

# 24 sobre 24

São mães e estão em casa a cuidar dos filhos. Não têm horários de entrada nem de saída. São mulheres válidas, mas serão realmente compreendidas em sociedade?

Por Leonor Antolin Teixeira



Pexels

**A** exigência que o papel de mãe implica não discrimina idades, etnias ou estratos sociais. Ser mãe é o mais exigente papel que a sociedade impõe e um trabalho árduo. Causa ansiedade, angústia e até, por vezes, uma sensação de prisão. Mas o caminho que se faz, nesse quotidiano que chega a ser doloroso (física e psicologicamente), oferece uma riqueza incomensurável. É a certeza dessa riqueza que está na origem de uma escolha, por muitos, ainda incompreendida. Falámos com três mães que cuidam dos seus filhos a tempo inteiro. O que dizem e como passam os seus dias? Acompanhe-nos nesta viagem.

## Os ganhos

Testemunharam o primeiro sorriso, viram os seus filhos dar os primeiros passos e escutaram-nos a dizer as primeiras palavras. Estes são momentos únicos, que se incluem na tal riqueza que acompanha a escolha destas mães. Helena Pestana, 37 anos, era jornalista numa revista semanal. Os trabalhos fora de horas e aos fins de semana, bem como os fechos de edição, que obrigavam a permanecer na redação até tarde, não eram compatíveis com os seus desejos e objetivos. “Quando nasceu a minha filha mais velha, as minhas prioridades alteraram-se e, felizmente, tive a possibilidade de poder escolher como preferia que fossem passados os primeiros anos da Júlia: numa creche ou em casa comigo?”, recorda. A decisão foi fácil. “Decidi ficar em casa”, acrescenta. Helena trabalhou ainda durante algum tempo como *freelancer*, para a mesma revista, enquanto cuidava, em simultâneo, do bebé que tinha em casa. Entretanto, o cenário mudou. “Deixaram de surgir oportunidades na revista para continuar a fazer trabalhos esporádicos e acabei por não procurar outros trabalhos, até porque já estava grávida da segunda filha...” O primeiro ano da filha mais velha completou-se e, com ele, instalou-se uma certa nostalgia e saudades do trabalho fora de casa. “Nem sempre é fácil, acordar e não ter de sair de casa, nem sequer da cama, para começar a trabalhar. Mas acho que o mais complicado de gerir é a sensação de prisão que, por vezes, estar sozinha em casa com crianças provoca. Já várias vezes me aconteceu fazer planos para sair e desistir.” Helena tem hoje mais um bebé, um rapaz, com dez meses. Apesar do trabalho se multiplicar, Miguel é a terceira razão que a mantém convicta da decisão que tomou. “Não tenho dúvidas de que os meus filhos ganharam muito com a minha presença e com uma ida mais tardia para a escola. E eu, sem dúvida, também ganhei. Poder estar ao lado deles em todas as etapas do seu desenvolvimento, ver todas as primeiras vezes de alguma coisa... Tudo isso faz esquecer qualquer momento mais complicado ou saudoso da minha ‘antiga vida’. Não trocava esta vida familiar que tenho pelo que quer que fosse!”, confessa.

Patrícia Costa, 39 anos, trabalhou mais de dez anos em ajuda humanitária. Foi diretora de um hospital e de uma ONG muçulmana na luta contra a sida e, mais recentemente, tinha uma empresa em nome próprio. A empresa atravessava uma fase crucial, quando Clara nasceu. Ironicamente, com o nascimento da filha deu-se o fecho da empresa. Patrícia acabou por ficar em casa, como explica: “A minha empresa tinha cinco anos e eu, na altura, percebi que, para dar o salto, tinha de me juntar a alguns ‘tubarões’. Falei com um grupo empresarial, que apostava em investir capital em pequenas empresas, e tinha já um plano de negócio aprovado para fazer uma fusão. A fusão foi aprovada em junho. Em janeiro, quando a Clara nasceu, a empresa-mãe continuava a empurrar com a barriga e, basicamente, a mentir-me relativamente ao que seriam os *timings* dos próximos passos. Não voltei à empresa depois da Clara nascer. Quando em junho me deram a entender que poderia demorar mais um ano a acontecer a fusão e que, entretanto, poderia ser apenas funcionária deles, decidi fechar a minha empresa e despedir as pessoas que trabalhavam para mim.” Foi preciso ter coragem para tomar esta decisão? Patrícia acredita que sim. “Escolhi fechar a empresa. Escolhi ficar em casa. Esta opção é da minha inteira responsabilidade. Felizmente, sempre tive coragem para fazer o que me mandava o coração”, congratula-se.

À semelhança de Patrícia Costa, também Mariana Horgan, de 32 anos, mãe de três filhos, fala de coragem: “É precisa uma boa dose de coragem, de descontração em relação ao futuro e de autoconfiança, para lidar com questões como a hipótese de – a precisar de arranjar emprego – ter no currículo dez anos de ‘mãe a tempo inteiro’... Além disso, temos de pensar no facto de não termos direito a reforma, de, possivelmente, termos de depender de um marido para ir às compras, ao cabeleireiro, tomar um café... É preciso, ainda, ter coragem para lidar com os julgamentos das pessoas, que podem ser duros. E ter confiança para pensar que, se for preciso, se dá a volta a tudo sozinho, no caso de uma catástrofe, como um divórcio, por exemplo. Sei que não vai acontecer, mas se acontecesse, sei que sobreviveria.”

Para Cláudia Madeira Pereira, psicóloga, esta coragem, bem como a força psicológica intrínseca à escolha destas mulheres são inatas ao papel de mãe. De todas as mães. Ser mãe é, por si só, um papel exigente, como explica: “Não diria que é necessária uma certa coragem, estabilidade ou força psicológica para tomar a decisão de ser mãe a tempo inteiro... Se falamos de coragem, estabilidade ou força psicológica, então, não podemos esquecer também todas as outras mães que têm de conciliar a maternidade e o trabalho doméstico com o trabalho fora de casa. Mães estas que têm de se repartir pelas intermináveis tarefas – familiares, domésticas e profissionais – do seu dia a dia. Talvez essa coragem e/ou força psicológica sejam neces-

sárias a todas as mulheres que optam por ser mães atualmente, independentemente das que o fazem a tempo inteiro ou não. Portanto, não diria que as mães que optam por ficar em casa tenham de ter determinadas características ou capacidades psicológicas. Estas mães podem ter de lidar com determinados desafios específicos, diferentes daqueles com que se confrontam as mães que trabalham também fora de casa, mas, no fundo, todas as mães se deparam com dificuldades e desafios. Ter determinadas características e competências psicológicas é sempre algo útil – e necessário – a todas as mães, independentemente de estarem em casa ou não.” Patrícia Costa está em casa com a filha há três anos. No *blog cronicasdamaternidade.com*, que criou para partilhar o seu quotidiano de aventuras, expressa os ganhos que a decisão de fechar a empresa lhe trouxe. As fotografias publicadas espelham o que as palavras acabam por confessar. “Ganhei um autoconhecimento que, julgo, nem dez anos num Mosteiro no Tibete me permitiriam... [risos] Estar permanentemente conosco próprias, obriga-nos a conhecêmo-nos melhor do que nos conhecemos, por vezes, numa vida inteira. Ganhei a maior riqueza que, para mim, existe: acompanhar o crescimento de um filho”, confessa.

A Mariana Horgan, o futuro tomou-lhe a vida de assalto e, sem espaço para grandes decisões, tudo acabou por acontecer de rompante. Com formação em Gestão de Marketing e um mestrado em Gestão de Território deixado a meio, no qual entrou por insistência do pai, foi estagiar para uma revista, em Lisboa. “As perspetivas eram as melhores. Adorava o meu trabalho, o ritmo acelerado, os elogios e as expectativas que os diretores depositavam em

mim. Acreditava que estava no princípio de uma carreira cheia de conquistas”, relata. Tudo mudou quando a mãe morreu. “O mundo, como eu o conhecia, deixou de existir. A minha mãe morreu... e, com ela, uma parte de mim. Obriguei-me a chorar o mínimo possível e a continuar a trabalhar sem interrupções. Pareceu-me o melhor na altura, não me deixar ir abaixo”, acrescenta. A estratégia que adotara funcionou durante algum tempo. Quando deixou de funcionar, os problemas antigos ganharam espaço e solucioná-los era urgente. “Uns meses depois, entrei numa depressão que andava a adiar... Fui a algumas sessões com um psicólogo, mas não ajudou muito. Resolvi sair daqui, pegar numa mochila e ir para longe. Precisava de estar sozinha para tratar a minha dor. Queria fazê-lo longe e queria dedicar-me a alguma coisa que me preenchesse. Fui fazer voluntariado com elefantes”, conta. Voltou à capital “de alma cheia”, como refere, e pronta para voltar a agarrar a vida. Estava ainda sem trabalho, quando soube da sua primeira gravidez. Tinha 25 anos, um namorado há sete e uma relação desgastada cujo fim se adivinhava. “Acabou por ruir de vez quando o Manel, o meu filho mais velho, tinha quatro meses. Ao ver-me sozinha com o meu bebé, magoada e desamparada, agarrei-me àquele amor enorme. E ele era tão bem-disposto, tão pequenino e inocente, sempre a rir, que merecia o melhor do mundo, merecia uma mãe feliz e forte”, explica. Contra todas as expectativas, conheceu o atual marido e voltou a engravidar. “Apaixonámo-nos e nunca mais nos largámos, contra todas as dificuldades. Começámos a namorar em 2012. Em 2013, tivemos a Leonor e, no Natal de 2014, recebi um pedido de casamento no sapatinho. Casámo-nos em 2015 e, em

Mariana Horgan com os três filhos, Manuel, Leonor e João

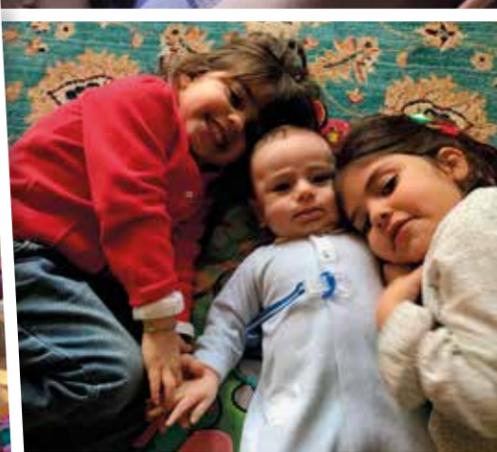


“Muitas vezes, dou por mim a responder com um aceno afirmativo a perguntas como: ‘Então, já arranjaste alguma coisa? Estás à procura de trabalho, não estás?’, ‘Não deves poder estar mais tempo sem trabalhar...’, ‘Já viste as vagas de marketing que abriram?’ Sei que é difícil este modo de vida entrar na cabeça das pessoas, e é complicado explicar quando o recetor não está disposto a ouvir...” Mariana Horgan



A jornalista Helena Pestana e os seus três filhos: Júlia, Isabel e Miguel

“Não trocava esta vida familiar que tenho por qualquer outra!” Helena Pestana



2016, tivemos o João. Agora, o Manel já tem seis anos, a Leonor três e o João 11 meses. Fiquei quase um ano a tempo inteiro com cada um, antes de irem para a creche. Fazendo as contas, estou há praticamente sete anos consecutivos à espera de bebé, a amamentar ou/e a mudar fraldas!”, contabiliza. Atualmente, com um marido com horários exigentes, Mariana acaba por ficar responsável pelos filhos noite dentro. “O Luís gere o seu próprio restaurante e não lhe vira as costas, nunca. No início, estava convencida de que era apenas uma fase, em que as coisas estavam mais difíceis, mas não... É sempre assim e isso não vai mudar. De segunda a sábado, chega a casa por volta da meia-noite, todos os dias. Eu costumo dizer que sou ‘mãe solteira’ de segunda a sábado. De vez em quando, ele lá consegue arranjar forças para participar nas nossas manhãs loucas... Às vezes, lá consegue vir a casa à tarde, fazer uma sesta ou lanchar connosco, mas é raro. Por muito boa vontade que eu tivesse e quase sem ajudas, tornava-se muito complicado ter um emprego das 9h às 17h, ou 18h, ou 19h...!”, admite. Muitos são os dias em que a sensação de loucura surge mais do que seria desejável, como acrescenta: “A certa altura, geralmente à hora dos banhos, birras de sono, jantares e cama, tenho vontade de fugir! Às vezes, ligo ao Luís desesperada, a dizer que não aguento mais e que quero trocar com ele, inverter os papéis, mas mesmo a sério!” Iguais momentos de desespero partilha Patrícia Costa. “Há dias complicados, sim, e depois também há os muito complicados! [risos] Há dias em que me apetece

desaparecer ou arranjar um clone... Ou ter uma varinha mágica! Qualquer uma destas opções me serviria. Mas como quem corre por gosto não cansa, posso dizer que nunca gostei tanto de fazer uma coisa em toda a minha vida. E eu já fiz umas quantas coisas...”

Pesando prós e contras, no final do dia, ficam os ganhos. “Ganho o privilégio de conhecer bem os meus filhos, de brincar com eles, de ser eu a educá-los, a acompanhá-los. Muitas vezes, depois da escola, quando estamos no parque, percebo que sou a única mãe que está com os filhos, porque todas as outras crianças estão com as empregadas, e penso: ‘Será que um emprego desafiante, um ordenado, viagens, convívio com outros adultos, o desempenho de funções mais exigentes para o cérebro, do que mudar fraldas e limpar narizes com ranho e mãos sujas, compensavam abdicar de estar tanto tempo com eles?!’ A resposta é não. A minha vida é feita de sacrifícios, mas não há trabalho mais importante, exigente ou gratificante do que o meu”, avalia Mariana Horgan.

A psicóloga Cláudia Madeira Pereira realça a importância destes ganhos, mas salvaguarda algo mais substancial. “Estas mães ganham em ter a oportunidade de acompanhar o crescimento e o desenvolvimento dos seus filhos. Estas são, geralmente, as pessoas que escutam as primeiras palavras dos seus bebés, assistem aos seus primeiros passos... Estas mães ganham por poderem estar presentes, por poderem assistir, acompanhar, escutar, incentivar, estimular, supervisionar, orientar e ajudar quando uma

mãe é mais precisa. Porém, talvez seja importante não sobrevalorizarmos estes ganhos, pois isso pode gerar sentimentos de culpa e insegurança nas mães que não têm a possibilidade de o fazer. Na verdade, o facto de estas mães ficarem em casa com os filhos não significa automaticamente algo positivo, assim como, com as outras mães – que não o podem fazer, porque estão a trabalhar – não significa automaticamente algo negativo ao nível da relação mãe/filhos. Tudo depende da qualidade dos cuidados que são prestados pela mãe, seja ela uma mãe que fica em casa com os filhos ou não.”

Aos ganhos das mães, a especialista acrescenta os dos filhos. “Os filhos ganham mais quando têm a mãe presente e por perto. Ganham uma infância mais protegida, ganham por ter mais supervisão parental, cuidados particulares e especiais, por parte daquela que é a cuidadora e o elemento de vinculação principal. Tal como referi anteriormente sobre o que estas mães ganham, também aqui os filhos ganham simplesmente por terem a mãe presente, por poderem ser acompanhados, orientados, escutados, estimulados e ajudados pela melhor pessoa para o fazer, a sua mãe. No entanto, e porque as coisas nem sempre são lineares, importa salientar que, ter uma mãe presente a tempo inteiro, não tem de ser necessariamente considerado um fator significativo, pois depende da qualidade dos cuidados prestados aos filhos. Assim como não podemos afirmar que os filhos das mulheres que trabalham têm menores ganhos ou maiores perdas em termos do seu desenvolvimento. Tudo depende da qualidade do tempo que as mães dedicam aos filhos, seja a tempo inteiro ou parcial.”

### Os desafios

Numa era em que as mulheres reivindicam cada vez mais os lugares de topo nas empresas, papéis de responsabilidade e equidade salarial, que espaço ocupam aquelas que decidem ficar em casa, a cuidar dos seus filhos? Dulce Morgado Neves, socióloga, investigadora do CIES-IUL – Centro de Investigação e Estudos de Sociologia – admite que continua a vigorar uma imagem pouco benéfica ou sequer justa relativamente a estas mulheres. “Acredito que sejam, sobretudo, razões de ordem económica e de realização pessoal, aquelas que mais pesarão sobre a decisão de uma mulher trabalhar fora de casa ou estar dedicada aos filhos a tempo inteiro. A decisão de ficar em casa com os filhos é, em princípio, uma decisão em consciência e muito ponderada pelas famílias, até porque ela continua a ser contracorrente. Isso não significa que quem faça essa escolha escape ao juízo alheio. Das mulheres com quem tenho falado, a ideia da ‘dondoca’, a figura da mulher dependente economicamente de um marido/pai provedor ou a imagem da mulher que não tem outros interesses e temas de conversa senão os relacionados com as crianças, são alguns dos arquétipos que o imaginário social constrói sobre estas mulheres, mas que elas recusam para si mesmas, por considerarem que estão longe de corresponder à realidade.” A psicóloga Cláudia Madeira Pereira partilha da mesma opinião: “Sem dúvida, existe o preconceito e estas mães são muitas vezes alvo de discriminação

social. Mas depende muito dos casos. Se estivermos a falar das mães a tempo inteiro de estatutos socioeconómicos elevados, estas são, muitas vezes, admiradas, invejadas e rotuladas como ‘dondocas’, pelo seu estilo de vida ser considerado um luxo. São vistas socialmente como as mães que têm o ‘privilégio’ ou ‘luxo’ de poder optar voluntariamente por ser mães a tempo inteiro. Mas se, por outro lado, estivermos a falar das mães a tempo inteiro de níveis socioeconómicos mais baixos, o caso muda de figura. Estas acabam por ser, muitas vezes, alvo de desprezo e de desvalorização social, sendo geralmente vistas como mães a tempo inteiro, não por opção própria, mas por força das circunstâncias. São socialmente rotuladas como ‘domésticas’, como sendo ‘sustentadas pelos maridos’, como desempregadas ou como alguém que não teve sequer a oportunidade ou a capacidade de arranjar um emprego minimamente satisfatório.” Helena Pestana confirma e acrescenta, ainda, um cenário de subvalorização. “Cada vez conheço mais casos de mães que, tendo essa possibilidade, optam por ficar em casa com os filhos até aos três anos. Hoje em dia, essa escolha é nossa, não é imposta pela sociedade, como noutros tempos, e há muitas mães que a fazem. No entanto, ainda há muita gente a olhar com estigma para uma mulher que o decide fazer. Estar em casa com os filhos é um emprego a tempo inteiro, porque, nestas situações, as crianças não vão à creche, mas ainda existe a ideia de que quem fica em casa não tem o que fazer e tem uma vida de luxo. A valorização e os olhares de orgulho continuam a ser dedicados apenas às mães e mulheres que têm carreiras de sucesso fora de casa. Parece-me que, muitas vezes, são as próprias mulheres a terem este tipo de preconceito em relação às mães que fazem esta opção. Esquecem-se de que foi para isso que a sociedade lutou, para que as mulheres possam tomar as suas decisões e escolher fazer da sua vida aquilo que as torna felizes e completas. No meu caso, a minha felicidade passou por poder ficar em casa com os meus filhos até irem para a escola.” Uma opinião partilhada por Mariana Horgan: “Há muito preconceito em relação às mães que optam por ficar em casa. Mas há preconceitos em relação a tudo! Os portugueses são muito preconceituosos. Seja em relação às crianças ou à maternidade em geral, as pessoas não têm pudor em opinar. Opinam e tentam intervir na educação das crianças, na alimentação, nas rotinas... Julgam as mães que trabalham arduamente e que passam pouco tempo com os filhos, mas também as que não trabalham e que decidem acompanhá-los. Muitas vezes, dou por mim a responder com um aceno afirmativo a perguntas como: ‘Então, já arranjaste alguma coisa? Estás à procura de trabalho, não estás?’, ‘Não deves poder estar mais tempo sem trabalhar...’, ‘Já viste as vagas de marketing que abriram?’ Sei que é difícil este modo de vida entrar na cabeça das pessoas, e é complicado explicar, quando o recetor não está disposto a ouvir...”

### As perdas

Para a socióloga Dulce Morgado Neves trata-se, acima de tudo, de uma realização pessoal por poucos compreendida, como refere: “A realização pessoal depende muito



A ex-empresária Patrícia Costa com a sua filha, Clara

daquilo que for o contexto social dessas mulheres e também daquilo que forem as suas expectativas pessoais em relação à sua vida. Há mulheres para as quais o seu objetivo primordial é o de ser mãe e que, eventualmente, podendo escolher, optariam sempre por não trabalhar fora de casa. É uma opção legítima e justificável, num contexto social e familiar onde as crianças ocupam uma centralidade e uma importância sem precedentes. Acho, inclusivamente, que o cuidado merece ser valorizado e que o cuidado das crianças, em particular, constitui uma função que é tão desafiante quanto importante para as nossas sociedades. No entanto, Portugal é um país que, embora sendo muito ‘familiarista’ em termos dos seus valores, conta com uma participação feminina muito consolidada nas esferas social e produtiva. E, efetivamente, as mulheres que optam por não trabalhar fora de casa continuam a ser uma minoria. Reiteradamente, o que os estudos nos indicam é que a carreira profissional e o trabalho remunerado são fatores de emancipação e de realização pessoal muito valorizados pelas mulheres e pelas mães e que o modelo dos dois progenitores a trabalhar a tempo inteiro é o mais usual, e também aquele com que os casais portugueses mais se identificam. Neste sentido, numa sociedade orientada para o sucesso profissional como base do reconhecimento e realização pessoais, parece-me compreensível – embora não desejável, claro – que as mulheres que, por opção pessoal ou por algum tipo de constrangimento, não exerçam uma ocupação profissional fora de casa se sintam socialmente desvalorizadas e acho que, como sociedade devemos, pensar sobre isso.” Ter de lidar com estes aspetos discriminatórios impostos

pela sociedade é, então, um dos desafios psicológicos mais significativos com os quais estas mães se deparam, como explica a especialista Cláudia Madeira Pereira. “Os maiores desafios psicológicos com que muitas destas mulheres-mães se podem confrontar são: ter de prescindir de uma vida profissional; a perda de liberdade ou independência financeira; ter de lidar com os constrangimentos económicos e financeiros do agregado familiar; ter de lidar com o preconceito e a discriminação social; ter de aceitar uma vida que, muitas vezes, pode ficar confinada à esfera familiar; a possível falta ou perda de vida social; e, finalmente, ter de gerir múltiplas emoções e sentimentos, que, tantas vezes, se tornam ambivalentes. Nomeadamente, os sentimentos de alegria e felicidade de poderem acompanhar o crescimento e o desenvolvimento dos seus filhos, mas, simultaneamente, os sentimentos de tristeza, solidão, inutilidade e inferioridade, que, muitas vezes, conduzem estas mulheres-mães à depressão, à ansiedade, à insegurança e aos problemas de autoestima e autoconfiança.” Para a socióloga Dulce Morgado Neves, apesar de Portugal ter um caminho percorrido em matéria da conciliação família/trabalho, há um outro longo trilho a percorrer, como finaliza. “Diria que é necessário conhecer melhor este fenómeno, estabelecer relações entre ele e outros aspetos da mudança social, como aqueles que ocorrem nas esferas do emprego, da demografia, das relações de género e no lugar simbólico que o cuidado vai ocupando nas sociedades. Temos também, porventura, de olhar para a experiência e para o caminho percorrido por outros países e identificar boas práticas que poderão servir o nosso contexto particular.” ●