



REDE MÃES EM CONSTRUÇÃO: COMUNICAÇÃO PARA O FORTALECIMENTO MATERNO

Coordenador (es): Gisele Aparecida Xavier Viana

Membros da equipe: Fabiana Cauhane Silva Oliveira, Isabela Cristina Silva Viana, Marco Túlio Souza Neto, Nívea Cristina da Silva Viana, Pâmela Teixeira Ribeiro, Silvia Grasiella Moreira Almeida

Campus: Congonhas

Área Temática: Saberes da Extensão - Saberes em Movimento: conectando pessoas, ideias e territórios

RESUMO

O projeto Rede Mães em Construção, teve suas primeiras ações iniciadas em 2021, com o propósito principal de criar um espaço de acolhimento e suporte para mães por meio da escrita, compartilhamento de experiências e fortalecimento da comunidade. A rede, que se estabeleceu por meio do blog Diário da Mãe em Construção, cresceu ao longo dos anos, resultando na publicação de dois livros e desenvolvimento do Chatbot Aurora que fará a integração com o blog do Diário da Mãe em Construção. Com uma trajetória de impacto comprovado, o projeto busca garantir a continuidade das atividades existentes e ampliar suas ações e parcerias, promovendo eventos, discussões e interações que contribuam para um materno mais leve, reflexivo e compartilhado.

Palavras-chave: Acolhimento, Maternidade, Escrita

INTRODUÇÃO

Durante a pandemia de 2021 surgiu a Rede Mães em Construção, projeto de extensão intercampi (Ouro Preto e Congonhas) voltado a dar voz às mães por meio da escrita autobiográfica em formato de cartas. A proposta incentiva o registro e a partilha de experiências, reunindo mais de 200 cartas de 80 autores, em sua maioria mulheres — idosas, negras/pardas, encarceradas ou recuperandas, familiares LGBTQIA+ e mães atípicas.



As cartas são publicadas semanalmente no blog Diário da Mãe em Construção e divulgadas nas redes sociais, sendo posteriormente reunidas em livros — dois já publicados e um terceiro em produção. Os temas se desdobram em *podcasts*, *lives* e exposições públicas, ampliando o alcance e o caráter acolhedor da iniciativa.

Com o tempo, o projeto passou a receber relatos de filhas, avós, pais e outros familiares, diversificando as narrativas e incorporando novas expressões artísticas, como ilustrações inspiradas nas cartas.

Além dos benefícios individuais, como o autoconhecimento e a ressignificação de histórias pessoais, a escrita autobiográfica desempenha um papel essencial na preservação cultural. Ela transforma a tradição oral em registros escritos, salvaguardando valores, crenças e vivências que representam a identidade das comunidades envolvidas.

Para apoiar o processo de escrita, foram desenvolvidas oficinas de "escrevivências" — termo cunhado por Conceição Evaristo para descrever uma escrita que nasce da experiência e vivência de quem escreve. Nessas oficinas, os participantes são incentivados a narrar suas próprias histórias, criando um espaço de expressão e reflexão que valoriza suas trajetórias. Essas atividades ocorrem em parceria com instituições e associações, como a APAC (Associação de Proteção e Assistência aos Condenados) e a AMUPD (Associação de Mães Unidas pela Deficiência).

Por meio da escrita e da divulgação dessas cartas, o projeto não apenas democratiza o acesso à cultura, como também fortalece os vínculos sociais, estimula a participação cidadã e reforça a importância das histórias de vida como instrumento de inclusão e reconhecimento.

DESENVOLVIMENTO (FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA E METODOLOGIA)

A maternidade envolve múltiplos desafios emocionais e sociais que impactam profundamente a vida das mulheres. Pesquisas apontam que mães enfrentam sobrecarga emocional, especialmente aquelas com filhos que apresentam necessidades especiais, e vivenciam períodos críticos como gravidez, parto e



puerpério (Moreira et al., 2023; Bruschini et al., 2009). Além disso, mães de baixa renda enfrentam dificuldades adicionais no cuidado infantil (Martin et al., 1999).

A divisão desigual das responsabilidades parentais é um fator relevante, com as mães assumindo a maior parte das tarefas diárias, como auxílio escolar, cuidados com a alimentação e participação em atividades escolares (Wagner et al., 2005). O suporte social é essencial para reduzir o estresse materno, sendo as redes de familiares, instituições e comunidade fundamentais para o bem-estar emocional (Rapoport et al., 2006).

Outro aspecto importante é a idealização da maternidade, que pode gerar sentimentos de culpa e inadequação, especialmente para mães solo (Rolim et al., 2021). Nesse contexto, a escrita se mostra uma ferramenta eficaz de elaboração emocional e promoção do bem-estar psicológico, ajudando na organização de pensamentos e na redução do estresse.

Diante desse cenário, redes de apoio que ofereçam acolhimento e troca de experiências tornam-se fundamentais. O blog Diário da Mãe em Construção surge como um espaço de suporte emocional, permitindo que mães compartilhem suas vivências. A partir dessa iniciativa, a Rede Mães em Construção consolidou-se como um espaço colaborativo com conteúdo, rodas de conversa, *lives* e *podcasts*. Para ampliar a interação, o Chatbot Aurora, desenvolvido por Azevedo (2025) no IFMG – Campus Ouro Preto, integra-se ao blog e facilita o acesso às cartas das participantes via *WhatsApp*.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Até o mês de setembro de 2025 foram publicadas 238 cartas no blog Diário da Mãe em Construção: as 64 primeiras compõem o primeiro livro, 70 o segundo, 100 o terceiro (em fase de execução) e 4 já iniciam o quarto volume. Observa-se um aumento significativo na produção, impulsionado pelas oficinas realizadas na APAC e na AMUPD. O objetivo atual é capacitar os bolsistas para ampliar parcerias com novas instituições e incentivar mais mulheres a compartilharem suas histórias.



A execução do projeto tem se mostrado um processo contínuo de construção e aprimoramento coletivo, articulando diferentes etapas e ferramentas de comunicação. A forma como procuramos avaliar o projeto é por meio do acompanhamento das interações nas plataformas digitais, das reuniões de equipe e devolutivas das participantes.

A seguir, temos algumas falas de mães que evidenciam o impacto do projeto:

“Ver que todos têm capacidade de superar quaisquer desafios, medos, traumas e adversidades.”

“Muitas das vezes me identifico com as questões de outras mães relatadas na carta, o que torna o projeto para mim, uma rede de apoio.”

“Saber que não estou sozinha, que os medos e desafios são comuns no papel de mãe.”

“Saber que todos nós, cada uma a sua maneira, passamos pelo processo.”

Esses depoimentos confirmam o potencial do projeto como espaço de escuta, acolhimento e fortalecimento coletivo. As plataformas envolvidas — grupo de *WhatsApp*, blog e perfil no Instagram (@diariodamaeemconstrucao) — são fundamentais para ampliar o alcance e engajamento das ações.

A implementação do Chatbot Aurora representa uma inovação tecnológica importante, voltada à personalização da comunicação com os leitores do blog. A ferramenta permite o acesso rápido a informações sobre o conteúdo das cartas e as atividades do projeto, além de estimular uma interação dinâmica e acessível com o público.

Os bolsistas do projeto têm se capacitado constantemente, para utilização do blog e do Chatbot Aurora. E feito tutoriais para que possam repassar a futuros integrantes do projeto.

Durante a execução, percebemos como principal desafio, conseguir mais cartas para o blog, já que muitas mães reconhecem o valor da escrita, mas encontram dificuldade em redigir seus relatos. Como estratégia futura, o projeto planeja ampliar as rodas de conversa para estimular novas produções em diferentes grupos da comunidade.



A experiência tem contribuído para a formação acadêmica dos estudantes, ao aproximá-los de processos de escrita, comunicação e mediação social, e também tem gerado dados e reflexões que poderão subsidiar futuras pesquisas sobre maternidade, redes de apoio e comunicação digital.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

AZEVEDO, I. F. **Desenvolvimento de produto técnico: Chatbot Aurora, uma assistente virtual para interação humanizada no Blog Diário da Mãe em Construção**. Trabalho de Conclusão de Curso (especialização) – Instituto Federal de Minas Gerais, Campus Ouro Preto, 2025.

BRUSCHINI, C.; MARTIN, C.; SILVA, M. **Trabalho e maternidade: desafios das mães de baixa renda**. Revista Brasileira de Estudos de População, v. 26, n. 1, p. 31-46, 2009.

EVARISTO, C. **Literatura negra: escriturências**. Revista Palmares, n. 5, p. 14–15, 2003.

MARTIN, J. A.; BARKIN, J. L.; MCKEEVER, A. **Socioeconomic status and maternal stress: implications for child development**. Child Development, v. 70, n. 4, p. 850-865, 1999.

MOREIRA, D.; LIMA, S.; ANTUNES, R. **Suporte social e sobrecarga materna: um estudo longitudinal com mães de crianças pequenas**. Journal of Family Studies, v. 29, n. 3, p. 405-420, 2023.

RAPOPORT, A.; VIEIRA, M. L.; WAJNMAN, S. **Redes de apoio social e maternidade: uma revisão teórica**. Cadernos de Saúde Pública, v. 22, n. 4, p. 671-685, 2006.

ROLIM, P. R.; CASTRO, L. M.; NOGUEIRA, C. P. **A romantização da maternidade e seus impactos na saúde mental das mães solo**. Revista Brasileira de Saúde Materno-Infantil, v. 21, n. 2, p. 189-202, 2021.

WAGNER, A.; MOSMANN, C.; VERZA, F. **O envolvimento dos pais na educação dos filhos: uma análise comparativa**. Psicologia: Teoria e Pesquisa, v. 21, n. 3, p. 305-312, 2005.