, muitas vezes providenciado pelos sistemas de saúde (Silva et al., 2014). O apoio pode ainda contemplar o acompanhamento nutricional, psicológico, assistência ao parto, ao puerpério e ao neonato.

A gestante tem direito a várias consultas de pré-natal, exames regulares e todos os recursos médicos para que seu parto aconteça de forma segura. Canavarro (1999) reforça que a parte mais importante considerada pelas pessoas é a relação afetiva. Essa afirmação é confirmada por Rapoport e Piccinini (2006) que firmam que os amigos, a família, os colegas de trabalho, de credo religioso ou político, as relações comunitárias, tanto as íntimas como as ocasionais, podem

ser incluídas como rede de apoio social. Santos e Cardoso (2010) ressaltam a satisfação das necessidades sociais do afeto, pertença, identidade, segurança, aprovação, afiliação além do apoio e suporte social familiar, como fatores importantes para as grávidas.

A família é uma parte importante nesse processo e podem ajudar no preparo do enxoval e montagem do quarto do bebê, com o puerpério, nos afazeres domésticos e na ajuda na deslocação para consulta médica. Dessen e Braz (2000) destacam a importância da orientação, prestação de informações e suporte emocional, ajuda no cuidado dos filhos, execução de tarefas domésticas e fornecimento de apoio material ou financeiros. Esse auxílio é destacado pela participação dos próprios familiares, amigos, parentes, companheiro, vizinhos e profissionais. A rede de apoio se mostra especialmente importante na gestação, período pós-parto, puerpério e no retorno ao trabalho (Rapoport & Piccinini, 2006). Silveira e Ferreira (2010) defendem que a mulher fica mais dependente de ajuda, atenção e concordância dos outros, por isso é imprescindível o suporte social durante a gravidez.

Em suma as gestantes têm acesso a um conjunto de suporte disponíveis, para ajudar a passar por essa fase de forma mais tranquila, favorecendo a segurança emocional e os desafios maternos que surgem nessa fase da vida.

Os suportes maternos podem ser divididos em suporte disponível, percebido e recebido, como veremos a seguir.

4.1. Suporte percebido e recebido

A gravidez é uma fase nova e cheia de descobertas e pode ter um impacto na saúde física e mental da mulher. Desse modo os suportes são fundamentais para uma gestação tranquila. Segundo Dessen e Braz (2000), o apoio social percebido e recebido pelas pessoas é essencial para manter a saúde mental e lidar com situações estressantes como tornar-se pais.

O suporte social percebido, entende-se como a percepção da grávida em relação à existência e disponibilização de apoios sociais, recursos

multiprofissionais, técnicos e recursos financeiros e materiais de apoio durante o período gestacional.

Tais condicionantes possibilitam bem-estar físico, social e emocional na gestação. Serason et al. (1983), citado por Silveira e Ferreira (2010), relacionam o grau de satisfação com o suporte social, ao contentamento face à personalidade de cada pessoa e à percepção de que há pessoas suficientes disponíveis. Rapoport e Piccinini (2006) afirma que o nível de estresse experimentado pela mãe relaciona o impacto de como é percebido o apoio social por ela.

Ao suporte recebido subentende-se todos os apoios sociais percebidos acima, durante o acompanhamento da gravidez. Os cuidados sociais e apoios recebidos são fundamentais para uma gestação mais tranquila, pois sugerem um suporte emocional positivo na saúde física e mental, diminuindo assim os riscos de depressão e estresse, levando a grávida a se sentir mais preparada para receber o bebê. Santos e Cardoso (2010) enfatizam que, quanto maiores os indícios do apoio total, melhor é a qualidade de vida da grávida, uma vez que elas se correlacionam diretamente. “A saúde tem em sua base, o suporte social e a qualidade da relação do indivíduo com seu meio” (Silveira & Ferreira, 2010, p. 21).

Ter uma rede de apoio para ajudar a gestante a viver esse momento, torna-a mais segura física e mentalmente. França (2009) confirma que o período da gravidez é de extrema importância na vida da mulher e do homem, pois eles assumem novos papéis de pais, deixando o de filho para trás para vivenciarem esta incrível experiência, para a qual precisam enfrentar os conflitos interiores. Santos e Cardoso (2010) ressaltam que a gravidez traz grandes transformações físicas e psicológicas na vida da mulher e essa experiência única gera adaptações e mudança familiares, sendo que a compreensão desse processo é essencial, tanto para a grávida, como para a família e para os técnicos de intervenção social que lhe prestam apoio e acompanhamento.

PARTE II – PESQUISA EMPÍRICA

CAPÍTULO V - METODOLOGIA

No presente capítulo será apresentada a estratégia metodológica, explicitando as várias etapas de desenvolvimento da investigação e as opções metodológicas, nomeadamente as diferentes técnicas adotadas. O capítulo inclui ainda uma reflexão sobre os desafios metodológicos e questões éticas vivenciadas no processo de pesquisa.

5.1. Abordagem metodológica

A abordagem metodológica na qual se inscreve esta dissertação é de carácter qualitativo, constituindo-se como um estudo de caso sobre a Associação Ajuda de Mãe de Santarém. O estudo de caso é uma estratégia metodológica de pesquisa que busca o conhecimento aprofundado sobre determinado fenómeno, num determinado contexto. O objetivo não é a de extrapolar os dados recolhidos sobre o apoio institucional prestado junto de mães grávidas e recém-mães em situação de vulnerabilidade, considerando-os como representativos de toda a realidade de determinado fenómeno. O que se pretende com esta investigação é antes conhecer em profundidade as experiências, percursos e quotidianos das mães que receberam apoio socioeducativo de determinada instituição, no seu contexto natural, permitindo captar a sua complexidade. A estratégia metodológica passa assim pela mobilização de diversas técnicas, conjugando a recolha de dados qualitativos e quantitativos (Vilelas, 2020; Pereira et al., 2009).

O estudo de caso se destaca por suas diferentes técnicas e possibilidades de integração, além de abranger diversos campos de conhecimento, objetivando a compreensão e planeamento da intervenção. É uma pesquisa que, além de se destacar por sua profundidade de riqueza na investigação de um caso específico, ela também consegue reunir diversas informações, particularmente úteis quando se deseja compreender as complexidades de um caso em detalhe.

O estudo de caso consiste num método ou técnica de pesquisa, geralmente utilizado nas ciências sociais e da saúde, caracterizado pela necessidade de um processo de busca e investigação, bem como pela análise sistemática de um ou

vários casos. Para ser mais exata, entende-se como o estudo de todas as circunstâncias, situações ou fenômenos únicos que exigem mais informações ou merecem algum tipo de interesse no mundo da pesquisa.

Dependendo do campo de pesquisa em que é realizado, o estudo de caso pode se concentrar numa ampla variedade de assuntos ou questões. No campo da psicologia, isso geralmente está relacionado à investigação de doenças, distúrbios ou transtornos mentais através do estudo de pessoas que sofrem com eles.

Diferentemente de outros tipos de pesquisa empírica, essa metodologia é considerada uma técnica de pesquisa qualitativa, pois o seu desenvolvimento se concentra no estudo exaustivo de um fenômeno e pode ser complementado com a análise de dados estatísticos sobre determinada realidade.

Compreender o contexto em que o caso ocorre é fundamental para entender como os fatores contextuais afetam o caso em questão. É uma abordagem qualitativa, pois concentra os dados descritivos e interpretações muitas vezes utilizando diversas técnicas, como a entrevista, análise documental e observação. O estudo de caso é bem flexível e pode ser adaptado a diferentes áreas de pesquisa. Pode ser tanto exploratório, para investigar os fenômenos pouco estudados, quanto descritivo, para descrever casos típicos e atípicos, contribuindo tanto para o desenvolvimento de teorias como para a solução de problemas.

No caso da presente pesquisa, o processo contemplou um conjunto diversificado de técnicas de coleta de dados.

Numa primeira etapa, foi feito um levantamento de informação sobre o contexto de investigação, a Associação Ajuda de Mãe, através da exploração do website da instituição e dos relatórios disponíveis publicamente. O maior investimento foi feito na análise documental dos relatórios internos do Gabinete da Ajuda de Mãe de Santarém, que permitiu caracterizar a instituição e as respostas sociais que disponibiliza à comunidade e, através dos dados anuais dos relatórios de atividades, traçar um perfil das mães que receberam apoio na instituição. Esta fase foi ainda complementada pela realização de uma entrevista

exploratória à coordenadora do GAMS, que foi realizada ainda numa fase inicial do meu mestrado, quando ainda me encontrava a desenvolver a minha proposta de projeto de dissertação. Ainda que tenha sido feita numa fase inicial, a mesma contribuiu, sem dúvida, para uma melhor compreensão das dinâmicas de funcionamento da instituição.

Numa segunda etapa, compreendeu a coleta de informação através da realização de entrevistas com as mães que frequentam ou frequentaram o GAMS e o projeto ReUse by Ajuda de Mãe, nomeadamente o ateliê de costura.

Estas entrevistas assumiram a forma de narrativas de vida, pela sua profundidade, tendo sido recolhidos relatos sobre as suas vivências da maternidade, como recorreram à associação, as suas representações sobre o apoio formal e informal que receberam e o impacto que esse apoio teve nas suas vivências da maternidade.

As entrevistas decorreram entre os dias 28 de junho a 28 de julho de 2023. Em um mês foram entrevistadas oito mães que frequentavam o GAMS e algumas que já foram assistidas pelo projeto e que, hoje, já se encontram trabalhando e cujos filhos já ultrapassaram a idade permitida, que é de um ano.

Para a realização das entrevistas foi desenvolvido um guião de entrevista semiestruturado, dividido em várias dimensões (anexo 1): caracterização da entrevistada e do agregado familiar, percurso escolar e profissional, situação conjugal, parentalidade, relação com a instituição, percurso migratório (no caso em que se aplicava) e perspectivas de futuro.

Ainda que existisse um guião com um conjunto de dimensões e questões, tratando-se de narrativas de vida, as entrevistas foram conduzidas com alguma flexibilidade porque o objetivo era que as mães tivessem um espaço de partilha das suas experiências e da sua relação com o GAMS e o projeto ReUse by Ajuda de Mãe.

As entrevistas foram gravadas com o consentimento e mediante a assinatura de um termo de confidencialidade e, posteriormente, transcritas e anonimizadas. A transcrição das entrevistas respeitou as formas de discurso das entrevistadas, não tendo sido feitas alterações de texto, pelo que os excertos apresentados e

citados na análise dos dados traduzem, na íntegra, como se expressaram. A anonimização foi garantida, sendo que todos os nomes que constam das legendas dos vários excertos são fictícios, tendo também sido eliminados quaisquer dados de caracterização que possam tornar as mães ou as suas famílias identificáveis. A análise e tratamentos das entrevistas foram feitas com recurso à análise de conteúdo através da organização das entrevistas transcritas em categorias e subcategorias. Este processo de categorização da informação recolhida é importante para selecionar as partes mais relevantes dos discursos e comparar os vários discursos produzidos nas diferentes entrevistas (Guerra, 2006).

A estratégia metodológica contemplou ainda, paralelamente às duas primeiras etapas, a mobilização da técnica da observação. Durante o processo de pesquisa visitei várias vezes o GAMS, onde acompanhei algumas mães que participam no projeto ReUse by Ajuda de Mãe e frequentam o ateliê de costura. Estes momentos de observação participante foram importantes para fazer os primeiros contatos com as mães que frequentam o ateliê de costura, mas sobretudo para conhecer o trabalho desenvolvido pela instituição e o impacto que a mesma teve no percurso de cada uma das mães que recorreram à instituição e com as quais realizamos algumas conversas informais nesse processo de observação. As informações recolhidas nos períodos de observação foram registadas no diário de campo.

Na pesquisa é fundamental descrever densamente qual o lugar de onde eu, enquanto pesquisadora, falo, escuto e explico esses lugares e de qual lugar falam ou agem os sujeitos pesquisados. “O lugar de onde faço a observação interfere naquilo que eu observo e, assim, é importante expor qual o lugar social e político de onde faço observação, para além do lugar físico, explicitando relações de forças, poder, desigualdade e modos de exercício da autoridade” (Kramer, 2003, p. 54).

Desse modo, na minha pesquisa, fiz uso da observação participante ao recolher informações, pois, “[...] não há modo de realizar a observação de contextos de ação que não seja, num certo sentido, sempre participante”

(Sarmiento, 2003, p.160). Estes momentos de observação foram muito enriquecedores, na medida em que, para além de obter informações sobre o objeto e contexto de pesquisa, permitiu conhecer as rotinas do trabalho desenvolvido pelo GAMS nas respostas sociais de atendimento e no projeto ReUse by Ajuda de Mãe, nomeadamente, a forma como organizam o espaço, as relações interpessoais que estabelecem etc. Gostaríamos de destacar algumas considerações apresentadas por Sarmiento (2003) quanto à observação participante. A primeira delas é que a presença de um pesquisador no espaço de pesquisa introduz um cenário de complexificações e a observação pode ser interpretada pelos atores educativos como a avaliação das práticas, fato que afeta as condições colaborativas da investigação. Neste processo, a minha proximidade à instituição e o facto de eu também ter sido uma mãe acompanhada pelo projeto permitiu diminuir este risco, tornando-se antes uma vantagem pelo acesso privilegiado ao contexto de investigação e ao público-alvo, as mães. Em seguida, irei fazer uma reflexão sobre os limites e potencialidades da minha proximidade ao objeto e contexto de pesquisa.

5.2. Desafios metodológicos e questões éticas vivenciadas no processo de pesquisa

O processo de pesquisa do meu mestrado colocou-me vários desafios, não só na dimensão de pesquisadora, como na dimensão pessoal, considerando a minha história de vida e o propósito que me levou a escolher este tema e a o GAMS como objeto da minha dissertação de mestrado.

Enquanto investigadora, como já referi, nos diversos momentos em que frequentei o GAMS e o ateliê de costura do projeto ReUse by Ajuda de Mãe para realizar períodos de observação, realizei conversas informais com todas as mães que frequentavam o espaço com o objetivo de encontrar evidências e saber qual o impacto que o GAMS e o projeto tiveram nas suas vidas. Conversei individualmente com cada uma, apresentei a proposta de trabalho e verifiquei se estavam dispostas a colaborar com a entrevista, que seria anônima e

confidencial. Caso não se sentissem confortáveis com as perguntas, poderiam optar por não responder e caso houvesse alguma fala que não desejassem incluir eu retiraria da transcrição. Todas assinaram o termo de consentimento livre, esclarecido e informado, ficando cada uma com uma cópia assinada por mim e eu com uma cópia assinada por cada entrevistada (anexo 2).

Foi muito interessante fazer o estudo com as mães e conhecer as suas histórias, desejos e sonhos, além de entender como conheceram a instituição e como cada uma vem lutando a cada dia para se estruturar e realizar os seus sonhos. Enfrentei grandes desafios para conseguir a participação de algumas mães nas entrevistas. Muitas vezes deixava marcado e quando estava chegando ao local avisavam que não poderiam me receber, sem previsão de um próximo encontro. Em várias ocasiões faltei ao trabalho e não fui recebida. Algumas mães, por “receio”, responderam apenas o básico ou, em algumas perguntas, não responderam alegando já ter mencionado o assunto anteriormente. Devido à minha insistência em concluir as entrevistas, algumas questões foram respondidas com certa rispidez e desejo de acabar logo, gerando, por vezes, algum desconforto para a entrevistadora. Outras encontraram na entrevista a oportunidade de desabafar e contar as suas histórias.

Houve um caso interessante de uma entrevistada que estava com receio de expor as suas dificuldades. Parei a gravação e conversei com ela, falei que compreendia e contei o meu percurso migratório e todas as barreiras encontradas. Ao perceber que eu também vivenciei situações limitadoras, a entrevista fluiu muito bem e com muita sensibilidade. Afinal, algumas perguntas eram de cunho pessoal e levavam a recordações dolorosas.

Realizar as entrevistas levou as pessoas a reviverem assuntos já adormecidos, relembrar as vulnerabilidades em que se encontravam e, principalmente, refletir sobre tudo que já viveram e o que desejam construir no futuro. Isso resultou em muitos momentos de choro, gargalhas, mal humor, pausas e recomeço.

Durante o processo de pesquisa enfrentei também vários desafios e dilemas éticos, a maioria deles decorrentes da minha proximidade com o objeto de estudo.

A Associação Ajuda de Mãe/Ateliê de costura tem um significado muito especial para mim. Sou imigrante brasileira, tendo chegado a Portugal em fevereiro de 2022 com a minha família, quando a minha filha mais nova tinha apenas 8 meses. Na altura procurei ajuda na Associação Ajuda de Mãe, tendo beneficiado de muitos dos serviços e respostas sociais sobre os quais desenvolvi a minha dissertação de mestrado. Desde o primeiro contato com a instituição, até ao momento que me retirei dos trabalhos artesanais, sempre fui muito bem tratada.

Esta minha proximidade com a associação trouxe também alguns benefícios no meu processo de pesquisa, nomeadamente no acesso facilitado à associação e ao ateliê no período de observação, permitindo-me entrar e sair quantas vezes fossem necessárias. No entanto, trouxe também desafios enquanto pesquisadora, nomeadamente no distanciamento necessário para conseguir enxergar o projeto com outros olhos e garantir que todo o processo de pesquisa não fosse influenciado pela minha experiência pessoal. Este foi um dos principais desafios, fazer o balanço entre as potencialidades e os constrangimentos que a proximidade com o objeto me poderia trazer. Ao longo do desenvolvimento da pesquisa este foi um processo contínuo de vigilância e de reflexão, tentando beneficiar do conhecimento e experiência vivenciada que a proximidade ao objeto me trazia, mas ao mesmo tempo romper com as ideias pré-concebidas sobre o impacto do apoio prestado às mães, não partindo da minha experiência. Este exercício de distanciamento foi particularmente difícil no momento de construção dos instrumentos de recolha de dados, nomeadamente o guião de entrevista, porque, numa fase inicial, delinee as perguntas com base nas etapas do meu percurso, o que levou a várias reformulações do mesmo. O processo de análise dos dados foi também exigente, o que me levou a demorar muito tempo nesta etapa, nomeadamente na construção de grelhas de análise de conteúdo organizadas em categorias rigorosas e precisas.

CAPÍTULO VI – APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

No presente capítulo irei desenvolver a análise e discussão dos dados que recolhi através da análise documental, da observação e das entrevistas.

Numa primeira parte, são apresentados os contextos de investigação a partir da análise do website da Associação Ajuda de Mãe central e da análise documental dos relatórios do Gabinete da Ajuda de Mãe de Santarém (GAMS), caracterizando ambas as associações e identificando as diferentes respostas sociais que oferecem.

Numa segunda parte, é feita uma partilha a partir dos diversos registos de observação e das conversas informais que foram feitas durante os períodos de observação no GAMS e no ateliê de costura do projeto ReUse by Ajuda de Mãe.

Por fim, a partir das narrativas de vida das diferentes mães entrevistadas, são apresentados os seus percursos para a maternidade, bem como uma reflexão sobre o papel que o GAMS teve nesses percursos, o tipo de apoio que receberam e a sua relação com os técnicos de intervenção da instituição.

6.1. Associação Ajuda de Mãe

A Associação Ajuda de Mãe nasceu de uma necessidade da sociedade civil em ajudar mães e bebês em situação de vulnerabilidade social. Fundada em 29 de agosto de 1991, tem como objetivo apoiar cada mãe e cada família para que o nascimento do bebê se torne algo mais fácil com um acompanhamento psicossocial, acolhimento e reintegração no mercado de trabalho. Com uma vasta experiência na área de formação profissional, a instituição possui certificado de formação pela DGERT (Ajuda de Mãe, 2024a).

É uma Associação de Solidariedade social (IPSS) com estatuto de utilidade pública, sem fins lucrativos. Do ponto de vista financeiro a Associação Ajuda de Mãe beneficia também de donativos e da ajuda de parceiros que podem ser financeiros ou bens (roupas para grávidas e bebês em bom estado de conservação, alimentos, papas para bebês, leite, brinquedos). O trabalho

desenvolvido pela Ajuda de Mãe depende também do voluntariado, que garante o funcionamento de grande parte dos serviços oferecidos e é de suma importância para a dinâmica e bom funcionamento, contribuindo para que a grávida tenha um desenvolvimento pleno e saudável e proporcionando melhores condições de vida para si e para a sua família. Os padrinhos são pessoas ou empresas interessadas em coparticipar nas despesas das residências, que adotam uma ou mais mães através da Escola Móvel ou Padrinhos de Residência e ajudam nos cursos com deslocamento, formadoras, alimentação, internet, entre outros.

Com sede em Lisboa, a Associação Ajuda de Mãe possui gabinetes em várias localidades, como Amadora, Queluz, Oeiras, Odivelas e Santarém. Oferecem diversos serviços, como:

SOS Grávidas: atendimento por telefone, anônimo e confidencial, onde as mães e grávidas podem tirar dúvidas sobre gravidez, sexualidade e planeamento familiar e têm apoio para ajudar na ansiedade e expectativas no pré e pós-parto. Se necessário a pessoa é encaminhada para apoio com outros recursos da comunidade. Em 2021 o projeto recebeu mais de 2244 ligações com dúvidas e encaminhamentos (Ajuda de Mãe, 2024b).

Tem como objetivos:

Atendimento Direto: acompanhar a gravidez, promover a educação para a saúde e formação para a parentalidade.

Gabinete de Psicologia: após o primeiro contato com a mãe, caso ela deseje, será encaminhada para o gabinete de psicologia, que tem o objetivo de diminuir os efeitos emocionais decorrentes da gravidez e do pós-parto.

A Associação Ajuda de Mãe dispõe de vários tipos de acolhimentos residencial às famílias (Ajuda de Mãe, 2024c):

Grávidas adultas: com o objetivo de desenvolver a autonomia e a autoestima e o sentido de responsabilidade com a aquisição de competências profissionais e sociais, a residência acolhe temporariamente até 8 grávidas com idades acima dos 20 anos e seus filhos em idade pré-escolar, dando suporte a todas as

necessidades para que ela consiga realizar seus objetivos e projeto de vida e com foco nas competências maternas.

Grávidas adolescentes: localizado em Lisboa e com objetivo de apoiar as grávidas na sua reintegração escolar e profissional, ajudando-as nessa nova fase de ser mãe. O acolhimento assegura um ambiente acolhedor onde aprendem a ser mães e vivenciam esse momento de forma tranquila e saudável, permitindo-lhes organizar o seu projeto de vida e sua reintegração na escola ou no mercado de trabalho. O espaço tem capacidade para até 6 mães e seus bebês e não possui qualquer custo para a adolescente.

Casa João Paulo II: localizada no concelho de Oeiras, resulta de uma parceria com a Câmara Municipal de Oeiras e já foi galardoada com o prémio EDP Solidária em 2005. Tem capacidade para acolher 10 mães adolescentes e seus filhos sem qualquer custo financeiro. Permite que as jovens que desejam e necessitam ser acolhidas possam continuar os seus estudos, para que possam melhorar as suas qualificações escolares com vista à sua autonomia futura.

A Associação Ajuda de Mãe possui também um espaço para formação que tem o objetivo de melhorar e trabalhar as competências maternas, através de cursos, ateliês, workshops e sessões preparatórias para o nascimento. Alguns temas abordados são gravidez e parentalidade, competências sociais e parentais e sexualidade e comportamentos responsáveis. As informações são divulgadas nas páginas das redes sociais e as mães interessadas podem fazer a sua inscrição (Ajuda de Mãe, 2024d).

A Escola de Mães é um projeto dentro da Associação Ajuda de Mãe onde atendem grávidas e mães com idades entre os 12 e os 18 anos em risco de abandonar os estudos ou que já o tenham feito. O objetivo é ajudar e facilitar a educação dessas jovens mães, proporcionando a aquisição de diversas competências e permitindo a continuidade dos estudos. Pretende criar as condições favoráveis para que as mães não abandonem precocemente o percurso escolar, oferecendo apoio escolar, acompanhamento psicossocial, atividades de tempos livres e uma sala de bebês que acolhe os bebês enquanto

as mães estão nas aulas. Este projeto funciona entre setembro e julho no período letivo (Ajuda de Mãe, 2024f).

A Ajuda de Mãe promove ainda alguns projetos de promoção da reintegração das mães no mercado de trabalho. Um deles é o Emprega-te, que oferece formação para futuros empregos e possui um serviço de apoio à procura orientada de emprego, ajuda na elaboração de currículo e orientação para melhor integração no mercado de trabalho. O projeto Ajuda em Casa oferece também serviços para o exterior, com postos permanentes nas funções em lavandaria, limpeza de prédios, limpezas de casas e engomadoria. Finalmente, o projeto Mães à obra possui uma oficina de formação para a prestação de serviços pontuais a entidades externas, como a produção de brindes, o embrulho de presentes em épocas festivas etc. Os produtos confeccionados pelas mães podem ser encomendados e, a maioria deles, são produtos sustentáveis do ReUse by Ajuda de Mãe onde as integrantes dos Mães à Obra transformam matéria-prima com a reutilização de desperdício alimentar e têxtil em produtos de alta qualidade. Os valores arrecadados na venda dos produtos são divididos entre as participantes.

Mais um dos projetos da Associação Ajuda de Mãe é o Vamos Dar de Mamar, em parceria com a Associação SOS amamentação e com o apoio da Direção-Geral de Saúde. O projeto visa tornar o aleitamento materno uma realidade entre todas as mães, apoiando, protegendo e promovendo a sua prática junto das famílias e profissionais para que o maior número de mulheres pratique o aleitamento materno exclusivo nos primeiros meses de vida até os 6 meses de idade (Ajuda de Mãe, 2024g).

A Escola do Arco é um projeto que resulta de uma colaboração com a Câmara Municipal de Oeiras e o Projeto P.A.R.E.S do Ministério do Trabalho e Solidariedade Social. Apresenta três valências: creche com capacidade para 70 crianças e pré-escolar que atende 20 crianças e um centro de formação. Esse projeto visa apoiar e acolher as crianças durante o período em que suas famílias estão no trabalho, aumentando assim a empregabilidade e contribuindo para o

melhor acompanhamento da criança e autonomia das famílias (Ajuda de Mãe, 2024h).

6.2. Gabinete da Ajuda de Mãe de Santarém (GAMS)

Conforme apresentado acima, a Associação Ajuda de Mãe tem sede em Lisboa, mas possui gabinetes em várias localidades, localizando-se um desses gabinetes em Santarém.

Após uma breve apresentação do funcionamento da Associação Ajuda de Mãe, será agora feita uma apresentação das formas de funcionamento e dos serviços oferecidos pelo gabinete de Santarém com base na análise documental dos diversos relatórios internos disponibilizados pela associação, da entrevista exploratória realizada à coordenadora do GAMS, da observação participante que realizei no ateliê da associação e nas diversas conversas informais que mantive durante esses momentos de observação.

O GAMS foi fundado em 2008, por um grupo de voluntários num espaço cedido pela Câmara Municipal de Santarém.

O GAMS é uma resposta social descentralizada seguindo a missão e princípios da Associação Ajuda de Mãe e tem como missão apoiar mulheres grávidas e/ou com bebés e suas famílias. Uma das principais diferenças entre a instituição-sede e a unidade de Santarém é que esta não oferece, nem tem espaço, para acolhimento domiciliar, creche ou outros serviços que existem em Lisboa. O espaço de Santarém é reduzido, sendo que o objetivo é a mudança para um espaço comum onde o gabinete de atendimento e acompanhamento e o ateliê possam ficar integrados num mesmo espaço físico.

Seguindo a missão da Associação Ajuda de Mãe, o gabinete presta apoio e ajuda a mães em situação de vulnerabilidade e desemprego, oferecendo suporte com fraldas, roupas, utensílios infantis, enxoval e todos os equipamentos que o bebê possa precisar até um ano de idade. Todos esses materiais são provenientes de doação. O gabinete oferece igualmente os serviços de atendimento no gabinete, atendimento psicológico, workshops, introdução à

costura básica e acompanhamento desde a gestação até a criança completar um ano de idade.

É ainda oferecida assistência social e jurídica, além de um espaço de atendimento e acompanhamento, aconselhamento e encaminhamento das grávidas e puérperas em situação de vulnerabilidade econômica social.

Os produtos para bebês e todos os itens que as mães precisam são fruto de doação. O pouco dinheiro que entra com a venda dos materiais não supre a demanda do projeto, que faz um esforço enorme para manter as portas abertas e se autossustentar. Alguns voluntários vão ao local ajudar com as arrumações, mas não há uma regularidade em termos de frequência. Alguns estagiários escolhem o espaço para fazer os seus estudos e projetos de conclusão de curso, desenvolvem as suas atividades e ao mesmo tempo ajudando dentro de suas possibilidades, mas a sua participação é temporária.

Em 2019, o GAMS, com o apoio da Câmara Municipal de Santarém, candidatou-se ao prêmio BPI “LA Caixa” Solidário, que se destinava a apoiar financeiramente projetos sociais de instituições privadas, sem fins lucrativos, que promovessem a melhoria da qualidade de vida de pessoas em situação de vulnerabilidade social. Foi proposto a financiamento o projeto ReUse by *Ajuda de Mãe*, um projeto de empreendedorismo de impacto social e ambiental com o objetivo de apoiar mães em situação de vulnerabilidade, de desemprego ou isolamento social e promover a sua capacitação e inclusão na vida ativa. O financiamento do projeto permitiu a criação de um ateliê de costura, a compra de máquinas, o equipamento de um espaço de trabalho na própria instituição e a contratação de uma funcionária.

O objetivo principal do projeto é (re)integrar na vida ativa mães através de um negócio social com a marca ‘ReUse by Ajuda de Mãe’, combatendo o isolamento social.

Com o projeto surgiu assim uma nova resposta social do GAMS com o objetivo de promover a integração na vida ativa das mães em situação de desemprego e de isolamento social e que tem como principal atividade um ateliê de costura

onde as mães trabalham e desenvolvem as suas competências psicossociais em contexto de grupo.

O negócio social com a marca ReUse by Ajuda de Mãe tem um curso de corte e costura básico que é oferecido às mães, para que aprendam a confeccionar produtos do dia a dia, que posteriormente são vendidos. Parte dos valores das vendas são repassados para as mães, promovendo assim a sua autonomia financeira, e outra parte é direcionada à sustentabilidade do projeto. O ateliê recebe muitas encomendas durante os períodos festivos e as mães que frequentam ajudam a confeccionar, anotando no quadro a quantidade que cada uma produziu para controle. Em 2020 foram vendidos 1087 produtos, num total de 4408 euros (GAMS, 2021). O ano de 2021 ficou marcado pelo aumento de parcerias na venda/revenda dos produtos, nomeadamente no aumento das encomendas personalizadas dos produtos e pela criação da loja online, tendo sido vendidos 3941 produtos, num total de 9298 euros, ou seja, um crescimento de 95% face ao ano anterior.

A venda dos produtos é feita diretamente ao público no ateliê, online e em parceria com empresas, sendo que parte do valor de vendas é distribuída entre as mães consoante o trabalho realizado e de acordo com os critérios de sustentabilidade do projeto.

O projeto teve início em outubro de 2019 e estava previsto terminar em setembro de 2022, contudo, devido à pandemia, o financiamento foi prolongado até ao final de janeiro de 2021. No decorrer do tempo, o dinheiro do prêmio acabou, mas o projeto teve continuidade, mantendo uma funcionária fixa no ateliê que ensina corte e costura básica e presta atendimento às mães que frequentam o ateliê.

O projeto tem beneficiado das diferentes doações, contando com a ajuda de parceiros na doação dos materiais utilizados na costura e na confecção dos produtos que são vendidos no espaço. Os materiais de costura, como tecidos, linhas, botões, fitas, entre outros, são doados por parceiros, contribuindo para o combate ao desperdício têxtil através da transformação em produtos reutilizáveis. O negócio social, a partir dos produtos de cariz ecológico criados no Ateliê de

Costura, com base no desperdício têxtil, permitiu, nos últimos 5 anos de projeto, a reaproveitamentos de mais de 500 kg de tecidos, alcançando assim o seu objetivo de impacto ambiental.

Em termos de impacto social, nos últimos 5 anos foram apoiadas 87 mães no ateliê de costura (GAMS, 2020, 2021, 2022, 2023).

6.2.1. Um Retrato das mães apoiadas

A partir dos dados presentes nos relatórios de atividades e de avaliação interna do plano de atividades do Gabinete de Santarém, entre 2019 e 2022, foi possível traçar um retrato das mães apoiadas nesse período (GAMS, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024).

Em 2019 foram acompanhadas 80 mães/famílias e registados 429 atendimentos no gabinete, com uma média de 35,75 atendimentos por mês. A maioria das mães apoiadas são portuguesas, no entanto, face aos movimentos de imigração, no período em análise têm surgido cada vez mais mães oriundas de outros países. Por exemplo, em 2019 recorreram ao gabinete 17 mães em situação ilegal em Portugal e uma mãe com estatuto de refugiada. O GAMS presta apoio a estas mães, não só no processo de integração, seu e das suas famílias, como no processo de legalização.

O número crescente de mães estrangeiras criou a necessidade de formação da equipa técnica no domínio da imigração e do processo de legalização, tendo a associação procurado parcerias com outras entidades, entre as quais a EAPN-EAPN - Rede Europeia Anti-Pobreza (núcleo de Santarém) (GAMS, 2020).

A maioria das mães acompanhadas estavam grávidas (53,7%), as restantes eram puerperas (15%) ou estavam em situação de pós-puerpério, com bebês até os 2 anos de idade (30,3%). As mães que receberam apoio psicossocial possuem, na sua maioria, níveis de escolaridade baixos (apenas 18 mães já tinham terminado o 12º ano) e encontravam-se desempregadas e em situação de carência socioeconômica. Por ter tido início no final de 2019, os relatórios da instituição não possuem dados sobre as mães acompanhadas no projeto nesse ano.

Em 2020, em contexto de pandemia, registou-se um aumento das mães/famílias apoiadas e dos atendimentos realizados. Segundo os dados do Projeto, o GAMS acompanhou 104 mães, com uma média de 40 famílias em acompanhamento por mês, e realizou 542 atendimentos, dos quais 223 foram atendimentos realizados à distância devido aos novos procedimentos adotados devido à pandemia (GAMS, 2021).

Efetivamente, foi um ano atípico, com alterações aos procedimentos e metodologias de intervenção e obrigação de cumprimento das normas da Direção-Geral de Saúde (DGS), tendo o GAMS desenvolvido estratégias para que o impacto no acompanhamento das mães fosse o menor possível. Apesar da suspensão provisória do atendimento direto no gabinete, manteve-se a entrega de bens essenciais, com a distribuição de 179 cabazes alimentares (alimentação infantil). Até ao mês de março (início do 1º confinamento) realizaram-se 29 visitas domiciliárias. À data do 1º atendimento, 62% das mães estavam grávidas e 38% já traziam os seus bebés. O maior impacto da pandemia notou-se na queda grande de doações de bens e donativos recebidos (GAMS, 2021).

Em relação à caracterização das mães, de acordo com o relatório de 2020, a idade média das mães à data do 1º atendimento é de 27,4, mas é de salientar que foram também apoiadas 13 mães mais jovens com idades compreendidas entre os 16 e os 19 anos. No que diz respeito às habilitações, a maioria das mães acompanhadas tem entre o 3º ciclo completo (31%) e o ensino secundário (23%), mas registou-se um aumento das mães com ensino superior (14%), comparativamente ao ano anterior, resultado das mudanças do perfil das mulheres imigrantes atendidas que, face ao ano anterior, possuam mais escolaridade, nomeadamente as de origem indiana. No ano de 2020 assistiu-se a uma mudança no perfil das mães/famílias apoiadas, com o número de mães estrangeiras a ultrapassar, pela 1ª vez, o número de mães de origem portuguesa - 53% de mães de nacionalidade estrangeira (39% em 2019) e 47% de mães de nacionalidade portuguesa (47%). Os países de origem das mães estrangeiras foram Brasil (13%), Angola (11%), Índia (17%) e outros países como Moçambique, Nepal, Roménia, Guiné, Bangladesh e Síria (12%) (GAMS, 2021).

No que concerne à tipologia familiar, são, na sua maioria famílias nucleares (54%), não havendo grande expressão no que diz respeito à família monoparental feminina (17%-18 mães). Dos dados analisados no que diz respeito à condição perante o trabalho destaca-se um problema muito acentuado e considerado crítico – o do desemprego (73%). Efetivamente, no universo de 104 mães apoiadas, à data do 1º atendimento apenas 7 estavam empregadas (GAMS, 2021).

No que diz respeito ao projeto *ReUse by Ajuda de Mãe*, em 2020 o ateliê integrou 21 mães, com a capacitação de 18 mulheres, sendo que 3 desistiram. Entre as mães acompanhadas, 7 conseguiram arranjar emprego, 2 integraram processos de formação profissional e 16 mantiveram-se a trabalhar no ateliê. Algumas mães (5), apesar de terem conseguido emprego, quiseram manter-se no ateliê, mantendo-se a tempo parcial, por exemplo, nas suas folgas (GAMS, 2021).

Em 2021, o Gabinete de Santarém, segundo os dados do relatório desse ano, ao nível do serviço de atendimento e de acompanhamento social, apoiou 103 mães/famílias e realizou 567 atendimentos, com uma média de 47 atendimentos por mês. Registou-se um aumento do número de grávidas à data do 1º atendimento, tendo que 68% das mulheres estavam grávidas e 32% eram puérperas e puérperas com filhos com idades até os 2 anos.

A maioria das mães foi encaminhada para o GAMS por outros serviços (41%) ou por ex-utentes (31%) e tinha uma idade média, à data do primeiro atendimento, de 29 anos, sendo que a mãe mais nova tinha 16 anos e a mais velha 42 anos.

No que diz respeito às habilitações académicas, a maioria tinha entre o 3º ciclo do ensino básico completo (29%) e o ensino secundário (25%). À semelhança do ano de 2020, verificou-se a tendência crescente do número de mães com um grau de habilitações mais elevado, sendo significativa a percentagem de mães que frequentam a universidade ou já terminaram o ensino superior (26%). Mais uma vez o aumento da proporção de mulheres no ensino superior deve-se ao

perfil das mães oriundas de outros países, sobretudo de origem angolana e brasileira (GAMS, 2022).

Segundo os dados fornecidos, 53% das mães atendidas em 2021 eram de origem portuguesa, 14% da Índia, 13% Angola, 12% Brasil e 9% de outros países, como Cabo-verde, Guiné-Bissau, Nigéria, Síria, Roménia e Paquistão.

As mães a receberem apoio psicossocial em 2021 encontravam-se, à data do 1º atendimento, em situação de desemprego (69,8%), sendo que o GAMS conseguiu integrar a grande maioria no mercado de trabalho (72%) e a média de idades das mães integradas é de 35 anos (GAMS, 2022).

O projeto ReUse by Ajuda de Mãe integrou 33 mães em 2021 no ateliê de costura ReUse, das quais 10 transitaram do ano anterior. Das mães acompanhadas no projeto, 17 conseguiram integração no mercado de trabalho e 2 em formação profissional. Registaram-se ainda 9 desistências (GAMS, 2022).

Relativamente ao ano de 2022, de acordo com o relatório do projeto ReUse by Ajuda de Mãe, foram acompanhadas 31 mães em situação de desemprego, sendo que 15 eram casos de desemprego de longa duração. A idade média das mães era de 35 anos, sendo, na sua maioria, de nacionalidade estrangeira (26 mães), nomeadamente de nacionalidade angolana (10), brasileira (6) e indiana (5). Apenas 5 mães tinham nacionalidade portuguesa. Seguindo a tendência do perfil de mães acompanhadas pelo GAMS acompanhadas em anos anteriores, o nível de escolaridade das mães tem vindo a aumentar, sendo que das 31 mães em acompanhamento, 12 possuem o ensino secundário e 15 frequentam ou já concluíram o ensino superior. Das mães acompanhadas em 2021, 12 foram integradas no mercado de trabalho, 1 foi integrada em formação profissional e 4 abandonaram o projeto, das quais 2 por razão de mudança de residência (GAMS, 2023).

6.3. Ajuda de mãe: um olhar sobre o GAMS

Durante o período que estive presente no ateliê de costura do GAMS pude observar a demanda de trabalhos criativos que são desenvolvidos pela funcionária e como ocorre o processo de aprendizado das mães que lá atuam.

Com muita paciência, as mãos são inseridas no contexto do trabalho e são formadas no uso da máquina de costura. A princípio, elas treinam a costura com uma folha de papel em linhas retas, até se sentirem confiantes em começar a trabalhar com os tecidos.

Geralmente, nessa fase inicial, o tecido já é entregue cortado e a pessoa vai trabalhando dentro de sua capacidade. As mãos vão confeccionando os trabalhos e anotam no quadro o que realizaram e a quantidade, para que no futuro recebam o dinheiro da venda do artigo, que é dividido com o ateliê. Todos os meses, as mãos têm direito a um cabaz com produtos de limpeza, fraldas e alimentação para as crianças. Os restantes bens, como roupas, calçado e acessórios as mãos solicitam conforme vão precisando.

Durante os vários dias em que visitei o ateliê e fiz observação tive também oportunidade de desenvolver conversas informais com as várias mãos presentes. Estas observações e conversas informais foram de extrema importância para perceber a história de vida de cada pessoa, como é seu relacionamento familiar e como as adversidades da vida fizeram com que todas chegassem no mesmo lugar, num mesmo projeto, buscando os mesmos auxílios.

O impacto social que esse projeto tem sobre as vidas das mãos apoiadas é enorme. Muitas que ali chegam, buscam ajuda por se encontrarem numa situação de vulnerabilidade social e económica, indo à procura de recursos e bens materiais, como enxovais completos, cabazes de itens de higiene para as crianças, alimentos etc. Evidentemente o projeto oferece um alívio financeiro enorme, impactando a vida familiar. As mãos encontram acolhimento, ajuda psicológica, formam amigas. Elas aprendem a usar a tristeza como impulso para lutar e entendem que, quando se tem um sonho, ele precisa ser vivido todos os dias.

Cada qual com seu jeito e suas características, mas não pude deixar de notar que todas tinham em comum o encantamento, a realização, a gratidão, o respeito, e o afeto pela Associação Ajuda de Mãe. O ateliê de costura, mais do que um espaço de trabalho, tornou-se também um espaço de valorização pessoal e de desenvolvimento de relações interpessoais.

Apesar das dificuldades em que muitas se encontravam, a positividade estava sempre presente. A ajuda mútua e esforço para que todas se sentissem acolhidas era enorme, tanto por parte dos funcionários, quanto das mães mais antigas. Esta dinâmica de uma mãe sempre ajudando a outra, faz parte de um dos pilares do projeto ReUse by Ajuda de Mãe que, para além da capacitação para o mercado de trabalho, procura fomentar a partilha de experiências entre as mães, combatendo o isolamento social, fim particularmente relevante quando, como vimos, nos últimos anos o GAMS tem recebido um grande número de mães imigrantes e recém-chegadas.

Durante a pesquisa investigativa, constatamos que o deslocamento de diversas pessoas ocorre por um conjunto de motivos que muitas vezes extrapolam sua vontade e seu planeamento pessoal. Independentemente de como chegaram e quais os motivos que as levaram até ali, todas as mães são igualmente tratadas e respeitadas. O ateliê de costura dentro da Associação Ajuda de Mãe é fundamental para esse processo, pois ali muitas mães encontram apoio psicossocial promovido por técnicos de intervenção social que ajudam as mães a ultrapassarem as suas dificuldades mais imediatas, nomeadamente ao nível da carência de bens essenciais, mas também, numa fase posterior, a desenhar um plano de ação, promovendo a sua capacitação e competências para a sua integração no mercado de trabalho. Cada uma delas é orientada a buscar seus projetos, mesmo que precise adiar, mas nunca desistir de suas metas. Aos poucos, sonhos vão sendo realizados e as mães se tornam suas próprias fontes de inspiração. Com o acompanhamento dos técnicos da GAMS e a ajuda mútua das várias mães que frequentam o ateliê, refazem as metas anteriormente traçadas e lutam a cada dia para que elas sejam efetivamente concluídas. Assim, as mães finalizam o seu ciclo no GAMS/ateliê de costura.

O trabalho desenvolvido na Associação Ajuda de Mãe contribui com o espaço de colaboração onde os indivíduos e grupos trabalham juntos para atingir um objetivo comum. No trabalho colaborativo, o principal pilar é a confiança, ela é fundamental porque cada membro do grupo partilha a liderança e as responsabilidades e todos são protagonistas no processo, destacando suas

competências e habilidades que são reconhecidas e respeitadas. Essa soma de esforços é necessária para alcançar o resultado pretendido. O líder do grupo facilita, monitora e ajuda a superar os obstáculos que possam estar à frente e impedir a equipe de avançar. O grupo precisa estar unido e aberto às novas ideias e às inovações que surgem, pois muitas vezes o trabalho colaborativo leva a soluções mais criativas e eficazes devido à diversidade de perspectivas e habilidades somadas. A comunicação é outro fator fundamental para o sucesso nesse processo. O ambiente se torna de escuta, entendimento e ajuda mútua.

Durante o período que estive em observação, sempre me perguntei se os funcionários que ali trabalhavam tinham noção da importância do trabalho que eles desenvolvem para comunidade, ajudando tantas mães que passam por ali, que são desconhecidas, que vêm e vão. Muitas aceitam participar do ateliê de costura, mas outras que apenas passam, pegam seu cabaz e itens necessários e não retornam mais ou retornam quando precisam novamente. E a resposta é sim, mesmo no meio dos desafios que o projeto enfrenta e das dificuldades diárias, as funcionárias fazem de tudo para manter as portas abertas, buscando parcerias para oferecer o atendimento a todas as mães que passam por ali.

Devido à demanda de procura para atendimento e à quantidade de pessoas de nacionalidades diferentes que integram ao projeto, a necessidade de uma comunicação assertiva se torna essencial. O ambiente de trabalho se torna mais prazeroso e produtivo, uma vez que os funcionários são ouvidos e suas decisões são respeitadas. Todos cooperam para um bem comum e se reconhecem como parte importante da equipe. Assim, independentemente dos obstáculos que surjam, todos trabalham juntos e de forma construtiva para alcançar as metas e objetivos.

Todo esse trabalho se reflete no atendimento às mães que vão em busca de ajuda. Elas se sentem tranquilas e confiantes, desde o primeiro contato, especialmente as que são imigrantes e estão recomeçando a vida em outro país. O sentimento de vazio, de medo e incerteza é grande, mas, ao serem integradas em um lugar acolhedor e seguro, esses sentimentos são substituídos por outros mais positivos, fazendo-as sentir que pertencem a algum lugar.

6.4. Narrativas de vida

As entrevistas decorreram num período de um mês, do dia 28 de junho a 28 de julho de 2023. Foram entrevistadas 8 mães que frequentam ou já frequentaram o GAMS e o ateliê de costura. Os nomes que constam na legenda de cada excerto utilizado na análise dos dados, são fictícios com o fim de procurar eliminar qualquer informação que tornasse as mães, ou a sua família, identificáveis, garantindo-se assim o anonimato e confidencialidade das mães entrevistadas.

6.4.1. Caracterização da amostra

Todas as mães entrevistadas vivem com mais pessoas, nomeadamente o companheiro e outro(s) filho(s) e nenhuma delas vive em casa própria, mas sim em casa alugada ou de familiares.

Todas as mães concluíram o 12º ano e possuem formação em diversas áreas. Metade delas deseja voltar a estudar, concluindo o curso que ficou incompleto ou fazendo um novo. A outra metade deseja se dedicar a outros objetivos. Algumas mães entrevistadas relataram seu desejo de atuar na área que iniciaram o curso ou numa área que sempre sonharam, mas a maioria se encontra desempregada devido à gravidez ou por não ter onde deixar o filho pequeno. Mesmo tendo começado a trabalhar desde jovens, as que estão desempregadas, não recebem subsídio de desemprego, pois na sua maioria são imigrantes e nunca trabalharam em Portugal ou trabalharam a tempo parcial ou num período inferior a um ano, pelo que não têm tempo suficiente de descontos para ter direito a esse subsídio social.

Todas as mães vivem em conjugalidade, vivendo com os seus parceiros, mas no momento apenas eles trabalham. A única ajuda que recebem, em alguns casos, é a prestação social do abono de família para crianças e jovens.

A imigração faz parte da realidade da grande maioria das mães entrevistadas, sendo que apenas uma é portuguesa, o que confirma os dados apresentados anteriormente sobre o perfil das mães que recebem apoio no GAMS, que, nos últimos anos passou a ser composto sobretudo por mães estrangeiras. Os motivos que as levaram a deixar seus países de origem são bastante semelhantes: busca por melhor qualidade de vida para os filhos, melhorar a situação familiar e segurança.

[...] Os filhos, a segurança, mais foi a segurança, a qualidade de vida e o estudo. (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

[...] o que nos motivou a vir aqui a Portugal, é que aqui é um país que tem muita segurança. (Ana, 1 filha, Venezuela).

[...] Vim conhecer Portugal. E dar um futuro melhor para os meus filhos. (Carolina, 2 filhos, Brasil).

Outras vieram acompanhar o esposo, que a princípio tinha outros objetivos. No entanto, cada uma, com seu propósito, optou por fazer de Portugal seu novo lar.

[...] meu esposo ficou doente e ele andámos em clínicas hospitalares e não ninguém não conseguia andar lá no diagnóstico, ele tinha dores horríveis na cabeça, então eu sugeria, eu falei pra ele é melhor você ir para fora. (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] tenho meu líder, que é nosso Bispo que é superior a nós ... ele acabou optando por nos enviar né, nós somos os primeiros filhos né a abrir um coiso a igreja... então foi assim que veio parar cá, para poder abrir uma igreja e enunciar os cultos com membros que já cá estavam, precisando mesmo de uma igreja presencial. (Amara, 3 filhos, está grávida, Moçambique).

Em Portugal, segundo elas, depararam-se com uma realidade à qual não estavam acostumadas. Enquanto algumas sentem falta dos bens e da vida confortável deixada para trás, outras estavam encantadas com as novas aquisições, já que no seu país de origem tinham uma condição econômica pior.

Como a maioria está acompanhada do esposo, não tiveram dificuldade de viajar com as crianças e não estão arrependidas de ter imigrado, mesmo nos casos das mães que deixaram alguns filhos para trás e trouxeram outros. Relataram sentir saudades e muita dor por deixarem os filhos sob cuidado com terceiros em seus países de origem, mas têm muita esperança em um dia poder reunir a família novamente.

[...] Eu não consigo me dedicar 100% aqui, porque tenho metade do meu por cento lá. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] no princípio assim, é doloroso, sente assim meio culpada por deixar crianças, sou uma mãe responsável. (Amara, 3 filhos, está grávida, Moçambique).

[...] Nesse momento ainda não estamos a viver todos juntos, mas provavelmente todos estaremos juntos. (Luena, 4 filhos, Angola).

Todas as mães entrevistadas possuem de 1 a 4 filhos, com idades entre zero e 20 anos, e algumas estão grávidas. Em sua maioria, os filhos menores nasceram em Portugal e outra parte em seus países de origem, sendo quase todos do mesmo pai. As mães que relataram que possuem filhos de pais diferentes não recebem apoio dos mesmos. Grande parte das crianças está em idade escolar e, quem não conseguiu vaga no infantário, fica com a ama ou com a mãe em casa. Como grande parte das mães não possui rede de apoio, isso dificulta a procura de emprego.

[...] Mantenho contato com os outros pais, mas não ajudam financeiramente. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] Nesse momento, como eu não estou a trabalhar, eles ficam mesmo comigo. (Luena, 4 filhos, Angola).

[...] por enquanto fica numa ama. (Amara, 3 filhos, está grávida, Moçambique).

6.4.2. Percepções sobre a maternidade

A maternidade é uma fase da vida que traz vários desafios e tem impacto nas trajetórias de vida das mães, ao mesmo tempo que é acompanhada de uma intensidade emocional. São sensações diferentes, sentimentos intensos, sendo que, na maioria dos casos das mães entrevistadas, a gravidez foi planejada e desejada.

[...] Sim, minha gravidez foi planificada, foi muito desejada, foi muito pedida por Deus. Minha filha é uma bênção, ela foi muito planificada. (Ana, 1 filha, Venezuela).

[...] E eu passei por muito processo de fertilidade, porque eu não podia ficar grávida. Eu tive mais ou menos, quase dois anos, buscando minha gravidez, buscando uma filha, um filho.... E quando eu soube que estava grávida, foi a emoção mais grande do mundo. Foi o regalo mais lindo, eu chorava, meu marido chorou. (Ana, 1 filha, Venezuela).

Estar numa situação de gravidez já é bastante assustador, pois envolve sentimentos diferentes e muitas dúvidas e questionamentos diversos. Quando essa gestação não é planejada e ainda ocorre num país diferente, recomeçando a vida, cheia de sonhos, metas e anseios, com uma criança menor e sem rede de apoio, é bem mais complexo do que se possa imaginar. Por isso, percebeu-se que muitas mães ficam em desespero, pois se veem sem amparo. As incertezas e insegurança da vida revela vestígios do desequilíbrio de seus sentimentos.

[...] eu não queria ter mais filhos, os 3 sobrando para nós, pra mim e para meu esposo já era mais que suficiente, então eu estava, estava a prevenir, então, mas de repente veio a surpresa que estou ...estou grávida. (Amara, 3 filhos, está grávida, Moçambique).

[...] Olha eu pensei sim.... passei muito mal quando descobri que estava grávida, eu entrei num lugar escuro nunca mais volto lá. Fiquei isolada sozinha, não queria ninguém chorava e foi muito, muito difícil (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] Em pânico. Assustada (pausa) perdida né. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] por algumas semanas eu me senti mal, (muito baralho ao fundo) porque era algo que quando não planeja alguma coisa (entrevistadora interage, sim, claro) que não espera, de repente é um bum, (entrevistadora, sim) Jesus, veio mais um neném, e como se não bastasse é, num, num país diferente, num continente diferente (sim), então estás sozinha sem apoio, da família... (Amara, 3 filhos, está grávida, Moçambique).

[...] Tristeza, eu fiquei muito triste entrei numa tristeza profunda, eu fiquei triste decepcionada, eu fiquei revoltada comigo mesmo, como eu permitir que isso acontecesse, porque eu já não queria mais, já tinha uma filha não mais ter filhos. (Kieza, está grávida, Angola).

O GAMS desempenha um papel importante no acompanhamento das mães a este nível, através do seu serviço de atendimento de psicologia, que dispõe de uma psicóloga, ainda que a mesma colabore com o GAMS na modalidade de voluntária. Ainda que a maioria das mães evidencie sentimentos de ansiedade e careçam de apoio psicológico, existe alguma resistência em iniciar o acompanhamento e ir à primeira consulta (GAMS, 2021). Como vimos, acresce o facto de a maioria das mães entrevistadas ter um percurso migratório e não possuírem uma rede de apoio familiar em Portugal e se encontram desempregadas e em condição vulnerável, pelo que o apoio e acompanhamento prestado pelo GAMS é essencial para que consigam uma integração na vida ativa. O GAMS promove assim a sua autonomia e valorização pessoal.

[...] a Dra que de uma forma muito sabia, eu diria ela ajudou a... a ver que não era, não era do jeito que eu estava a ver, que eu estava a ver tudo escuro, tá vendo que tipo aquilo era um empecilho pra eu crescer era, para o algo que veio para me atrapalhar, mas ela conseguiu mostrar que não, não é não veio atrapalhar a tua vida, que é uma benção e então e tu podes seguir com os planos isso não faz como que você tenha que recuar, não eu só vais ter que dar um tempo, ter o teu filho e continuar ,que aqui as coisas não param por ali não me ajudou a sair mesmo daquele, naquele momento difícil que eu estava. (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] de ajuda, ela falou que sim só que na minha recepção ali mesmo ela tentou me acalmar, ali mesmo que ela percebeu alguma coisa né, ali mesmo que ela tentou me acalmar, ela já falou calma, me agendo com a psicóloga. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

A maternidade é uma jornada transformadora de aprendizados e desafios. Muitas vezes os pensamentos ficam limitados, pois as mães acham que não podem dar tudo que o filho precisa e enfrentam sentimentos de frustração e sentem que não desempenham bem as suas competências parentais. Aqui o GAMS também desempenha um papel fundamental porque, para além do apoio psicológico que disponibiliza às mães, presta informação na área da gravidez, dos cuidados ao bebé, do planeamento familiar, dos direitos da parentalidade, através de formações e de um acompanhamento individual e personalizado (GAMS, 2020, 2021, 2022). Este acompanhamento mobiliza os recursos existentes na instituição, bem como os disponíveis na rede social local, numa lógica de intervenção interinstitucional, e visam promover a melhoria de qualidade de vida das mães, seus filhos e famílias, seja durante a gravidez, seja após o nascimento do bebê. O processo de acompanhamento de cada mãe e sua família, que vai desde o diagnóstico ao desenho do plano de intervenção, resulta do trabalho desenvolvido por uma equipa multidisciplinar e visa criar condições para que as mães possam ultrapassar as barreiras decorrentes da sua condição de vulnerabilidade, promovendo a sua capacitação a nível social, pessoal e económica.

6.4.3. Percepções sobre a gravidez

Um dos momentos mais marcantes relatados por algumas mães durante a entrevista foi a sua dificuldade em lidar com a nova gravidez, independentemente de as mesmas terem ou não sido planeadas.

[...] Eu me senti muito feliz, porque era algo que eu já queria. (Carolina, 2 filhos, Brasil).

No caso das gravidezes que não foram planejadas, segundo relato de algumas mães, as transportou para um abismo profundo de tristeza e revolta, levando-as a equacionar interromper a gravidez. Esse novo desafio provocou sentimentos como medo, ansiedade, depressão e insegurança diante da situação atual.

[...] Olha eu pensei sim, mais por causa de eu ser cristã não podia ir a frente não quis mesmo passei muito mal quando descobri que estava grávida. (Kieza, 1 filha e está grávida, Angola).

[...] Tristeza, eu fiquei muito triste entrei numa tristeza profunda, eu fiquei triste decepcionada eu fiquei revoltada comigo mesmo... porque meu marido também disse que não queria, que eu engravidasse a culpa é sempre nossa, então foi um momento de muita tristeza. (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] Acho que foi a depressão, que eu tive depressão né. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

Ao procurar o GAMS, para conseguir lidar com essa nova fase, as mães em questão foram ouvidas, orientadas, apresentadas ao ateliê de costura e, quem desejou, foi encaminhada à psicóloga.

[...] Também foi através da psicóloga né que continuei o tratamento com psicóloga. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] fui para ajuda psicóloga, porque eu cheguei num ponto assim que (pausa) de você querer tirar a própria vida (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] me ajudou a sair mesmo daquele, naquele momento difícil que eu estava. (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

Sem a rede de apoio familiar, ao integrar a Associação Ajuda de Mãe, conseguiram lidar com a gravidez e receberam apoio com todos os itens necessários e enxoval completo para si e para o bebê. O acompanhamento com a equipe multidisciplinar ocorreu desde o momento da entrevista até a criança completar um ano de idade ou a mãe começar a trabalhar. Algumas mães, já com os filhos maiores, que desejaram, continuaram a participar do ateliê de costura, ajudando na confecção dos itens e, assim, também recebem uma participação nos lucros com as vendas dos produtos.

[...] apareceu foi a Ajuda de Mãe, foi aqui que eu aprendi as minhas bases de costura foi aqui, foi aqui que formam adquiridas... (Inês, 1 filho, Portugal).

[...] Na Ajuda de Mãe, pronto, desde que eu tinha sete meses de grávida até que minha filha cumpriu um ano. (Ana, 1 filha, Venezuela).

[...] psicológico, ajuda... financeira não, né? Financeira eu poupando, né? Ajudam também poupando, transportes, as roupas, os produtos de higiene, quase tudo. (Luena, 4 filhos, Angola).

6.4.4. Vivências em vulnerabilidade

Quando as pessoas deixam de desfrutar dos direitos e deveres que os outros indivíduos possuem, então dizemos que essa pessoa se encontra num estado de vulnerabilidade social. Vulnerabilidade social não é sinónimo de pobreza, mas sim da condição e fragilidade socioeconómica que o indivíduo se encontra em determinado momento da vida. Quando uma pessoa passa pela imigração, tem mais probabilidade de se ver nesse quadro, uma vez que recomeçar a vida em outro país é muito desafiador.

[...] só estava meu marido trabalhando, eu não podia trabalhar ainda porque ainda não tinha todos os documentos, não conhecia ninguém, (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

Um dos maiores desafios de quem se vê na situação de vulnerabilidade social é a dependência da ajuda de terceiros para conseguir se estabelecer. Durante a entrevista, as mães relataram essa dificuldade, pois estavam acostumadas a se autossustentar e, por motivos diversos, começaram a necessitar de ajuda.

[...] A gente se sente envergonhada, a gente vem acostumada a trabalhar, querendo ou não a gente fica constrangida... (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

[...] Há vezes que me sentia com vergonha de solicitar alguma ajuda, ou pedir alguma coisa (Ana, 1 filho, Brasil).

[...] eu de verdade eu não queria tá precisando entendeu? (Manuela, 4 filhos, Brasil).

Todas as colaboradoras da Associação Ajuda de Mãe dedicam-se a ajudar as mães, deixando-as o mais confortável possível e auxiliando constantemente na busca de se restabelecerem.

6.3.5. Relação com a instituição

O primeiro contato com instituição Ajuda de Mãe, segundo a maioria das entrevistadas, se deu através de indicação de alguém que conhecia o projeto e através das redes sociais. Elas estão na Associação Ajuda de Mãe ou ficaram no mínimo de 4 meses.

[...] A ajuda de mãe foi através de uma colega, que eu agradeço até hoje ela por ter me indicado. (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

[...] Eu conheci a Ajuda de Mãe através de uma vizinha, que ela foi falar comigo... (Ana, 1 filha, Venezuela).

[...] Eu vi um anúncio no faceboock... (Inês, 1 filho, Portugal).

As mães relataram dificuldade financeira, desemprego, falta de apoio e gravidez como motivos para buscar ajuda na Associação Ajuda de Mãe.

[...] Porque naquele tempo só estava a trabalhar meu marido. E nossos aforros que nós trazíamos do meu país para cá, se foram embora. (Ana, 1 filha, Venezuela).

[...] Pronto, uma vez que estava a viver sozinha, precisava mesmo de um apoio, né?... (Luena, 4 filhos, Angola).

Mas, apesar de todas estarem passando por um período de dificuldade econômica, muitas disseram sentir-se constrangidas em receber ajuda, beneficiar de doações, pois ao longo de suas vidas isso nunca havia acontecido. Outras, porém, se sentiram tão à vontade e tão encantadas com tudo que acharam natural. Apesar da situação delicada em que se encontravam, todas ficaram super gratas pelo atendimento com tanto zelo e cuidado e por terem recebido tanta ajuda.

[...] A gente se sente envergonhada, a gente vem acostumada a trabalhar, querendo ou não a gente fica constrangida, mas depois a gente fica agradecida, né? ... (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

[...] Não senti dificuldade porque, a gente bem há vontade, sabe?... (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] Sempre há aquelas coisas que podem falar, ou podem fofoquear, ou qualquer coisa. Mas sim, em algum momento eu senti vergonha. (Ana, 1 filha, Venezuela).

Grande parte comunicou aos seus amigos e familiares sobre a Associação Ajuda de Mãe e como funciona o atendimento. As famílias ficaram encantadas, já que em seus países de origem não têm conhecimento desse tipo de ajuda.

[...] Sim tem conhecimento, a todo mundo da minha casa tem conhecimento (Kieza, está grávida, Angola).

[...] Tem, eu deixo bem claro pra eles, quanto aqui nessa parte é bom. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] quando eu falo isso para as minhas irmãs estão a morar longe, quase não acreditam, pera aí, mas sem pagar nada, tu não dás nada, não dás nada, e nunca vi isso, nunca vi isso. (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

Todas relataram que foram recebidas pela coordenadora da instituição, onde obtiveram um atendimento íntegro e profissional. Algumas, que desejaram, foram encaminhadas para a psicóloga e foram oferecidas a elas, além do enxoval completo e todos os itens para o bebê, um cabaz com alimentos infantis. Foi-lhes apresentado também o ateliê de costura, onde elas poderiam dedicar um tempo livre a aprender costura e assim receberem uma pequena ajuda financeira, já que os produtos vendidos são repartidos com elas. As mães que frequentam o ateliê de costura também recebem uma ajuda com transportes e têm um seguro em caso de acidentes. Todas relataram aceitar essa oferta de ir ao ateliê, embora algumas relutaram no início. No entanto, depois que conheceram não quiseram mais deixar de frequentar.

[...] Han falar com a doutora Ligia né que me prestou a primeiro apoio, disse que como é que funciona, que você ficou o teu apoio para a menina, a mas ela também apresentou o trabalho na costura, do ateliê... (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] Correu muito bem, eu liguei para a doutora Ligia, ela agendou um atendimento para mim e pronto, eu fui no dia daquele atendimento e ficou muito bem. No mesmo dia, ela me atendeu muito satisfatoriamente, ela me levou ao ateliê, eu conheci, peguei algumas coisas que eu precisava para a minha filha, e foi muito bom. (Ana, 1 filha, Venezuela).

[...] um apoio total, foi uma ajuda mesmo que eu tive em relação a tudo, a roupa, carrinho, alimentação, até inclusive a trabalho, né? Eles mandavam vaga de emprego pra ver se conseguia. foi o apoio financeiro também, por conta da costura, né? (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

6.4.6. Redes de apoio informal

Ficou em evidência que uma das maiores dificuldades das mães que frequentam o GAMS e/ou frequentam o projeto ReUse by Ajuda de Mãe é ter uma rede de apoio, ter com quem possam contar durante a fase da gestação, do puerpério, principalmente as que possuem filhos menores. Em sua maioria, as mães imigrantes enfrentam a dificuldade de lidar com a nova fase num país diferente, com uma situação delicada e, em muitos casos, deixam a família toda para trás. Elas precisam conciliar gravidez, crianças pequenas, desempregos e a necessidade de se estruturar.

[...] Não, ninguém, nenhum familiar que apoia. (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] Porque a família dele é mais necessitada do que eu, a mãe dele já é falecida, morreu, o pai nunca fomos muito próximos. (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] Não, por agora não, só meu marido. (Ana, 1 filha, Venezuela).

Quando a situação é contrária e não ocorre a imigração, como é o caso da mãe de nacionalidade portuguesa entrevistada, existe uma rede de apoio familiar, o que pode ser facilitador na conciliação da vida familiar com uma possível futura integração no mercado de trabalho, ainda assim o GAMS foi fundamental para que a mãe conseguisse ser inserida novamente no mercado de trabalho.

[...] Sim, tenho toda minha família que me apoia aqui na cidade. (Inês, 1 filho, Portugal).

Em uma parte da entrevista, as famílias que imigraram relataram que a maior dificuldade que enfrentaram em busca de novas oportunidades em um país diferente, foi deixar algum filho para trás e imigrar com outro. Essa decisão é muito difícil, mas a incerteza de um recomeço obriga a tomar essas atitudes e deixar que a saudade seja sua companhia diária. A esperança é o alimento de um dia estarem juntos outra vez.

[...] Estão com meus sogros. Então você sabe que lá, elas estão acolhidas, tem a ver, então não vale a pena trazer as meninas, as crianças só para estarem ao lado de mais pra ti, né, se entrega ao calor de mãe, mas pra depois passarem por sofrimento, por situações, por sofrimento e tal (Amara, 3 filhos, está grávida, Moçambique).

[...] Na verdade era para ele ter vindo junto, ele não, ele desistiu com 15 dias, ele desistiu com 15 dias, falou que não estava preparado para vim e ele não quer vir, ele não veio ainda porque ele não quis, né, ele não quer. Eu já conversei com ele e estou respeitando a decisão dele (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] Eu estou com dois, o pai está com os dois. O pai toma conta dos dois rapazes e eu estou a tomar conta das duas meninas. (Luena, 4 filhos, Angola).

6.4.7. Redes de apoio formal

As entrevistadas relataram o tipo de apoios recebidos através do GAMS, como cabazes alimentares, cabazes de higiene para o bebê e para a mãe, roupas para as crianças, brinquedos, enxoval completo, berço, cadeirinhas de alimentação,

carrinho de bebê e todos os itens de necessidade básica que a criança venha a precisar. Além dessa ajuda material, como já referido acima, quem desejou foi encaminhada para a psicóloga. Para além deste apoio inicial de emergência, através do provimento de carências ao nível económico e de bens essenciais e apoios na procura de habitação, no caso das mães acompanhadas que já tiveram bebê, o GAMS oferece às grávidas e mães um acompanhamento no desenvolvimento de um projeto de vida que visa a integração no mercado de trabalho e regresso à vida ativa. Este apoio na procura de emprego é feito, em grande parte, através do projeto ReUse by Ajuda de Mãe, um espaço de capacitação técnica em corte e costura que visa também a valorização pessoal e autonomia financeira, recebendo as grávidas e mães parte do valor dos produtos que desenvolvem e que é comercializado através do projeto.

[...] Apoio para os miúdos, por exemplo eu tenho meu enxoval quase praticamente pronto, porque eles deram, para que a minha filha, a só por se eu preciso de alguma coisa pra ela, se eu preciso fraudar, preciso do papa, eu tenho um apoio, eu tenho um apoio emocional se eu preciso, falar com alguém... (Kieza, está grávida, Angola).

[...] Hoje se eu falar que eu já comprei coisas pro meu filho, não, tudo que eu tenho hoje do meu neném é da Associação Ajuda de Mãe, desde carrinhos, berço, coxão, produtos de higiene, até eu quando estava grávida eles me deram, até pra mim no meu pessoal me deram né, camisola, calcinha, absorvente, tudo tipo... (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] Eles mandavam vaga de emprego para ver se conseguia.... (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

Ao serem questionadas sobre o momento em que se sentiram mais perdidas, algumas mães relataram que foi quando estavam em casa sozinhas, sem perspectiva de vida e de trabalho. Outras mencionaram que se sentiram mais perdidas quando descobriram a nova gravidez e algumas ainda relataram que foi depois da imigração, quando se viram sem a rede de apoio familiar que tinham.

[...] Mais perdida?... foi mesmo antes de... Foi naquela fase que eu estava em casa sozinha, antes de vim para a Associação Ajuda de Mãe, foi mesmo essa

fase, que eu estava mermo perdida, eu só chorava só chorava, só rezava, só pedia a Deus uma luz uma iluminação o que eu faço da minha vida, o que vai ser de mim, então tava mermo desesperada, tava mesmo tava...tava fora de mim. (Inês, 1 filho, Portugal).

[...] então foi nesse momento que eu disse: Jesus Cristo, onde estou, (risos) onde que estou, o que será de mim? Será que é pra viver assim mesmo? É pra tanto.... foi nesse momento que as coisas ficando apertadas, coração doeu, né, mas como sempre cofiamos em Deus. Deus já abriu uma porta você... conseguimos uma casa cá e nos mudamos. (Amara, 3 filhos, está grávida, Moçambique).

[...] Foi recente, quando eu cheguei aqui, em Portugal. (Carolina, 2 filhos, Brasil).

[...] na medida da gravidez. (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] Ah, eu acho desde que... Desde que cheguei. Desde que cheguei aqui, me sentia perdida. (Ana, 1 filha, Venezuela).

Neste enquadramento, o GAMS e o projeto ReUse by Ajuda de Mãe foram importantes no combate a este isolamento social, promovendo a integração na vida ativa destas mulheres. Este apoio institucional veio colmatar as dificuldades e inquietações sentidas pelo distanciamento do apoio informal dos seus familiares, considerando que a maioria é imigrante e está em Portugal apenas com o seu núcleo familiar mais restrito – companheiro e filhos.

Durante os momentos de observação tive a oportunidade de constatar que a o GAMS apoia gestantes, bebês e famílias de modo a contribuir para uma maternidade plena e uma vida familiar saudável. A maioria das mães, muitas delas desempregadas, busca o projeto em busca de ajuda. Muitas vezes enfrentam o desafio de não ter onde deixar os seus bebês, mas o ateliê do projeto oferece um curso de corte e costura, permitindo que elas levem seus filhos e aprendam uma nova profissão. Enquanto as mães costuram, as crianças contam com um pequeno espaço para brincar e se distrair.

Os produtos confeccionados por elas são vendidos e o valor é dividido entre as mães participantes e o projeto. Dessa forma, cada qual recebe uma parte do lucro e apoio com as passagens de ida e volta do ateliê até as suas casas.

As instituições Sociais desempenham um papel importante no processo de socialização e integração do indivíduo na sociedade, ajudando a formar e inseri-lo nos grupos sociais. O GAMS tem desenvolvido um trabalho de excelência, oferecendo acolhimento, apoio material e psicológico para as mães que são encaminhadas para lá. Este conjunto de profissionais é fundamental para a reestruturação das mães em situação de vulnerabilidade social. Segundo Azevedo (2008), os educadores sociais trabalham muito mais que a autoestima das pessoas, eles tentam despertar novas aprendizagens sociais e a vontade de definir novos trajetos para o futuro.

Fazer parte da Associação Ajuda de Mãe e frequentar o ateliê de costura vai além da ajuda material. O ambiente acolhedor, o diálogo, as risadas e as trocas de experiências, ajudam a pessoa que está passando por situação difícil a sair de lá mais leve, com alma tranquila. O sentimento de pertencimento a um lugar é um fator importante para inclusão das mães que buscam o apoio do projeto.

[...] é eu nunca vi, (barulho ao fundo) eu nunca vi a uma é uma associação ou um grupo, é ajudar as pessoas do jeito que veja, que eu vejo aqui. (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] Eles ajudaram muito, a parte emocional, a parte de benefícios, de insumos, de roupinhas para meus bebês. (Ana, 1 filha, Venezuela).

[...] Ter ali um ombro, um ouvido a quem desabafar, a quem, a quem falar, a partilha das vezes, é como estou a dizer, eu aqui é... já libertei fantasmas que eu tinha ainda quando meu filho era bebê. (Inês, 1 filho, Portugal).

[...] a Ajuda de Mãe deu uma vida nova. Que eu comecei uma vida do zero, desde que entrei para essa casa. A Associação Ajuda de Mãe veio mesmo a mudar minha vida a todos os níveis. (Inês, 1 filho, Portugal).

[...] Impacto em todos os níveis, todos os.... até nível familiar, porque é tal coisa, se nós estamos bem, se nossa cabeça está bem, se estamos bem com

vida, se estamos felizes, toda nossa volta melhora. Porque assim, uma mulher infeliz é uma casa infeliz. (Inês, 1 filho, Portugal).

[...] Já teve um impacto muito grande. Eu aprendi que a gente tem que ajudar o próximo. (Carolina, 2 filhos, Brasil).

Devido a toda essa demanda e esforço para ajudar a quem precisa, é inevitável que surjam sentimentos de gratidão, amor e respeito pelo trabalho desenvolvido pela equipe. Assim, busco saber, através de um estudo de caso, qual o impacto que o GAMS/ateliê de costura tem na vida das mães assistidas por eles.

O GAMS apresenta algumas diferenças em relação à matriz de Lisboa. De acordo com a observação e a fala da funcionária, não possui espaço, estrutura e mão de obra suficientes para oferecer creche, casas de abrigo, entre outros serviços. Contam com poucos funcionários que se revezam no atendimento no gabinete e no ateliê de costura. As mães que buscam atendimento são de diversas nacionalidades, como brasileiras, angolanas, uruguaias e portuguesas. Na maioria das vezes, elas chegam à instituição por indicação de amigos, conhecidos, redes sociais ou outras instituições.

Os primeiros contatos são realizados por telefone para agendar uma entrevista no gabinete, onde são verificadas as necessidades da mãe e os encaminhamentos que serão feitos. Elas têm algumas opções: podem apenas pegar as doações, fazer atendimento com a psicóloga, se desejarem, e frequentar o ateliê de corte e costura.

[...] fui para ajuda psicológica, porque eu cheguei num ponto assim, que (pausa) de você querer tirar a própria vida. Você fala não está certo, não é legal e outra, eu tinha, eu tenho né, filhos que dependem de mim, que precisa de mim então falei assim, deixa eu procurar ajuda. (pausa, respiração forte). (Manuela, 4 filhos, Brasil).

Em Santarém, são oferecidos alimentos como papinhas para as crianças, leite, fraldas e todos os itens necessários para suprir as necessidades dos primeiros meses de vida do bebê e da gestante. Para ela, são doadas roupas e os itens essenciais, como absorvente para gestante, protetor de seios, hidratantes, cinta

e calcinha pós-parto, garantindo uma gestação saudável e tranquila. Brinquedos e acessórios também são garantidos para os menores.

As mães que frequentam a associação participam de um grupo de WhatsApp, onde são encaminhadas as ofertas de emprego, cursos, arrendamentos e outras informações úteis. Quando uma mãe consegue emprego e se estabiliza, ela é retirada do grupo para que outras mães possam receber o mesmo tipo de atendimento. No entanto, podem continuar a frequentar o ateliê de costura, se desejarem.

[...] se eu não tivesse esse apoio hoje eu teria que escolher, ou eu dou o que comer e beber pro meus filhos, e o que vestir, ou eu deixo de pagar uma renda, uma água uma luz entendeu, então tipo assim, hoje eu... a Associação Ajuda de Mãe é meu equilíbrio. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] eles te ajudam sabe, não importa o que seja, se é indiano, se é brasileiro, português, então assim, me abriu um leque quando eu comecei a frequentar a Associação Ajuda de Mãe, eu comecei a enxergar que o meu problema era o menor de todos os problemas, porque tinha muita gente na Associação Ajuda de Mãe que não tinha nem habitação, nem casa para morar, morava num quarto, que veio sem conhecer ninguém, que veio tipo, a esposa, o marido e os filhos, cara e a coragem veio sem conhecer ninguém, e tava na luta entende. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

O atendimento é destinado a crianças de zero a um ano de idade, mas as doações que chegam de crianças maiores também são recebidas e encaminhadas para outro espaço, onde funciona um projeto separado para atendimento dessas crianças maiores. As doações, assim que chegam, são selecionadas para separar as que realmente estão em condições de uso e são organizadas nos armários.

Quando uma mãe vai em busca de doações, elas são encaminhadas a esse espaço, onde podem levar tudo o que desejarem. Elas podem montar um enxoval completo para si e para o seu bebê, incluindo berços, colchões e mamadeiras.

[...] Hoje se eu falar que eu já comprei coisas pro meu filho, não, tudo que eu tenho hoje do meu neném é da Associação Ajuda de Mãe, desde carrinhos,

berço, coxão, produtos de higiene, até eu quando estava grávida, eles me deram, até pra mim, no meu pessoal me deram né, camisola, calcinha, absorvente, tudo tipo... (Manuela, 4 filhos, Brasil).

As mães que frequentam o ateliê possuem um seguro, pois lidam com agulhas e outros objetos cortantes. No entanto, as crianças que acompanham as mães não possuem seguro, o que exige que as mães fiquem atentas para evitar que os pequenos se machuquem. Quem desejar ficar o dia todo no ateliê de costura pode levar almoço e assim fica o tempo que desejar.

Muitas mães frequentam o ateliê de costura, pois é um espaço saudável de acolhimento e troca de informações, conhecimento e ajuda mútua. Não é apenas um espaço para costurar, sendo que o ambiente dinâmico ajuda a tornar as dificuldades do dia a dia, as barreiras impostas pela imigração e pelos desafios diários mais leves.

[...] Ah, eu me sinto bem, me sinto bem porque, pronto, costuro, porque me distraio, porque falamos, nós rimos, choramos, compartilhamos convivência e, às vezes, não passamos por alguma dificuldade e, pronto, chegamos no ateliê e compartilhamos, e sempre há uma palavra, um gesto ou algo que te faz sentir melhor. (Ana, 1 filha, Venezuela).

[...] me sinto mais valorizada, porque eu to vejo que eu sou capaz, que eu tô trabalhando, que eu tô ali fazendo uma coisinha ou outra, então eu esqueço um pouquinho dos meus problemas de casa. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] Eu não tinha nenhum conhecimento de costura, aproveitar e aprender a costurar. Isso foi muito bom, aprendi muita coisa. (Luena, 4 filhos, Angola).

[...] quando eu não venho, eu fico chateada, a mas é... é como se fosse terapêutico, gente esquece das coisas lá atrás, de esquece dos problemas e eu consigo sentir útil antes, eu consigo me sentir útil. (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

6.4.8. Percepções sobre o impacto do apoio recebido

Nos relatos foi mencionada a dificuldade que as mães enfrentaram no início com filhos menores e como o GAMS impactou favoravelmente nas suas vidas

familiares. Todas afirmaram que a ajuda recebida teve um impacto positivo e foi de extrema importância para elas.

[...] Foi um impacto muito bom, aprendi muitas coisas e pronto, isso, aprendi muitas coisas e aprendi a ser mãe, a ser mulher e a ser trabalhadora. (Ana, 1 filha, Venezuela).

[...] Impacto em todos os níveis, todos os.... até nível familiar, porque é tal coisa, se nós estamos bem, se nossa cabeça está bem, se estamos bem com vida, se estamos felizes, toda nossa volta melhora. (Inês, 1 filho, Portugal).

Segundo elas, teria sido extremamente difícil se o GAMS não as tivesse acolhido. O apoio, a compreensão e a escuta foram fundamentais nesse processo. Devido aos produtos recebidos, houve uma economia em casa, que se refletiu diretamente no relacionamento familiar. Como disseram, se uma mulher está feliz, a casa fica feliz.

[...] É eu não sei como que tava minha vida agora, sinceramente, não sei por que, é tal coisa, a Ajuda de Mãe deu uma vida nova. Que eu comecei uma vida do zero, desde que entrei para essa casa. (Inês, 1 filho, Portugal).

[...] É muito difícil, não sei como é que seria, mas eu sei que seria muito difícil, emocionalmente, financeiramente, porque agora só meu esposo trabalha, e com as despesas é não sei como é que seria...(Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] Às vezes o dinheiro alcança, às vezes o dinheiro não alcança, a roupa de criança é cara, e são muitas coisas... (Ana, 1 filha, Venezuela).

Outro ponto citado por grande parte das entrevistadas foi a convivência com outras culturas e como o Projeto não faz distinção entre nacionalidades, tratando todos por igual, independentemente de sua origem. Todas estão ali com o mesmo propósito, receber ajuda. Algumas mães relataram a importância dessa convivência para suas vidas profissionais, pois estar no ateliê de costura as tirou de uma vida solitária em casa. Devido aos incentivos recebidos, descobriram que são importantes e úteis, e houve relatos de mães que conseguiram emprego na área da costura devido ao aprendizado adquirido.

Outras mães, mesmo não trabalhando na área da costura, afirmaram que essa experiência as levou a enxergar as diversas nacionalidades presentes no projeto com outros olhos, resultando em um grande enriquecimento cultural.

[...] impactou muito isso, a gente que conhece outras culturas e ver que a gente, apesar das culturas, a gente está ali na mesma situação, precisando de ajuda. (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

[...] Teve toda. Deram uma vida nova, deram uma profissão né, claro que não me deram, que eu trabalhei para ela, né, mas deram, vá, deram ferramentas para eu ir em frente. E felizmente consegui. (Inês, 1 filho, Portugal).

[...] me considero qual é em qualquer coisa, um qualquer coisa ali, havia certos tipos de trabalho que eu achava que não era capaz, mas hoje eu acho eu posso, sabe, ensina-me, eu vou aprender e vou e vou fazer, consigo sim, mas pra trabalhar em qualquer coisa, até nas obras (risos). (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] e eu precisava era de algo para sair de casa para ter... tirar aquela depressão que eu estava, porque eu adquirir muito facilmente. (Inês, 1 filho, Portugal).

6.4.9. A relação com os profissionais da instituição

No final das entrevistas as mães deixaram uma mensagem às funcionárias do GAMS, como forma de gratidão a tudo que elas fazem e todo atendimento prestado. Relataram como é importante o trabalho que desenvolvem e quantas famílias ajudaram a se estabilizar, tanto financeiramente como emocionalmente, dando novo sentido à vida de muitas que passaram pelo projeto ReUse by Ajuda de Mãe.

[...] eu quero agradecer, por tudo que fizeram por mim, por tudo, a oportunidade que me deram, todo carinho, por toda ajuda, por toda a paciência porque eu não sou fácil, porque eu não sou fácil. E desejaram que vocês recebam em dobro, em triplo, todo esse, cuidado que vocês têm tido conosco, que Deus realmente vos abençoe e vos dei é em dobro, em triplo,

tudo que vocês têm efeito por cada uma de nós.... (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] E agradecer a pessoa que me indicou lá, porque se não fosse o trabalho dela, eu não tinha conhecido o ateliê...., e depois eu quero agradecer as meninas que me acolheram no ateliê, me deram todo o suporte psicologicamente, financeiramente. E eu quero deixar um recado a elas, que ela continua em frente com esse projeto, que ajudou bastante mãe, né? E que eu sou muito grata a tudo que eles fizeram por mim. E que precisar de mim, eu pretendo futuramente, assim como eu fui ajudada, ajudar as próximas mães que vierem... (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

[...] que eles continuem com esse projeto, porque eu não sei se eles sabem o tamanho que é da ajuda, porque que nem eu falo. As vezes uma palavra vale muito mais que qualquer bem. E as pessoas que estão lá, eu me sinto muito bem acolhida, eu me sinto muito bem amparada, é as pessoas de lá são, pessoas amorosas, que respeitam o próximo... (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] então, são pessoas que você carrega, que você vê ali, naquele momento de desespero depois que saem ali, saem bem, saem renovados, saem fortificadas, sabe assim, porque a Associação Ajuda de Mãe, é ele gera isso na vida das pessoas né, porque é... não é um projeto que você se prende a ele, você começa ali, e... e ali você vai ficar até o fim de sua vida, não, ali eu falo que é uma passagem, é uma passagem que eles ensina você, a e mostra pra você que tudo tem solução, eles te amparou, ele te ajudou, e que agora é hora de você voar, eles, eles te dão esse ar para você voar, eles não te predem ali, eles te dão esse ar para você voar, eles te ensina você a ser independente né ... (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] é assim, primeiro é agradecer nê por te... primeiro por ter me recebido, agradecer também pelo apoio que eles tem dado , não só a mim, mas também a todas as mães que chegam aqui com pedido de socorro, pedido de ajuda, eles têm estendido a mão, sem reparar na cor, na nacionalidade, sem reparar nessas coisas, eles conseguem dar amor a todas nós, consegue ajudar a todas nós, não com materiais, mas com mesmo, psicologicamente , quando

chega aqui, encontra atmosfera diferente né... (Amara, 3 filhos, está grávida, Moçambique).

Os profissionais que atendem as mães estão sempre preocupados com o bem-estar de todos que passam por lá, independentemente da sua nacionalidade. O cuidado e olhar atento fazem com que as mães se sintam acolhidas e participantes do projeto.

[...] Eu sentia alegria, acolhida pelas colegas, pelos profissionais também lá, perguntando como a gente estava, isso é muito bom, a gente saber que tem alguém preocupado com a gente, num país estranho. (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

No Ateliê de Costura, a diversidade de cultural é bem grande, o que torna a interação muito interessante. Há pessoas de diversas nacionalidades, conversam, trocam experiências, informações e interagem entre si. Essa troca é fundamental para o crescimento pessoal, o respeito a novas culturas e aquisição de novos saberes.

[...] é magnifico, a coisas que pra nós é básico, quanto para os outros isso não é, eles não têm conhecimento nenhum sobre a causa, aprendi uma profissão nova conheci nova culturas... (Inês, 1 filho, Portugal).

[...] inclusive a lidar com as diferenças, né, de outras pessoas, gente de todo canto, de outros países... (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

Quando se consegue acolher as diferenças, as pessoas se tornam mais empáticas. A empatia é superimportante para o crescimento pessoal que vive em um mundo com tanta diversidade.

6.4.10. Relação atual com a instituição

Grande parte das mães relatou que ainda recebe apoio do gabinete, enquanto outras deixaram de receber porque conseguiram um emprego. No entanto, todas afirmaram que frequentavam o Ateliê de costura pelo menos três vezes por semana, em média. Sua integração no projeto ocorreu devido às dificuldades financeiras e emocionais que enfrentavam em casa. Elas se sentiam sozinhas,

muitas vezes sem paciência com o esposo e com os filhos e algumas relataram uma tristeza profunda e de um lado obscuro em se encontravam.

[...] eu ficava sozinha, eu ficava em casa, eu ficava com a minha mãe no quarto, não tinha com quem conversar, era muito só, um solitário era muito sozinho. (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] porque eu tava super deprimida, nada funciona bem, é estômago e intestino, não tem paciência pro filho, não tem paciência pro marido, ter que cuidar da casa a higiene pessoal, muita gente não fala que não tem vergonha, mais toda gente sabe que a higiene pessoal, eu não cuidava de mim, eu era todo dia de pijama, cabelo atado e nem escovava o cabelo, eu nem saía de casa para despachar o lixo... (Inês, 1 filho, Portugal).

[...] Sabe quando você começa a se olhar no espelho, você fica assim, gente, eu não tava me reconhecendo mais. Eu falei, gente, eu perdi minha identidade. E isso é muito ruim. Ainda mais pra nós, que somos mulheres (Carolina, 2 filhos, Brasil).

Nenhuma delas tinha nível técnico de corte e costura, embora algumas já tivessem noção de costura e soubessem mexer com a máquina. Outras começaram do zero e, mesmo com medo de não conseguir, foram incentivadas a aprender. Segundo elas, isso trouxe uma nova visão, pois achavam que não eram capazes de fazer certas coisas e agora sabem que, com esforço e dedicação, conseguem. Isso fez grande diferença na vida delas.

[...] não sabia nem colocar uma bainha, eu não sabia... eu nunca tinha sentado numa cadeira frente uma máquina de costura. (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] eu tenho noção, porque minha mãe é costureira, então, assim, eu já sabia costurar lá no Brasil, mas não é o meu foco, costura não, mas eu sabia costurar e isso ajudou bastante, né? (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

[...] quando cheguei lá, a máquina era meu pesadelo, eu olhava pra máquina e ela parecia um tubarão parecia que ia me engolir. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] É assim, técnico não, eu tinha noções de costura, porque eu também, entretanto, também trabalhei numa retosaria... (Inês, 1 filho, Portugal).

Integrar-se no ateliê de costura, segundo todos os relatos, foi fundamental para a mudança na comunicação, na motivação e, principalmente, na autoestima das mães. A participação no ateliê de costura despertou nelas o sentimento de pertença e proporcionou a liberdade de se comunicarem, trocarem experiências e informações e ajudarem umas às outras. Algumas perceberam que seus problemas eram menores diante dos desafios de outros presentes e esse convívio criou muitas amizades. Conforme relataram, isso levou uma luz para suas vidas, permitindo que utilizassem esse novo brilho em casa com a família e os filhos, melhorando muito o relacionamento familiar.

[...] Muito, porque a gente conhece outras pessoas, a gente faz amizade, se não fosse através do ateliê, eu não tinha conhecido a ama do meu filho, conhecido a entrevistadora, as outras colegas, e a gente vai passando a conhecer outras pessoas, isso ajudou bastante. (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

[...] E aqui a gente se sente livre pra conversar com todo mundo, sabe? Não tem aquela discriminação. Todo mundo ajuda e vai fazendo amizade por fora, que é muito bom. (Carolina, 2 filhos, Brasil).

[...] conversava com eles tipo, dava uma, uma luz, com essa luz eu levava pra dentro de casa, passava força pro meu esposo, passava força pra minha filha, porque se fosse eu sozinha eu não teria essa força, para passar nem pra ele, nem para os meus filhos, então tipo assim, eles me davam um gás eu jogava pra dentro de casa. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

Devido os desafios do dia a dia, as mães frequentavam o ateliê de costura para amenizar e esquecer as adversidades constantes. Além de aprender a costurar, elas relatavam que sempre havia uma conversa saudável entre os presentes. Eram bem tratadas por todos os funcionários e o ambiente era agradável e acolhedor, o que facilitava muito a assiduidade e o prazer de participar.

A maioria das mães tinha uma boa frequência no ateliê de costura, mesmo aquelas que não tinham onde deixar os filhos menores. Segundo relato, elas podiam levar as crianças, tomando cuidado para não se machucarem. A

Associação Ajuda de Mãe paga a passagem para garantir a frequência das mães que moram mais distantes.

[...] Ah, eu me sinto bem, me sinto bem porque, pronto, costuro, porque me distraio, porque falamos, nós rimos, choramos, compartilhamos convivência e, às vezes, não passamos por alguma dificuldade e, pronto, chegamos no ateliê e compartilhamos, e sempre há uma palavra, um gesto ou algo que te faz sentir melhor. (Ana, 1 filha, Venezuela).

[...] tipo assim, me sinto mais valorizada, porque eu tô... vejo que eu sou capaz, que eu tô trabalhando, que eu tô ali fazendo uma coisinha ou outra, então eu esqueço um pouquinho dos meus problemas de casa e.... vou pra lá e me ajuda. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

Durante a entrevista, muitas mães falaram como foi importante a frequência no ateliê de costura, pois conheceram várias nacionalidades, fizeram amizades e trocaram muitas informações e ajuda mútua. A maioria das mães imigrantes destacou que o espaço era rico devido à diversidade cultural. No entanto, uma mãe portuguesa colocou um ponto superimportante que vale destacar: ao frequentar o ateliê de costura, ela conseguiu ver Portugal pelos olhos dos imigrantes.

[...] foi super, super importante em todos os níveis e tal coisa conseguir eliminar fantasmas da minha cabeça, conheci várias nacionalidades, é assim, é magnífico a coisas que pra nós é básico, quanto para os outros isso não é, eles não tem conhecimento nenhum sobre a causa, aprendi uma profissão nova, conheci nova culturas, pessoas novas, olhar o mundo com outros olhos e conseguir ver outra coisa que não tinha noção, e ver Portugal pelo olho imigrante, porque as vezes não temos noção das coisas que se passam porque nós somos portugueses né, em certas coisas temos a vida facilitada e outras coisas não, temos que é mais fácil pra o imigrante, pro próprio português conseguir ver Portugal pelo olho do imigrante, algo que eu desconhecia completamente. (Inês, 1 filho, Portugal).

6.4.11. Inquietações e futuro

Apesar das dificuldades encontradas, todas as mães relataram que se sentem responsáveis pela vida que têm hoje. Se precisassem voltar ao tempo para mudar algo, várias disseram que fariam tudo novamente, pois os aprendizados que adquiriram durante a fase difícil as fizeram crescer e se fortalecer.

[...] Não. Eu vivia o que tinha que ser vivido, não mudaria nada não. (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

[...] não mudava nada, porque até os problemas que nós tivemos, foram aprendizagem. (Inês, 1 filho, Portugal).

[...] Sim, claro. Nós somos responsáveis pelas nossas decisões. E uma decisão leva a outra, então eu me sinto responsável. (Ana, 1 filha, Venezuela).

Cada qual tem seu sonho: algumas querem comprar uma casa para sair do arrendamento e estabilizar a vida financeira, conseguindo assim trazer os filhos que ficaram com terceiros em seu país de origem; outras desejam realizar os sonhos dos filhos que aqui se encontram; algumas ainda citaram o desejo de retornar a seu país de origem e rever a sua família.

[...] Ah, é dar uma estabilidade pros meus filhos. Deixar eles bem estabelecidos, ter uma qualidade de vida boa... (Lurdes, 2 filhos, Brasil).

[...] Ah, o meu maior sonho é que meu país volte a ser o mesmo de antes, e que eu possa voltar a estar com minha família. (Ana, 1 filha, Venezuela).

[...] Agora estando aqui, o meu maior sonho... meu maior sonho, na verdade é ter uma casa cá. (Amara, 3 filhos, está grávida, Moçambique).

[...] Eu tô no momento da minha vida, que eu tô vivendo pra fazer os meus filhos felizes. (Manuela, 4 filhos, Brasil).

Durante a entrevista, as mães que passaram pelo processo da imigração relataram alguns pontos importantes. Um deles é nem sempre o sonho de morar na Europa foi sonhado em conjunto enquanto casal, o que pode tornar um pouco mais difícil a adaptação.

[...] por não ser um sonho meu, eu tô vivendo o sonho de uma outra pessoa, no caso do meu esposo, é, então assim, fica um pouco mais complicado, porque você, querendo ou não, no seu subconsciente fica querendo achar a culpa... (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] Epá, mesmo momento, infelizmente nós fomos enviados cá para ficar mesmo, pra ficar então daqui, depois da igreja crescer, é sair ver se vamos a França plantar uma igreja lá, depois na Inglaterra, porque é onde amigos, também tem muitas pessoas na França que congregam na igreja, e assim sucessivamente. Então a ideia mesmo é criar raízes aqui mesmo. (Amara, 3 filhos, está grávida, Moçambique).

Outro ponto citado pelas mães imigrantes foi o quão difícil é deixar um ente querido para trás, a falta da rede de apoio familiar e a saudade dos que ficaram em seu país de origem, o que muitas vezes as faz “duvidar” da escolha feita. Mesmo sendo adultas e casadas, a ausência da presença materna ficou bem evidente, mostrando que, independentemente da idade, a mãe é e sempre será a figura mais importante na vida de uma pessoa.

[...] do ambiente, eu sinto falta do ambiente, nós na casa da nossa mãe, todos juntos, irmos das lembranças coisas da comida, da... do convívio... (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] do apoio familiar, tipo assim, lá eu tinha minha mãe, meu pai né, que sempre, sempre estava me ajudando, sempre estava me amparando... (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] Hoje eu sinto mais falta da minha mãe. E agora que estou mais longe da minha mãe, e agora que pronto, sou mãe, eu valoro muito o sacrifício dela... (Ana, 1 filha, Venezuela).

[...] Se calhar de minhas filhas, da minha mãe, se mãe é aquela pessoa que está lá para te ouvir, para aconselhar, chorar consigo... (Amara, 3 filhos, está grávida, Moçambique).

Dentre todas as cargas que a mulher carrega, a questão seguinte reflete uma análise do que realmente pesa e de como as mães carregam as escolhas na vida. Se a sua vida fosse uma mochila, o que seria preciso tirar para deixá-la mais leve?

[...] o meu marido, ele toma, ele torna minha vida mais pesada, os problemas também, os problemas nos fazem mais longe tentamos ser mais, mas a... a inveja é desnecessária, é a perseguição desnecessária, o racismo, oh meu Deus! Essa desigualdade social, a ganância... (Kieza, 1 filha, está grávida, Angola).

[...] sabe, então eu deixaria tudo, porque ela está me ensinando... hoje eu sou grata pelos meus problemas, hoje eu sou grata pelas minhas conquistas, hoje eu sou grata pela minha luta... (Manuela, 4 filhos, Brasil).

[...] Realmente, o problema financeiro que agora temos, que está a isolar o mundo inteiro. Tudo, tudo o que é de mal, tudo o que é de mal. Tudo o que é de mal. (Luena, 4 filhos, Angola).

Conclusão

Ao longo desse estudo acerca do papel institucional no apoio e acompanhamento de mulheres grávidas e mães em situação de vulnerabilidade, procurou-se compreender, através do estudo de caso do GAMS, a trajetória de vida das mães que se encontram num processo de vulnerabilidade social e buscavam apoio do projeto para aliviar um pouco as dificuldades encontradas no seu dia a dia. O estudo de caso foi desenvolvido com o propósito de conhecer o espaço, o papel dos técnicos de intervenção social e as respostas sociais oferecidas, em particular o projeto ReUse by Ajuda de Mãe que, a partir de um ateliê de costura promove a integração das mulheres acompanhadas no mercado de trabalho, conduzindo ao seu regresso à vida ativa.

A partir da análise e reflexão sobre os diferentes dados recolhidos, provenientes da análise documental, da observação participante e das narrativas de vida das mães que frequentam, ou frequentaram, o projeto ateliê de costura, foi possível identificar as dificuldades, constrangimentos e necessidades por que passam as mães em situação de vulnerabilidade, bem como o papel do apoio institucional na superação dessas dificuldades e num regresso à vida ativa.

Esta pesquisa demonstrou a importância da imersão em profundidade num determinado objeto, através da adoção de uma estratégia metodológica com estudo de caso. Esta centralidade das pessoas, dando-lhe voz e tomando nota das suas visões sobre as problemáticas que lhe dizem diretamente respeito, é um dos pilares mais importantes das metodologias de investigação/intervenção em educação social.

A informação recolhida, a partir das diferentes fontes de dados, demonstram como a maternidade em situação de vulnerabilidade é um desafio, enfrentando as mães muitas dificuldades e constrangimentos, muitas vezes decorrentes de situação de desigualdade social cumulativa, são mulheres, muitas encontram-se em situação financeira frágil e algumas são imigrantes.

A fragilidade pode ser compreendida como um estado vulnerável, o que leva a discussões sobre políticas públicas, justiça social e inclusão. Yazbek (2010) ressalta que, quanto mais os técnicos de intervenção social conseguirem identificar os fatores que conduzem uma pessoa à condição de desigualdade e pobreza, mais poderão intervir e desenvolver respostas profissionais com qualidade a partir da teoria e do saber profissional e técnico.

Ao interpretar as narrativas das oito mães, as motivações que as fizeram procurar ajuda eram diferenciadas, assim como a experiência da maternidade na qual estava vivenciando. As dificuldades apresentadas com as adaptações do novo processo de vida, incluindo algumas imigrantes que se encontravam em uma nova gravidez, deixaram claro como essa situação afetou sua vida e seus planos de se estabelecerem num novo país.

Esta questão é particularmente pertinente já que a gravidez e chegada de um bebê é uma fase de grandes transformações na vida da mulher, impactando sua saúde física e mental e as suas condições de vida. Esta transição para a maternidade é partilha pela família, que também precisa de novas estratégias para lidar com a chegada do novo membro e administrar as necessidades emergentes (Dessen e Braz, 2000).

Em âmbito psicológico, foram identificados vários sentimentos, como o medo, insegurança e incerteza, que fizeram parte dos relatos apresentados. Reconhecendo os desafios de suas escolhas e a situação em que se encontravam, mas que não determinavam as motivações e objetivos de seus planos familiares anteriores, elas se mostravam determinadas a superar os obstáculos encontrados. As fragilidades sentidas nesse período de transição tornaram-se, para algumas das mães, maiores inseguranças em relação ao melhor aproveitamento dos recursos e das oportunidades. Assim, também foi observado um possível comportamento de acomodação de algumas mães diante da situação.

Ao ingressar na GAMS/ateliê de costura e analisando as narrativas apresentadas durante a entrevista verificou-se o impacto positivo e transformador na vida de cada das mães e família. Apresentaram um conjunto de

motivos e benefícios que receberam ao ingressar no espaço. Além da ajuda material necessária para seus bebês, desde o nascimento até um ano de idade, o ambiente acolhedor, a troca de experiências, a ajuda mútua, as colaborações entre todos que frequentam foram motivadoras principalmente para aliviar as pressões psicológicas e mitigar o isolamento social que muitas delas viviam. Para além das ofertas materiais o projeto oferece também indicações de ofertas de emprego, cursos, workshops, anúncios de arrendamentos e todas as possibilidades para que mães busquem a sua autonomia e se estabeleçam no mercado laboral, estas respostas permitiram que muitas mães tenham conseguido uma reentrada no mercado de trabalho.

Muitas mães relataram as dificuldades que enfrentaram com a falta de apoio familiar e as adversidades encontradas, principalmente referentes à parentalidade. Evidencia-se que a falta do suporte social adequado pode gerar stress e ansiedade, ocasionando risco para a mãe e o bebê. Airosa e Silva (2013) confirmam que, quanto maior o suporte social recebido, maior é a vinculação materna e menor é o risco de depressão, ansiedade e stress.

No âmbito económico, todos os entrevistados estavam desempregados e apenas os companheiros estavam a trabalhar. Assim, evidenciou-se a preocupação em como manter as despesas familiares e de onde poderiam ser providos os recursos económicos. Nesta dimensão, a integração das mães no projeto ReUse by Ajuda de Mãe foi muito importante para garantir algum rendimento económico e para trabalharem as competências que lhes iriam permitir uma integração no mercado de trabalho mais facilitada. No ateliê de costura, recebem-se muitas encomendas, principalmente nos períodos festivos, e as mães ajudam na produção. Depois de vendidos, o lucro é repartido entre elas e a Associação Ajuda de Mãe. Tal contribuição de presença física coletiva sugere autoestima e socialização, minorando as tensões cotidianas.

Como motivação, no que diz respeito aos imigrantes, a grande maioria relatou que buscava novas oportunidades, segurança, melhor educação para os filhos e novas experiências. Algumas deixaram outros filhos no país de origem, evidenciando os sentimentos de saudades e culpa, esperança e alívio, pois não

sabiam o que enfrentariam ao recomeçar a vida em outro país, com cultura diferente e tão distante de todos. Mas todas deixaram claro que sonham em um dia ter a família toda reunida novamente.

A revisão literária permitiu observar que a vulnerabilidade social e suas dimensões podem estar presentes na vida das grávidas e das mães. Elas podem se sentir expostas e vulneráveis devidos às intensas mudanças físicas, psicológicas e emocionais pelas quais estão passando. Os grupos menos favorecidos estão mais propensos a experimentar a vulnerabilidade social, requerendo assim uma abordagem mais ampla, onde as políticas públicas promovam acesso a cuidado e bens essenciais, reduzindo as desigualdades sociais e melhorando o bem-estar das mães durante a maternidade.

Por conseguinte, a revisão também possibilitou analisar como a parentalidade influencia a interação de pais e filhos, principalmente no que tange o processo de criação, impactando na dinâmica familiar e no desenvolvimento infantil. Nessa perspectiva, entende-se que a maternidade e a gravidez nos permitem compreender melhor as implicações para a parentalidade. Essa nova fase na vida da mulher impacta a sua saúde emocional, física e econômica, bem como suas relações sociais. Ressalta-se também a importância de políticas públicas adequadas, com apoio social suficiente para uma gestação tranquila.

No presente estudo, constatou-se alguns fatores relevantes, como o trabalho do educador social, que atua diretamente nas necessidades das pessoas com apoio e orientação, abordando essa realidade de forma mais humana. Ele deve estar atento às causas e necessidades dos outros, desenvolvendo um trabalho social que estimule o lado positivo nas pessoas necessitadas, aproximando-se delas com empatia e profissionalismo, contribuindo, assim, para a superar as adversidades inesperadas da vida (Carvalho & Batista, 2004). A prática profissional deve ser baseada numa relação de proximidade entre técnico e pessoa, ressaltando o lado positivo das pessoas e a crença plena, é assim que se desenvolve o trabalho social (Azevedo & Batista, 2008).

Diante do exposto, o educador social precisa estar em sintonia e trabalhar com empatia para que, ao se deparar com situações em que exigem um maior

cuidado, não agrave ainda mais a situação de quem já está passando por uma adversidade. Quando o educador social não acredita na recuperação das próprias pessoas que ele está envolvido, como ele conseguirá fazer um trabalho de qualidade se nem ele mesmo acredita no que está fazendo?

O educador social tem um papel importante, pois ele ajuda pessoas a descobrirem as suas potencialidades e capacidades, conseguindo assim superar os traumas da vida. Ele precisa acreditar que isso é possível para que transformação seja real. O suporte do educador social, em muitos casos, é fundamental para promover a resiliência. Quando ele lida com pessoas, crianças, jovens ou até mesmo famílias inteiras que precisam se reconstruir, ele precisa estar ciente de qual é sua parcela em ajudar. É a própria pessoa que promove sua resiliência, mas o educador social estimula com um papel encorajador e motivador. Azevedo e Batista (2008) enfatiza que o educador social é capaz de estimular o protagonismo da pessoa em seu processo de mudança. Segundo Candorelli et al. (2010), o educador pode desempenhar um papel central na construção da resiliência, pois é uma figura significativa em diversas etapas do desenvolvimento do indivíduo na sociedade ocidental contemporânea. Em muitos casos, é importante que o educador social obtenha cursos e formação adicionais para aprender a lidar e ajudar com empatia as pessoas que realmente necessitam desse suporte.

Sendo esta uma pesquisa de mestrado no âmbito de um mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária, a análise e reflexão dos dados, nomeadamente os que resultam das narrativas de vida das mães que beneficiaram das respostas sociais do GAMS, evidenciam a importância da intervenção social, em particular do Educador Social, na transformação de vidas através das suas competências técnicas, operatórias e metodológicas (Carvalho & Baptista, 2004).

Perante a complexidade de um problema social como a maternidade em contexto de vulnerabilidade é necessária desenvolver uma intervenção integrada e integradora. Integrada, no sentido que procura responder às diferentes dimensões de intervenção em que as mães sentem necessidade – alimentação,

alojamento, integração no mercado de trabalho e formação, integradora, no sentido em que pretende envolver ativamente os destinatários, neste caso as mães em situação de vulnerabilidade, na definição dos seus planos de vida. Neste caso, a intervenção por projeto, através do projeto ReUse by Ajuda de Mãe, procura promover a integração das mães no mercado de trabalho e na vida ativa, através do desenvolvimento de um projeto de empreendedorismo social, ao mesmo tempo que trabalha outras competências, combatendo o isolamento social através do fomento das relações interpessoais e promovendo a autonomia e o trabalho colaborativo.

Referências bibliográficas

- Ajuda de Mãe. (2024a). *Quem somos*. <https://ajudademae.pt/quem-somos-2/>
- Ajuda de Mãe. (2024b). *Atendimento*. <https://ajudademae.pt/atendimento/>
- Ajuda de Mãe. (2024c). *Acolhimento*. <https://ajudademae.pt/acolhimento/>
- Ajuda de Mãe. (2024d). *Formação*. <https://ajudademae.pt/formacao/>
- Ajuda de Mãe. (2024e). *Reintegração*. <https://ajudademae.pt/reintegracao-2/>
- Ajuda de Mãe. (2024f). *Escola de Mães*. <https://ajudademae.pt/escola-de-maes-2/>
- Ajuda de Mãe. (2024g). *Vamos dar de mamar*. <https://ajudademae.pt/vamos-dar-de-mamar/>
- Ajuda de Mãe. (2024h). *Escola do Arco*. <https://ajudademae.pt/escola-do-arco/>
- Andrade, M., Demitto, M. de O., Dell Agnolo, C. M., Torres, M. M., Barros Carvalho, M. D., & Pelloso, S.M. (2017). Tristeza materna em puérperas e fatores associados. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (18), 8-13. <https://doi.org/10.19131/rpesm.0186>
- Azevedo, J., & Baptista, I. (2008). Educadores sociais: Quem são? O que fazem? Como desejam ser reconhecidos?. *Cadernos De Pedagogia Social*, (2), 45-60. <https://doi.org/10.34632/cpedagogiasocial.2008.1924>
- Azevedo, K., & Arrais, A. D. R. (2006). The myth of the exclusive mother and its impact on postnatal depression. *Psicologia, Reflexão e Crítica*, 19(2), 269-276. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722006000200013>
- Barroso, R. C., & Machado, C. (2010). Definições, dimensões e determinantes da parentalidade [Definitions, dimensions and determinants of parenting]. *Psychologica*, 52(1), 211–229. https://doi.org/10.14195/1647-8606_52-1_10
- Brazelton, T. B. (2005). *A Maternidade e a Vida Profissional*. Editorial Presença.
- Campos, L., Gonçalves, T. R & Loureiro, SR (2017). Gravidez na adolescência: a experiência da parentalidade em um contexto de vulnerabilidade social. *Psicologia em Estudo*, 22(2), 183-193.
- Canavarro, M. C. (1999). *Relações afectivas e saúde mental*. Quarteto Editora.
- Canavarro, M. C. (2001). *Psicologia da Gravidez e Maternidade* (1ª edição). Quarteto Editora.
- Canavarro, M. C. (2006a). Gravidez e Maternidade: Representações e Tarefas de Desenvolvimento. In Canavarro, M. C. (coord.), *Psicologia da Gravidez e da Maternidade* (pp. 17-49). Quarteto Editora.
- Canavarro, M. C. e Pereira, A. I. (2006b). Gravidez e Maternidade na Adolescência: Perspectivas Teóricas. In Canavarro, M. C. (coord.), *Psicologia da Gravidez e da Maternidade* (pp. 323-357). Quarteto Editora.

- Candorelli, A., Guimarães, C.F., & Azevedo, C. (2010). O papel do educador como tutor de resiliência à luz das ideias de Boris Cyrulnik. *Polyphonia*, 21(1), 3-20.
- Carmo, M. E. D., & Guizardi, F. L. (2018). O conceito de vulnerabilidade e seus sentidos para as políticas públicas de saúde e assistência social. *Cadernos de Saúde Pública*, 34(3). <https://doi.org/10.1590/0102-311X00101417>
- Carvalho, A. D. & Baptista, I. (2004). *Educação Social. Fundamentos e estratégias*. Col. Educação e Trabalho Social. Porto Editora
- Chioro, A., Calife, K., Barros, C.R dos S., Martins, L. C, Calvo, M., Stanislaw, E., ... Caseiro, M. (2020). Covid-19 em uma Região Metropolitana: vulnerabilidade social e políticas públicas em contextos de desigualdades. *Saúde em Debate*, 44 (spe4), 219–231. <https://doi.org/10.1590/0103-11042020e414>
- CNPDP CJ. (3 de Julho de 2023). *Parentalidade Positiva*. <http://www.cnpdpdj.gov.pt>
- Cunha, A. C. B. D., Santos, C., & Gonçalves, R. M. (2012). Concepções sobre maternidade, parto e amamentação em grupo de gestantes. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 64(1), 139-155. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672012000100011&lng=pt&tlng=pt
- De Jesus Santos, R. (2021). Fatores que hipotéticos para a gravidez não foram programados em usuários do programa de planejamento familiar. *Saúde.Com*, 16(4). <https://doi.org/10.22481/rsc.v16i4.5440>
- de Moraes, N. A., Raffaelli, M., & Koller, S. H. (2012). Adolescentes em situação de vulnerabilidade social e o *continuum* risco-proteção. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 30(1), 118–136.
- De Oliveira, A. B., & Almeida, A. M. (2019). A gravidez na adolescência e processo de amadurecimento. *Revista Científica e-Jornal*, 3(1), 67-79.
- Delgado, P., Correia, F., Martins, T., & Azevedo, S. (2014). A educação social em Portugal: novos desafios para a identidade profissional. *Interfaces Científicas-Educação*, 3(1), 113-124. <https://doi.org/10.17564/2316-3828.2014v3n1p113-124>
- Dessen, M. A., & Braz, M. P. (2000). Rede social de apoio durante transições familiares decorrentes do nascimento de filhos. *Psicologia: teoria e pesquisa*, 16(3), 221-231. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722000000300005>
- Dias, A. C. G., & Teixeira, M. A. P. (2010). Gravidez na adolescência: um olhar sobre um fenômeno complexo. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 20(45), 123-131. <https://doi.org/10.1590/S0103-863X2010000100015>
- do Carmo, R. M., Cachado, R., & Ferreira, D. (2015). Desigualdades em Tempos de Crise: Vulnerabilidades Habitacionais e Socioeconómicas na Área Metropolitana de Lisboa. *RPER*, (40), 5–22. <https://doi.org/10.59072/rper.vi40.366>
- Ferreira, R. P, & Tocantins, F. R. (2012). Trabalho e família: desafios para a gestão do tempo dos pais. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 13(1), 63-73.

- Figueiredo, B., & Lamela, D. (2014). Parentalidade e coparentalidade: Conceitos básicos e programas de intervenção. *CUP Book: Contributos para a intervenção em Psicologia*, 151-172.
- Figueiredo, I., & de Noronha, R. L. (2008). A vulnerabilidade como impeditiva/restritiva do desfrute de direitos. *Revista De Direitos E Garantias Fundamentais*, (4), 129–146. <https://doi.org/10.18759/rdgf.v0i4.10>
- França, F. I. (2009). *A importância do bebé imaginário na vinculação materno fetal* [Tese de mestrado, Psicologia (Mulher e Saúde), Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação]. Repositório da Universidade de Lisboa. <https://repositorio.ulisboa.pt/handle/10451/2122?locale=en>
- GAMS. (2020). *Relatório de Atividades e de Avaliação Interna do Plano de Atividades 2019*. Relatório interno. Gabinete da Ajuda de Mãe de Santarém.
- GAMS. (2021). *Relatório 2020 – Gabinete de Santarém*. Relatório interno. Gabinete da Ajuda de Mãe de Santarém.
- GAMS. (2022). *Relatório Anual 2021*. Relatório interno. Gabinete da Ajuda de Mãe de Santarém.
- GAMS. (2023). *Relatório de Avaliação 2022-Projeto by Ajuda de Mãe*. Relatório interno. Gabinete da Ajuda de Mãe de Santarém.
- GAMS. (2024). *ReUse by Ajuda de Mãe*. <https://reusebyam.lojasonlinecct.pt/>
- Gomes, M. A., & Pereira, M. L. D. (2005). Família em situação de vulnerabilidade social: uma questão de políticas públicas. *Ciência & Saúde Coletiva*, 10(2), 357-363.
- Guerra, I. C. (2006). *Pesquisa Qualitativa e Análise de Conteúdo – Sentido e formas de uso*. (1ª edição). Principia Editora.
- Janczura, R. (2012). Vulnerabilidade ou risco social. *Textos & Contextos, Porto Alegre*, 11(2), 301-308. <https://revistaseletronicas.pucrs.br/fass/article/view/12173>
- Kramer, S. (2003). Infância, cultura contemporânea e educação contra a barbárie. In Bazilio, L. C. & Kramer, S. *Infância, educação e direitos humanos* (pp.83-106). Cortez.
- Leusin, J. F., Petrucci, G. W., & Borsa, J. C. (2018). Clima familiar e os problemas emocionais e comportamentais na infância. *Revista Da SPAGESP*, 19(1), 49–61. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702018000100005&lng=pt&tlng=pt
- Lopes, J. R. (2008). Processos sociais de exclusão e políticas públicas de enfrentamento da pobreza. *Caderno Crh*, 21(53), 347-360. <https://doi.org/10.1590/S0103-49792008000200011>
- Maldonado, M. (1997). *Psicologia da Gravidez, Parto e Puerpério*. Ed. Vozes.
- Matsukura, T. S., Marturano, E. M., & Oishi, J. (2002). O questionário de suporte social (SSQ): estudos da adaptação para o português. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 10(5), 675-681. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692002000500008>

- Mendes, I. M. (2002). *Ligação Materno-Fetal. Contributo para o Estudo de Factores Associados ao seu Desenvolvimento*. Quarteto Editora.
- Miguel, I., Valentim, J. P., & Carugati, F. (2009). Questionário de estilos e dimensões parentais—versão reduzida: adaptação portuguesa do Parenting Styles and Dimensions Questionnaire—Short Form. *Psychologica*, (51), 169-188.
- Montaño, C. (2012). Pobreza, "questão social" e seu enfrentamento. *Serviço Social & Sociedade*, (110), 270-287. <https://doi.org/10.1590/S0101-66282012000200004>
- Monteiro, S. (2012). O marco conceitual da vulnerabilidade social. *Sociedade Em Debate*, 17 (2), 29–40. <https://revistas.ucpel.edu.br/rsd/article/view/695>
- Morais, N. A., Koller, S. H. & Raffaelli, M. (2010). Eventos estressores e indicadores de ajustamento entre adolescentes em situação de vulnerabilidade social no Brasil. *Univ. Psychol.*, 9(3), 787-806. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672010000300015&lng=en&tlng=pt
- Mota, M. R. R. P. D. (2011). *Representações sociais da gravidez: a experiência da maternidade em instituição* [Tese de mestrado em Política Social, ISCSP - Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas]. Repositório da Universidade de Lisboa. <https://repositorio.ulisboa.pt/handle/10400.5/3276?mode=full>
- Moura, T. A., & Damasceno, F. J. G. (2021). Pai não ajuda, pai cuida”: uma leitura sobre a paternidade ativa. *Revista de História Bilros: História (s), Sociedade (s) e Cultura (s)*, 9(19), 43-62. <https://revistas.uece.br/index.php/bilros/article/view/8194>
- Oviedo, R. A. M., & Czeresnia, D.. (2015). O conceito de vulnerabilidade e seu caráter biossocial. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, 19(53), 237–250. <https://doi.org/10.1590/1807-57622014.0436>
- Pedersen, J. R. & Silva, J. A. (2013). A exploração sexual de crianças e adolescentes e sua relação com a vulnerabilidade social das famílias: desafios à garantia de direitos. In K. B. Krüger & C. F. Oliveira. (Orgs.), *Violência intrafamiliar: discutindo facetas e possibilidades* (pp. 45-64). Paco.
- Pereira, L., Godoy, D. & Terçariol, D. (2009). Estudo de caso como procedimento de pesquisa científica: reflexão a partir da clínica fonoaudiológica. *Psicologia: Reflexão e crítica*, 22(3), 422-429. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722009000300013>
- Piccinini, C. A., Lopes, R. S., Gomes, A. G., & De Nardi, T. (2008). Gestação e a constituição da maternidade. *Psicologia em estudo*, 13(1), 63-72. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722008000100008>
- Pires, B., Paraventi, L., & Vieira, M. L. (2020). Relações entre Parentalidade e Apoio Social: Revisão Integrativa de Literatura. *Contextos Clínicos*, 13(1), 244-269. <https://doi.org/10.4013/ctc.2020.131.12>
- Rapoport, A., & Piccinini, C. A. (2006). Apoio social e experiência da maternidade. *Journal of Human Growth and Development*, 16(1), 85-96. <https://doi.org/10.7322/jhgd.19783>

- Rapoport, A., & Piccinini, C. A. (2011). Maternidade e situações estressantes no primeiro ano de vida do bebê. *Psico-USF*, 16(2), 215-225. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712011000200010>
- Rezende, K., Cappellari, H. C. L., & Pagani, L. A. G. (2022). Crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social no Brasil. *Research, Society and Development*, 11(1). <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i1.24587>
- Rolo, R. R. P. R. (2021). *Escola com Vida: Caracterização Psicossocial de Grávidas e Mães Em Situação de Vulnerabilidade Social* [Tese de mestrado em psicologia, Universidade Católica Portuguesa]. Veritati - Repositório Institucional da Universidade Católica Portuguesa. <https://repositorio.ucp.pt/handle/10400.14/36898>
- Santos, A., & Cardoso, A. (2010). A qualidade de vida e o suporte social da grávida. *Revista da associação portuguesa dos enfermeiros obstetras*, (11), 26-31.
- Sarmiento, M. J. (2003). O estudo de caso etnográfico em educação. In Zago, N.; Carvalho, M. P. & Vilela, R. A. T. (Org.). *Itinerários de pesquisa: perspectivas qualitativas em sociologia da educação* (pp.137-179). DP&A Editora.
- Sarmiento, M. J. (2004). As culturas da infância nas encruzilhadas da segunda modernidade. In Sarmiento, M. J. & Cerisara, A. B. *Crianças e miúdos: perspectivas sociopedagógicas da infância e educação* (pp.9-34). Edições ASA.
- Scott, J. B, Prola, C.D.A, Siqueira, AC, & Pereira, C. R. R. (2018). O conceito de vulnerabilidade social no âmbito da psicologia no Brasil: uma revisão sistemática da literatura. *Psicologia Em Revista*, 24 (2), 600-615. <https://doi.org/10.5752/p.1678-9563.2018v24n2p600-615>
- Silva, M. Z. N. D., Andrade, A. B. D., & Bosi, M. L. M. (2014). Acesso e acolhimento no cuidado pré-natal à luz de experiências de gestantes na Atenção Básica. *Saúde em Debate*, 38(103), 805-816. <https://doi.org/10.5935/0103-1104.20140073>
- Silveira, C. S. P. & Ferreira, M. M. C. (2010). Estudo comparativo do auto-conceito na grávida com e sem patologia obstétrica. *Revista da associação portuguesa dos enfermeiros obstetras*, 11, 19 a 26.
- Vilelas, J. (2020). *Investigação – O Processo de Construção do Conhecimento*. (3ª edição) Edições Sílabo.
- Xavier, R. B, Jannotti, C. B, Silva, K. S da, & Martins, A. de C. (2013). Risco reprodutivo e renda familiar: análise do perfil de gestantes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 18(4), 1161–1171. <https://doi.org/10.1590/s1413-81232013000400029>
- Yazbek, M. C. (2010). Serviço Social e pobreza. *Revista Katálisis*, 13(2), 153–154. <https://doi.org/10.1590/S1414-49802010000200001>
- Yazlle, M. E. H. D. (2006). Gravidez na adolescência. *Revista brasileira de ginecologia e obstetrícia*, 28i(8), 443-445. <https://doi.org/10.1590/S0100-72032006000800001>
- Zornig, S. Tornar-se pai, tornar-se mãe: o processo de construção da parentalidade. *Tempo psicanalítico*, 42(2), 453-470.

ANEXOS

Anexo 1 – Grelha do guião de entrevista

O impacto da Ajuda de Mãe no percurso de mães em situação vulnerabilidade			
Dimensão	Sub-dimensões	Questões	O que pretendo saber
	Caracterização do entrevistado	Idade Nacionalidade Naturalidade	Idade das entrevistadas A nacionalidade Natural de onde
Caracterização do entrevistado	Agregado Familiar	Quantas pessoas moram na sua casa? Quantas pessoas trabalham na casa? Rendimentos? Vivem em casa própria, arrendada ou de familiar?	Saber quantidade na casa Quanto trabalham Rendimentos familiar Se pagam aluguel ou não
	Trajetória escolar	Habilitações literárias? Estudou até que ano? Pretende continuar os estudos? Porquê? Qual curso pretende fazer? Porquê?	Possui graduação Até que ano estudou vai estudar novamente vai cursar algo. Se escolheu pela oferta de emprego ou porque gosta
	Percurso Profissional	Trabalha? Em que área? Qual sua profissão? Qual sua situação contratual atual? Trabalhou em que área anteriormente? Com quantos anos começou a trabalhar? # Está desempregado a quanto tempo? Recebem subsídio de desemprego?	Está trabalhando Se continua na mesma área de antes Idade que iniciou o trabalho Se está sem trabalho e se recebe subsídio
	Situação Conjugal	Estado civil? O companheiro trabalha? Participam de algum programa do governo para ajudar com as despesas?	Qual estado civil Se o parceiro trabalha Como fazem para se manter
Parentalidade Questões sobre maternidade		Com que idade teve cada um dos filhos? São todos do mesmo pai? Vivem juntos atualmente?	Qual idade engravidou Se tem outros filhos e se são do mesmo pai. Se a guarda é compartilhada ou se tem alguma dificuldade em

		Se não. Como é o relacionamento de vocês em relação com os filhos? Mantem contato? Ele ajuda financeiramente? Costuma ver o(s) filho(s)? Como funciona a questão da guarda? Recebe apoio do pai ou família do pai? Tem algum familiar aqui que te apoia? Quando engravidou teve apoio da família? Se sim, qual tipo de apoio? Se não, qual motivo você acha que não recebeu?	lidar com o ex companheiro Mantem contato com o ex companheiro Se recebe apoio do ex companheiro ou da família dele Se tem apoio de algum familiar do ex companheiro Ao engravidar a reação da família, se teve ajuda ou não
	Percursos dos filhos	Quantos filhos tem? Idade de cada um dos filhos? Nacionalidade de cada um? Naturalidade Quantos em idade escolar? Eles estudam em qual escola? Consegue ajudar o filho nos estudos? Consegue acompanhar os estudos do filho? Do algum apoio? Se sim, qual? Se não, porquê? Quem dá esse apoio? O(S) filho(s) tiveram dificuldade com a inclusão escolar? Se sim, qual dificuldade? O que pretende (o que fez) fazer em relação a isso? Viu resultado na sua atitude? Como foi o processo inicial de estudos do(s) filho(s)? Como está agora? O que não estuda fica com quem?	Quantos filhos possui, idade deles e nacionalidade, se estudam.
	Maternidade	Foi uma gravidez planejada? Se sim, porque desejava ter outro filho? Se não equacionou interromper a gravidez?	

		Como se sentiu ao saber da nova gravidez? Que sentimento ficou mais evidente quando da gravidez? Durante a gravidez teve alguma complicação de saúde? Se sim, contou com o apoio do AJM? De que forma? No pós-parto teve apoio do AJM? Qual tipo de apoio recebeu? Teve apoio dos familiares? De amigos? Que tipo de apoio? E do seu companheiro?	
Relação com a instituição	1º contacto •o processo de atendimento. •Tipo de apoio	Como conheceu a instituição? Quanto tempo você está no AJM? Foi indicado por alguém? Por alguma instituição, redes sociais? Porque recorreu ao apoio? Sentiu alguma dificuldade em receber ajuda? Ficou constrangida, envergonhada... Seus amigos e familiares tem conhecimento que recebe esse apoio? Ajuda a divulgar o AJM a quem precisa? Qual tipo de apoio recebeu do AJM? Como ocorreu o processo de atendimento? Ainda recebe o apoio do gabinete do AJM? Porque decidiu integrar o ateliê? Já tinha algum conhecimento ao nível técnico de corte e costura?	Como chegou à instituição Quanto tempo está no AJM Foi indicado? Redes sociais? Porque procurou o projeto Ao receber ajuda teve alguma dificuldade moral? Fala para alguém sobre as ajuda, ou guarda para si? Divulga o AJM para quem precisa Quais apoios recebidos O processo de atendimento foi tranquilo, teve dificuldade? Como se sentiu em precisar de ajuda com as coisas do bebê.

	Situação atual	Neste momento, que tipo de apoio lhe dá a instituição? Como se sente com o apoio que recebe? Como seria se não recebesse esse apoio? Qual impacto teve em sua vida com o apoio da Ajuda de Mãe? Estar no AJM contribuiu para melhorar sua situação financeira? O apoio prestado pelo AJM teve algum impacto na sua vida profissional? Se sim, Qual? Tendo em vista sua integração ao ateliê, considera se mais apta a trabalhar? Porquê? Percebeu alguma mudança familiar desde a integração no ateliê? Qual? Que importância atribui à ajuda que recebe do AJM? Desde sua integração ao ateliê, notou mudanças de sua autoestima, na sua motivação, comunicação? Fale sobre cada mudança. Sentia-se solitária antes de integrar ao ateliê? Se sim, qual mudança ocorreu? Se não, porquê? No ateliê percebeu trabalho de equipe? Se sim, quem momentos? Se não, porquê?	Qual apoio recebe Sentimentos em precisar de ajuda. Teria recursos para suprir tudo que precisa do bebê. Como o AJM impactou sua vida com a ajuda recebida. Sua vida financeira melhorou estando no ateliê Quem mora sabe dessa ajuda, se sentem vergonha ou acham normal, ficam gratas. Se a integração ajudou na hora de conseguir emprego Relação familiar com a integração no ateliê Qual a importância da ajuda recebida. Se teve mudanças nos aspetos pessoais Sentia sozinha e se teve mudança ao entrar para o ateliê Se tem trabalho de equipe
	Atividades que participa	O que você sente quando está aqui no ateliê? Já sabia costurar antes ou aprendeu aqui? Fez amizades aqui no ateliê? Com que frequência vem ao ateliê? Participa de outro projeto além desse?	O que o ateliê transmite Costurava antes ou aprendeu no ateliê Se fez amizades Quantas vezes na semana frequenta o ateliê Frequenta outro projeto além do AJM Se se ensinou algo Se costura em casa.

		Já teve a oportunidade de ensinar algum dote no ateliê? Coloca em prática em casa o que aprendeu no ateliê?	
IMIGRAÇÃO	Percurso Migratório	O que motivou a vim para Portugal? Você se sente culpada ou arrependida de ter vindo para Portugal? No seu país tinha uma vida boa, confortável? Trabalhava em que no seu país de origem? Possuía bens lá? Era seu sonho ou de seu parceiro a vinda para cá? Que outro apoio recebeu além do AJM? Qual seu primeiro emprego no país de origem? Qual seu último emprego no país de origem? Teve dificuldade em viajar com os filhos? Ele trabalhava em que área no país de origem? Sentiu diferença entre a gravidez aqui e no seu país? Deixou algum filho para trás? Como se sente em relação a essa situação?	Porque veio morar em PT Se está arrependida de ter vindo devidos as dificuldades Padrão de vida antes de PT trabalho antes de PT se tinha ou em casa, carro... quem desejou estar aqui se teve alguma ajuda de outra instituição. Qual. Primeiro emprego antes de PT último emprego antes de migrar Teve consentimento do pai dos filhos para viagem Devido às dificuldades do imigrante se notou diferença na gestação. Teve algum filho que não veio, como é a relação com ele, consegue ajuda de alguma forma Sente culpa, remorso... por ter deixado o filho para trás?
EXTRAS	FUTURO	Em que momento da sua vida se sentiu mais perdida? Qual seu maior sonho? Você se sente responsável pela vida que tem hoje? Voltaria no tempo para mudar algo? Qual hábito te deixa mais feliz? De que maneira você se recarrega do mundo? Possui algum dote artístico?	Se teve momentos que não sabia o que fazer. Sonhos, desejos.... Se sente responsável por tudo que está acontecendo com a família O que mudaria se pudesse voltar ao tempo O que faz para recuperar a energia e seguir em frente

		Quem você sente mais falta? Pretende ficar em Portugal? Se mudar para outro país ou retornar aos seu de origem? Se sua fosse uma mochila, o que gostaria de descarregar para que ela fique mais leve? Qual mensagem que gostaria de deixar para as funcionárias do Ajuda de mãe?	Dotes O que sente falta do país de origem Pretende ficar por PT ou não Qual peso gostaria de tirar das costas Mensagem para equipe.
--	--	---	--

Anexo 2 - Consentimento informado

Associação ajuda de mãe: ações que transformam vidas

Projeto de mestrado: Nádya Dally Mateus

Descrição do estudo: Sou estudante do 2º ano do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária e encontro-me a desenvolver a minha dissertação de mestrado intitulada “Ajuda de mãe: ações que transformam vidas”. O objetivo é o de compreender o impacto que o apoio disponibilizado pela instituição Associação Ajuda de Mãe de Santarém tem nas vias e biografias das grávidas e puérperas que a ela recorrem.

Metodologia do estudo: Estudo de caso sobre a instituição, com recolha de entrevistas às mães que frequentam/recorreram à instituição.

A recolha dos dados será efetuada num único momento, através de uma entrevista, sendo garantido o anonimato.

A entrevista tem a duração prevista de uma hora e será conduzida em local resguardado, de forma a garantir a confidencialidade dos dados. Só a equipa de investigação terá acesso à informação recolhida e em nenhum momento a identidade dos participantes será revelada.

A participação é voluntária, e a qualquer momento os participantes podem desistir da entrevista ou pedir para retirar a sua informação do estudo.

Por favor, leia atentamente o consentimento informado apresentado a seguir.

CONSENTIMENTO INFORMADO, ESCLARECIDO E LIVRE PARA PARTICIPAÇÃO EM ESTUDO DE INVESTIGAÇÃO

De acordo com o regulamento (UE) 2016/679 do Parlamento Europeu do Conselho Europeu de 27 de abril de 2016, e as suas especificidades nacionais – Lei nº 58/2019 de 8 de agosto e Lei nº 59/2019 de 8 de agosto.

1. Confirmo que li a folha informativa e que compreendo em pleno o que é esperado neste estudo.
2. Confirmo que tive a oportunidade de colocar questões e de obter resposta sobre o estudo.

3. Tomei conhecimento que não sou obrigado a participar neste projeto e posso desistir a qualquer momento.
4. Tomei conhecimento que a entrevista inclui gravação áudio cuja transcrição será anónima.
5. Tomei conhecimento que as gravações áudio efetuadas durante a entrevista serão arquivadas de forma segura pelos membros da equipa e em separado deste consentimento informado.
6. Tomei conhecimento que as informações recolhidas durante a entrevista serão anonimizadas e que nenhum elemento relativo à minha identidade será tornado público.
7. Dou o meu consentimento para que as informações anonimizadas recolhidas durante a entrevista possam ser usadas em relatórios do estudo, conferências e publicações no âmbito académico.

Participante:

Nome: _____

Assinatura: _____

Email ou telefone: _____

Data: _____

Estudante de Mestrado:

Confirmo que este consentimento informado foi entregue ao participante:

Nome: _____

Assinatura: _____

Data: _____