



11º Encontro Internacional de Política Social 18º Encontro Nacional de Política Social

Tema: Entre o capital e a vida: questão social,
crise ambiental e resistências

Vitória, ES, Brasil, 18 a 20 de agosto de 2026

Eixo: Direitos geracionais

Reflexões sobre cuidados de mulheres negras à familiares idosos dependentes

Rayanne Elisabete Da Silva Diogo¹

Resumo: Esta produção é resultante do recorte do Trabalho de Conclusão de Curso da graduação em Serviço Social pela UERJ, desenvolvido pela autora no ano de 2022. As vivências como cuidadora familiar junto de outras mulheres negras da família, instigou a curiosidade pelo tema, buscando conhecer melhor esta realidade cada vez mais comum nos lares brasileiros. Pretendemos trazer novos significados ao cuidado a partir de filosofias africanas que estão alinhadas às nossas perspectivas de Sankofaa, que é o movimento de resgate dos valores ancestrais para orientar o futuro. Problematicamos as categorias de raça, gênero e território, promovendo um convite a construir uma nova perspectiva de cuidado exercida por mulheres negras, elucidando seus desafios e potencialidades.

Palavras-chave: cuidado; idosos; mulheres negras; racismo; saúde.

Reflections on the care of black women for dependent elderly family members

Abstract: This production is the result of an excerpt from the Course Completion Work for the degree in Social Service at UERJ, developed by the author in 2022. Her experiences as a family caregiver alongside other black women in the family, instigated curiosity about the topic, seeking to better understand this increasingly common reality in Brazilian homes. We intend to bring new meanings to care based on African philosophies that are aligned with our Sankofaa perspectives, which is the movement to rescue ancestral values to guide the future. We problematize the categories of race, gender and territory, promoting an invitation to build a new perspective of care exercised by black women, elucidating their challenges and potential.

Keywords: careful; Black women; elderly; family; racism; health.

Introdução

Em diversas ciências e áreas de estudo, incluindo-se o Serviço Social, da qual pertencemos, há um debate quase que interminável de que “na prática a teoria é outra”, enfatizando que muitas vezes o que está descrito nos livros, artigos e demais produções não se traduz na realidade daquele determinado fato. Em busca de uma resposta, que acreditamos não ser absoluta, dentro do nosso debate, nos aproximamos das vivências de mulheres negras que cuidam de familiares idosos, a fim de analisar as semelhanças e particularidades que são experienciadas neste universo. Entendemos que o cuidado é complexo e múltiplo, portanto, é pertinente demarcar que nos limitamos a debater o cuidado ao idoso, por entender que é um movimento crescente e importante, dado o aumento da expectativa de vida brasileira.

¹ rayannelisabete@gmail.com

Dentre muitos atravessamentos, a saúde tem grande influência no tipo de experiências que serão vividas pelos idosos e suas famílias, o estudo desenvolvido pelo Instituto de Estudos para Políticas de Saúde mostrou que a prevalência de doenças crônicas não transmissíveis entre os idosos pode ser determinante para as limitações funcionais que resultam na dependência. (IEPS, 2023)

É nesse momento que a cuidadora aparece. A fragilidade surge e o idoso passa a ter dificuldades para realizar sozinho as atividades da vida diária como higiene pessoal, alimentação, vestimenta e administração de medicamentos. Além disso, a dependência não se manifesta apenas nas ações de subsistência, a dificuldade do idoso em adaptar-se aos problemas cotidianos, a sociabilidade e participação na comunidade permeiam igualmente essa relação.

A função de cuidar é exercida majoritariamente por mulheres negras, sendo assim, é importante demarcarmos os marcadores raciais do processo de envelhecimento e de cuidados. Quando falamos de cuidados negros à idosos, estamos falando de famílias negras em que as mulheres cuidam de tudo e todos e famílias impactadas de diferentes formas pelo racismo, em todas as faixas etárias.

Para entendermos melhor as relações presentes nas famílias negras, evocamos Fanon (2008) ao evidenciar que a família é uma instituição que se forma a partir de outra mais vasta, o grupo social. De acordo com ele, o grupo social das pessoas negras vivencia uma *catharsis coletiva*, que é o acúmulo de energias, sob forma de agressividade, que precisa ser liberado. Essa liberação está associada à identificação, pertencimento e valorização do ser negro. Acontece que, na nossa sociedade, essas formas de liberação são negadas e as pessoas negras passam a ter dificuldade de se reconhecerem como potentes e dignas.

Ora, se a família negra, se forma a partir do grupo social de negros, concluímos que a *catharsis coletiva* faz parte deste núcleo familiar e atravessa as relações constituídas por ele nas diversas fases da vida.

Diante disso, estudar o cuidado exercido por pessoas negras e para pessoas negras, é duplamente complexo, pois precisamos pensar em como estes processos se apresentam na vida dos idosos e das cuidadoras. A partir disso, temos como objetivo estabelecer uma reflexão crítica com recorte racial que abarque possibilidades de cuidado sem sobrecarga e perpetuação do adoecimento advindo dessa responsabilidade, pois

entendemos que as mulheres negras que cuidam hoje, serão as idosas cuidadas por outras mulheres negras no futuro.

Desenvolvimento

A escravidão e a apropriação dos saberes africanos edificaram o poder de brancos sobre negros. Foi através do tráfico e sequestro de diversas famílias negras que a “supremacia branca” estabeleceu sua suposta superioridade, construindo a ideia de que toda e qualquer expressão cultural ou filosófica negra não deve ser validada da mesma maneira do que as europeias. Este processo foi chamado de *Maafa* por Marimba Ani (1994). O grande desastre é sentido até os dias atuais e capaz de incutir às pessoas negras o sentimento de incompletude, ou seja, a sensação de sempre faltar algo e que seus esforços não são suficientes para garantir um futuro blindado das desigualdades sociais.

Nascimento (1980) mostra que o sistema de relações de raça no Brasil foi tão bem estruturado a ponto de que os descendentes de brancos europeus não tenham sofrido da mesma forma os desafios das transformações sócio-políticas da nação.

De fato, o sistema capitalista não foi produzido para acolher e proteger pessoas negras. Ao contrário, ele se configura como um perpetuador de barbáries e abismos sociais. Uma das expressões dessa realidade é a associação de pessoas negras às atividades não valorizadas, e, que, conseqüentemente, não são devidamente abordadas nos espaços de decisão. Essa lógica somada a constante luta por sobrevivência, contribui com o afastamento de pessoas negras dessas discussões.

Esses fatores contribuem com a compreensão de que as dificuldades encontradas no processo de cuidar vêm de questões individuais, relacionadas a falta de capacidade, má administração do tempo e de recursos financeiros.

Cuidar de uma pessoa dependente é uma tarefa árdua, cansativa e desafiadora. É um trabalho não reconhecido nesta sociedade, por vezes desempenhado integralmente e de forma solitária Diogo (2022), Silva (2022) e Gaudenzi et. al (2022). O Estado, que também é responsável pelo cuidado dos que dele necessitam, se ausenta e sobrecarrega as famílias, sobretudo a mulher cuidadora.

A Política Nacional de Cuidados, instituída em 2024, demonstra que este debate tem ganhado certo espaço na agenda pública, porém ainda precisa ser ampliado, principalmente no que tange a garantia do cuidado à cuidadora. Ao longo de toda a Lei 15.069 observamos menções à importância dessa relação, o que representa um certo

reconhecimento do trabalho desempenhado pelas mulheres, embora ainda não tenha se traduzido na prática.

Em muitos casos as cuidadoras não têm rede de apoio ou não o recebem como esperavam e por isso sentem-se sozinhas. Os familiares que poderiam auxiliar na rotina de cuidados, se ausentam e participam apenas de atividades secundárias, como apoio financeiro ou visitas pontuais. Entretanto, consideramos que essas ações são insuficientes para promover de fato uma divisão de responsabilidades, uma vez que há desproporcionalidade entre o tempo dedicado e recursos mobilizados para o cuidado ao idoso, que não se esgota nas dimensões financeiras e afetivas.

Nomeamos esta relação de solidão presenciada. Há uma complexidade que envolve reconhecer tal diferença de contribuição para o cuidado e uma quebra de expectativa relacionada a participação dos demais familiares. Nesta dinâmica os laços afetivos podem ser abalados, conflitos da infância podem ser revisitados e causar um afastamento entre as partes, é comum que os “financiadores ausentes” tenham a ideia de que estão sustentando a cuidadora ou que os valores solicitados por ela são exagerados.

Por outro lado, em algumas famílias existe apenas uma pessoa que pode desempenhar o cuidado, seja por se tratar de uma família reduzida ou por a outra parte não dispor de condições de saúde para auxiliar no cuidado, como um casal de idosos dependentes que tem a referência de sua única filha, por exemplo. Aqui a solidão é latente e pode ser parcialmente suprimida através da presença de vizinhos ou amigos sem parentesco com a cuidadora e o idoso. É necessário pontuar que este tipo de contribuição tem se tornado escassa, tanto pela dinâmica apressada e individualista da vida cotidiana, quanto pelo afastamento da cuidadora de seu ciclo social. Essa é a solidão subjetiva, pois se apresenta de formas diferentes nas realidades das cuidadoras.

Dessa vivência surge a demanda por um acolhimento onde as cuidadoras possam partilhar suas experiências, trocar informações e se identificar como mulheres com objetivos e planos pessoais. Esses processos de solidão são ainda mais dolorosos quando falamos de mulheres negras, que vivenciam as mais cruéis formas de invisibilização na sociedade.

Acrescentamos as contribuições de Gaudenzi, Chagas e Castro (2022) ao elucidar que a mulher negra é duplamente afetada pelos efeitos do racismo: no âmbito psíquico e no âmbito físico. Tais implicações, no âmbito do cuidado, se revelam através da saúde

das cuidadoras. Cuidar de idoso dependente requer esforço físico, renúncia do lazer, descanso insuficiente e esforço mental. Entendemos esforço mental como o desgaste vindo do planejamento numa tentativa de superar desafios cotidianos, como administração da renda insuficiente, organização para ir às consultas ou receber visitas domiciliares da equipe de saúde, manutenção e limpeza do domicílio, compras etc. Em outras palavras, além de cuidadoras, geralmente elas também são donas de casa, totalmente responsáveis pelos afazeres domésticos.

Considerando que a população negra enfrenta diversos estigmas de saúde decorrentes do racismo estrutural, questionamos se o cuidado ininterrupto tem se traduzido como uma forma moderna de perpetuação do adoecimento das mulheres negras, pois conforme Passos (2020) a naturalização das violências e a objetificação contribuem para a invisibilização do sofrimento vivido por mulheres negras que cuidam, resultando na medicalização subjetiva.

Silva (2022, p.6) já havia alertado para o não reconhecimento do sofrimento do cuidado realizado por mulheres negras, ao estudar as dimensões desse acontecimento nas profissionais de saúde. A defasagem de dados de saúde com recorte racial ainda é grande e contribui para a consolidação do projeto de genocídio negro, através de uma negligência intencional.

Mas afinal quem são essas mulheres? Diversos trabalhos apontam que geralmente a cuidadora é uma mulher, negra, filha ou esposa, sem filhos, que quando não coabita com o idoso, realiza sua mudança para se dedicar integralmente ao cuidado. Os relatos colhidos por Diogo (2022), demonstram que a responsabilidade de cuidar geralmente é designada sem estruturação prévia ou possibilidade escolha. São ações impostas e com enorme impacto na vida das mulheres. Esse impacto pode ocorrer em maior ou menor grau a depender da dinâmica de cuidados estabelecida, considerando o quadro de saúde do idoso, o grau de dependência, a renda, rede de apoio e território.

Destacamos o território como um fator determinante para a efetivação da integralidade do cuidado. Um idoso dependente que reside em um bairro com uma unidade de saúde básica próxima ao domicílio tem mais facilidade para acessar os serviços de saúde e realizar acompanhamento contínuo. Já uma família que vive em uma região onde a unidade de referência é distante do domicílio, pode ter o acesso à saúde

prejudicado, sobretudo nas situações em que o idoso está acamado ou apresenta dificuldades de locomoção.

Nos apoiamos na compreensão ampliada de saúde, que não é a ausência de doenças, mas um direito humano, e que, portanto, não deve se restringir ao tratamento dos agravos. Falar e pensar em saúde no contexto de cuidados é refletir sobre a garantia da qualidade de vida, tanto do idoso, quanto da cuidadora. Compreendemos que ambas se relacionam, uma vez que um idoso saudável tende a exigir menos cuidados diários, proporcionando descanso adequado para cuidadora e disponibilidade para se dedicar ao autocuidado.

Quanto a renda demarcamos a urgência de uma política de cuidados que preste maior suporte financeiro às famílias com idosos dependentes, uma vez que o surgimento da demanda de cuidados reconfigura toda a estrutura familiar, fazendo com que a cuidadora, em muitos casos, tenha que renunciar ao trabalho remunerado. Assim, muitas passam a depender da renda do idoso e dos benefícios sociais para garantir a subsistência. Ratificamos que o valor atual do salário-mínimo fixado em R\$1.621, equivalente ao repassado no Benefício de Prestação Continuada (BPC), não é capaz de suprir todos os gastos advindos do cuidado, tampouco de garantir o sustento da cuidadora em todas as dimensões da vida social.

Considerações finais

Visto os atravessamentos do racismo no cuidado, concluimos que estamos diante de um projeto que atua na direção de reproduzir o imaginário de inferioridade negra, atingindo sua subjetividade por simplesmente existir e ser. Desse modo, emerge uma demanda urgente: a mobilização e construção de respostas que ultrapassem as “amarras” do racismo e valorize a identidade cultural e filosófica negra, para a projeção de um cuidado pleno, que atenda as inquietudes das mulheres negras cuidadoras e proporcione um envelhecimento saudável.

O primeiro passo é contrapor a ideia de que o cuidado negro atual se resume a continuidade das tarefas incumbidas aos escravizados para manutenção da supremacia branca. Pessoas negras já cuidavam umas das outras antes da escravização e desenvolveram saberes potentes para lidar com a necessidade do próximo, sem afetar negativamente sua própria existência, a comunidade e a natureza. Some (2003) conta que o povo Dagara, da África antiga, vivia em harmonia, homens, mulheres, crianças e

idosos, em uma organização estrutural que não se baseava em laços sanguíneos e na atribuição de responsabilidades de acordo com o gênero. Ou seja, todos pertenciam a uma família comum e contribuíam igualmente para a manutenção e proteção da comunidade. Um exemplo é a participação da comunidade na criação da criança, que não é apenas responsabilidade do pai e da mãe, mas de todos, tendo assim diversos pais e mães.

Isso implica dizer que além da coletividade e senso de pertencimento dos povos tradicionais africanos, não há a demarcação do espaço privado da família, tal qual vivenciamos hoje. Todos vivem “do lado de fora”, em contato com a natureza, os conflitos não devem ser tratados apenas dentro de casa, mas na comunidade em geral, para que diversas visões contribuam na resolução de um determinado conflito. Trata-se de uma visão de mundo que não se baseia na individualidade e que valoriza a troca entre as pessoas.

Essa configuração se opõe ao abandono e solidão das mulheres negras que cuidam, entendendo que com a colaboração de atores diversos é possível que o cuidado seja executado sem sobrecarga. Dialogando com a realidade vivenciada hoje, comparamos essa compreensão a demanda de participação dos homens, do Estado e da sociedade no geral como responsáveis pelo cuidado.

O mesmo pensamento está presente nos estudos de Fonseca et. al (2025) que reconhece os terreiros de candomblé e umbanda como espaços legítimos de cuidado, que oferta cuidado psíquico através da conexão com a natureza, da dança e da espiritualidade. Mais do que templos religiosos, os terreiros são berços que seus filhos podem recorrer para recuperar e harmonizar energias, descansar e serem cuidados. Há um trabalho coletivo organizado para atender aos que precisam de acalanto, com uma divisão de responsabilidades que vai desde a manutenção da casa até a execução de rituais.

A vivência no capitalismo é completamente oposta daquela apresentada por Some, vivemos em uma rotina exaustiva em que nem sempre podemos partilhar nossos desafios com o outro, nossas relações são tomadas de individualismo e as noções de casa e família são restritivas. Porém, conforme Fanon (2008), enquanto pertencentes do grupo social de pessoas negras, partilhamos de diversas experiências comuns, que precisam ser retratadas e discutidas entre nós, para que sejam elaboradas ações políticas e organizadas que respondam às nossas demandas.

Nosso principal desafio é adaptar os ensinamentos ancestrais à nossa realidade, de forma que contribuam para a emancipação e liberdade das pessoas negras, principalmente das mulheres negras que cuidam.

Em primeiro lugar, acreditamos que esse caminho deve ser trilhado a partir do resgate de pertencimento, seja através da participação em movimentos sociais e culturais e coletivos negros, para que este (re)encontro seja possível. Neste sentido, é preciso elaborar formas de acesso às cuidadoras negras, discutindo nos diversos espaços públicos a questão racial, unidades de saúde, assistência social, praças e até mesmo as redes sociais se configuram como oportunidades de alcançar este público, convocando-o a contar sua história e demandas.

De certa forma, esse movimento já acontece quando mães atípicas, acompanhantes de pessoas com deficiência, mães solos e outros tipos de cuidadoras, se reúnem e mantêm contato para trocar experiências e informações. É importante entender que essa aproximação parte do princípio de autorreconhecimento, não à toa nasce das associações, movimentos e coletivos a luta por direitos e dignidade.

Nossa aspiração é de que essas organizações se estruturem e ganhem dimensão política, ocupando espaços de decisão. Em outras palavras, que além de promover acolhimento e segurança, estes agentes posam valorizar suas potencialidades e atuar na construção de um futuro digno e humanos às pessoas negras.

Por fim, cabe pontuar que essa não é uma tarefa apenas das mulheres negras que cuidam, mas da comunidade negra no geral, pois como já mencionado, o que temos vivenciado é a perpetuação do adoecimento do nosso povo via sofrimento geracional. Em outras palavras, nosso sofrimento tem sido transmitido às crianças, ainda que inconscientemente. Como resultado temos crianças que já crescem cansadas, impacientes e ansiosas, que entendem o cuidado como algo negativo, do qual não querem participar. Concordamos com Silva (2022) que “somos o povo que mais cuida e, também, o que mais morre”.

É fato que muitas das dificuldades em cuidar do outro e cuidar de si em nossa sociedade são inerentes a estruturação dela, sendo assim, muitas das violências e agravos mencionados só podem ser efetivamente superados com a reforma total da sociedade. Ou seja, com a construção de uma nova ordem societária. No entanto, ao tempo que não nos afastamos dessa certeza, compreendemos que existem oportunidades de ação e que não

há nada mais legítimo do que buscar executá-las, se movimentando para um futuro mais próximo da liberdade das opressões.

Referências

SAMPAIO Jr., Plínio de A. **Desenvolvimentismo e neodesenvolvimentismo: tragédia e farsa**. Revista Serviço Social e Sociedade, São Paulo: Cortez, n. 112, 2012.

ANI, Marimba. **Yurugu: uma crítica africano-centrada do pensamento e comportamento cultural europeu**. Trenton: Africa World Press, 1994. Disponível em: <https://estahorareall.wordpress.com/2015/08/07/dr-marimba-ani-yurugu-uma-critica-africano-centrada-do-pensamento-e-comportamento-cultural-europeu/>. Acesso em: 11 de maio de 2026.

DIOGO, Rayanne Elisabete da Silva. **Ressaltando a relevância do trabalho do (a) cuidador (a) de idoso dependente**. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso – Faculdade de Serviço Social, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, 2022.

FANON, Frantz. **Pele negra, máscaras brancas**. Tradução de Renato da Silveira. Salvador: EDUFBA, 2008.

FONSECA, Fabiane Rodrigues et al. **Psicologia e Cuidado Ancestral: tecendo diálogos entre as experiências do Conselho Federal de Psicologia com Povos de Terreiro e Quilombolas**. Psicologia: Ciência e Profissão, [S. l.], v. 45, n. spe2, e298481, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003298481>. Acesso em: 12 de maio de 2026.

GAUDENZI, Paula; CHAGAS, Andrea; CASTRO, Adriana Miranda de. **Efeitos subjetivos do racismo e cuidado: vivências e memórias de mulheres negras**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 28, n. 09, p. 2479-2488, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232023289.14062022>. Acesso em: 12 de maio de 2026.

MREJEN, M.; NUNES, L.; GIACOMIN, K. **Envelhecimento populacional e saúde dos idosos: o Brasil está preparado?** São Paulo: Instituto de Estudos para Políticas de Saúde, 2023. (Estudo Institucional, n. 10).

NASCIMENTO, Abdias do. **O quilombismo: documentos de uma militância pan-africanista**. Petrópolis: Vozes, 1980.

PASSOS, R. G. **Mulheres negras, sofrimento e cuidado colonial**. Revista Em Pauta: Teoria Social e Realidade Contemporânea, [s. l.], v. 18, n. 45, p. 116–129, 2020. DOI <https://doi.org/10.12957/rep.2020.47219>. Acesso em: 12 de maio de 2026.

SILVA, Ana Cláudia Rodrigues da. **O Cuidado Negro: mulheres negras profissionais da/na saúde no contexto da Pandemia da Covid-19**. Novos Debates, [s. l.], v. 8, n. 1, e8103, jun. 2024. DOI: 10.48006/2358-0097/V8N1.E8103. Acesso em: 11 de maio de 2026.

SOMÉ, Sobonfu. **O espírito da intimidade: ensinamentos ancestrais africanos sobre maneiras de se relacionar**. Rio de Janeiro: Odysseus, 2003.