
A Situação da Paternidade e do Cuidado em Portugal em 2023

Colocar o Cuidado no centro de um Mundo em Crise



A Situação da Paternidade e do Cuidado em Portugal em 2023

**Colocar o Cuidado
no centro de um
Mundo em Crise**



AUTORIA

Tatiana Moura
Marta Mascarenhas
Milena do Carmo
Alexandre de Sousa Carvalho
João Dutra

Citação sugerida:

Moura, T., Mascarenhas, M., Do Carmo, M., de Sousa Carvalho, A., e Dutra, J. (2024). *A Situação da Paternidade e do Cuidado em Portugal em 2023: Colocar o Cuidado no centro de um Mundo em Crise*. Coimbra: Centro de Estudos Sociais/UC.

ISBN: 978-989-8847-65-2



Apoio:





ÍNDICE

Prefácio	8
Sumário Executivo: Situação da Paternidade no Mundo	10
RELATÓRIO DA SITUAÇÃO DA PATERNIDADE E DO CUIDADO EM PORTUGAL	19
Introdução	20
SECÇÃO 1. AS (NOVAS) FACES DOS CUIDADOS	23
Destaque 1. Caracterização da amostra em Portugal	24
Destaque 2. O que é cuidar?	28
SECÇÃO 2: QUEM CUIDA E QUEM RECEBE CUIDADO	29
Destaque 3. O tempo para o cuidado e a divisão das tarefas de cuidado na esfera doméstica	30
Destaque 4. O cuidado de crianças e adolescentes	37
Destaque 5. Os cuidados às pessoas idosas e às pessoas com deficiência	39
Destaque 6. O autocuidado e o cuidado comunitário	42
SECÇÃO 3: O CUIDADO EM TEMPOS DE PANDEMIA E A CONCILIAÇÃO ENTRE A VIDA PROFISSIONAL, FAMILIAR E PESSOAL	45
Destaque 7. O cuidado em tempos de pandemia	46
Destaque 8. Os custos da conciliação entre trabalho remunerado e trabalho de cuidado	49
SECÇÃO 4: AS LICENÇAS PARENTAIS E O CUIDADO NO CENTRO DAS PRIORIDADES	55
Destaque 9. As licenças parentais: o envolvimento dos homens desde o início	56
Destaque 10. As possibilidades de o cuidado ser colocado no centro de uma sociedade igualitária	62

PREFÁCIO

Maria Neto da Cruz Leitão

*Professora Coordenadora e Investigadora Principal
Escola Superior de Enfermagem de Coimbra*

Pensar e investigar o cuidado a nível global é fundamental, pois o cuidado é o elemento inaugural do processo de humanização. A humanidade não prescinde de cuidadores e cuidadoras e o cuidado representa o “umbigo” da humanidade. Sendo ontologicamente humano, precisamos mesmo de falar sobre o cuidado e de o colocar no centro da vida e dos interesses humanos.

Este relatório apresenta a situação da paternidade e do cuidado em Portugal em 2023 e incentiva a imaginar um mundo onde o cuidado é o centro das prioridades políticas e da vida quotidiana. Estes resultados integram o relatório sobre a situação da paternidade e do cuidado no mundo, do mesmo ano.

Mas o que é cuidar? Serão só atos físicos? Serão práticas sempre associadas a aspetos / sentimentos agradáveis? Cuidar será sempre “fácil e bonito”? O que é preciso cuidar? Quem precisa de ser cuidado/a? Serão só as crianças, as pessoas vulneráveis e as pessoas idosas? Cuidar contribui para o desenvolvimento pessoal e social? Existem vantagens para quem cuida? Como se pode conciliar o cuidado com o trabalho remunerado?

Hoje assume-se que cuidar é uma atitude de responsabilização que envolve muitos atos físicos, mas também um grande envolvimento

afetivo. Cuidar é uma (pre)ocupação constante que pressupõe solicitude. Cuidar exige (inter)ação respeitosa com as pessoas e a natureza. Cuidar é um *modo de ser essencial* em que cada pessoa, para coexistir, precisa de cuidar de si, cuidar das outras pessoas, cuidar do lugar que habita, cuidar do ambiente, cuidar do mundo. Todas as pessoas precisam de ser cuidadas ao longo do seu ciclo vital. Tudo precisa de ser cuidado. Cuidar é/deve ser o polarizador ecológico global da humanidade.

Neste relatório, constatamos que há outros cuidados para além dos cuidados físicos e que os cuidados emocionais também devem ser contemplados e valorizados. Em Portugal, as pessoas referem não dispor do tempo que desejariam para cuidar de filhas e filhos, de familiares vulneráveis e de si próprias. O principal motivo referido é o (excessivo) tempo usado no trabalho remunerado e as condições em que este é desenvolvido. Destaco um resultado que relaciona o tempo de autocuidado dos homens com o tempo para cuidar das outras pessoas, nomeadamente filhas e filhos e familiares vulneráveis.

O cuidado, sendo central na/para a existência humana, ocupa largos milhões de horas diárias a nível global. E, no entanto, continua a ser subvalorizado e não contabilizado nas relações económicas, não remunerado e

maioritariamente assumido por mulheres e raparigas. Por regra, o cuidado concorre com o emprego e, quase sempre, este é mais valorizado, porque se traduz em salário, ainda que o cuidado permita uma vida mais saudável, que é uma preciosa mais-valia para a produtividade no emprego. A Organização Internacional do Trabalho (2019) refere que, se o cuidado não remunerado fosse pago com o salário mínimo, representaria 9% do PIB mundial. Ou seja, tem um enorme valor económico que está longe de ser reconhecido e valorizado.

Contudo, ainda que nas últimas décadas tenha havido algumas (boas) mudanças, o cuidado continua a ter o rosto e as mãos das mulheres, de formas visíveis, invisíveis e invisibilizadas, de um modo que trespassa e absorve a sua existência. Disso nos dão conta os resultados apresentados neste relatório, que são convergentes com os resultados internacionais.

Qual a realidade do cuidado vivido em Portugal? Como é concebido o cuidado pelos homens e pelas mulheres com e sem filhas ou filhos? Quem cuida de quem? Que cuidados prestam? Que suporte existe para o cuidar? Como se concilia o cuidado com o emprego? Quais os obstáculos que se identificam para o cuidar? Porque é que os homens demoram (tanto) a ocupar o seu lugar de corresponsabilidade do cuidado? Porque é que o cuidado continua a ser tão desvalorizado? Sabendo que é essencial para a construção de um mundo mais justo, mais humano, mais próspero, porque tardam medidas políticas que assumam o cuidado como elemento basilar tanto para a produção económica como para a reprodução social?

Eis algumas das questões tão atuais e tão importantes a que este relatório procura

responder e problematizar. Apresenta-nos também as barreiras estruturais, políticas e sociais para que os homens sejam cuidadores, identificando também sinais positivos de mudança e de esperança a nível nacional e global, designadamente na reconstrução das masculinidades. Destaco uma análise em que é proposto que o cuidado deixe de ser tarefa desenvolvida (também) pelos homens, referindo-o como já sendo e podendo tornar-se cada vez mais uma experiência, uma dimensão e uma força transformadora das identidades masculinas, assumindo-se a *paternidade como um catalisador desta mudança*. É mesmo preciso *força para cuidar* e muitos homens já revelaram ter também esta força do cuidado – como humanos, como pessoas corresponsáveis na construção de um mundo mais justo e igualitário para todas as pessoas.

É muito importante ler este relatório. Desejo que ajude a (re)pensar o envolvimento dos homens no cuidado e na paternidade em Portugal. E que este conhecimento incentive a partilha destes temas com todas as pessoas, nos nossos diferentes contextos existenciais. Porque é urgente colocarmos o cuidado no centro da vida de todas as pessoas, para coexistirmos em paz, com saúde e bem-estar.

Como mulher, mãe e avó (também) de homens e meninos, enfermeira e professora de enfermagem, investigadora em género, saúde e desenvolvimento, felicito o Observatório Masculinidades.pt do Centro de Estudos Sociais/UC, o Equimundo e as pessoas autoras deste relatório, porque nos trazem perspetivas muito atuais e desafiadoras, não só para a academia, mas também para o poder político e para a sociedade civil, incentivando todas as pessoas a ver o cuidado como o centro do nosso mundo em crise.

SUMÁRIO EXECUTIVO

Colocar o Cuidado no Centro de um Mundo em Crise¹: A Situação da Paternidade e do Cuidado em Portugal em 2023

O Relatório sobre a Situação da Paternidade e do Cuidado no Mundo, da autoria de Equimundo e parceiros, é lançado, desde 2015, a cada dois anos, tendo como foco temas distintos que envolvem a importância e o estado da paternidade e do cuidado a nível global.

O Relatório Mundial de 2023, do qual Portugal foi parceiro direto, vem sublinhar, uma vez mais, resultados de anos anteriores: não existe, ainda, nenhum país no mundo onde mulheres e homens partilhem os cuidados de forma equitativa. No entanto, novos dados trazem-nos alguma esperança, com alguns resultados positivos sobre os papéis de homens e mulheres na prestação de cuidados. Simultaneamente, apresenta também dados sobre os motivos para a persistência de desigualdades na partilha do cuidado e as barreiras que impedem uma participação igualitária.

Os dados apresentados fazem parte de um inquérito que analisou não só quem presta cuidados, mas também como esses cuidados são prestados, a quem e o que pensam homens e mulheres sobre cuidado.

O relatório começa por nos instigar a imaginar um mundo que coloca *os cuidados no centro das*

prioridades políticas e da vida quotidiana, em que todas as pessoas tenham acesso a cuidados de saúde e educação, em que se partilhem os cuidados de forma igualitária, em que a licença parental para todos os pais e mães seja a norma, e em que todos os agregados familiares disponham de estruturas de cuidado a crianças de qualidade e a preços acessíveis e de apoio para cuidar de membros mais vulneráveis da família. Ou seja, constata que todos os tipos de cuidado são uma forma de trabalho que deveria ser valorizada e uma parte central das nossas vidas.

Mas esta visão parece ainda distante da realidade em que vivemos. Ao longo dos séculos, as tarefas de cuidado têm sido assumidas sobretudo por mulheres e raparigas, e, também por esse mesmo motivo, têm sido constantemente invisibilizadas e subvalorizadas, com ausência de remuneração ou remuneração insuficiente.

No entanto, de acordo com a Organização Internacional do Trabalho (OIT, 2019²), são realizadas diariamente em todo o mundo mais de 16 mil milhões de horas de trabalho de cuidado não remunerado - um montante que representa 9% do PIB mundial, ou cerca de 11 biliões de dólares por ano, se fosse pago com o salário mínimo.³

1 Este é o título do Relatório sobre a Situação da Paternidade no Mundo de 2023, da autoria de Equimundo, lançado em julho de 2023, e do qual o Observatório Masculinidades.pt foi parceiro de investigação: <https://www.equimundo.org/resources/state-of-the-worlds-fathers-2023/>

2 Prestação de cuidados: trabalho e profissões para o futuro do trabalho digno / Bureau Internacional do Trabalho – Genebra: OIT, 2019.

3 Em 2021, o Supremo Tribunal de Justiça (STJ) português pronunciou-se sobre este tema e condenou um homem que estava em união de facto a pagar mais de 60 mil euros à ex-companheira por trabalho doméstico, referindo que, em situações de evidente desequilíbrio, “não é possível considerar que a prestação do trabalho doméstico e os cuidados, acompanhamento e educação dos filhos correspondem, respectivamente, a uma obrigação natural e ao cumprimento de um dever [...] Desde há muito que a exigência de igualdade é inerente à ideia de justiça, pelo que não é possível considerar que a realização da totalidade ou de grande

Apesar de se registarem progressos em alguns países, os números mostram que, no melhor dos cenários, as mulheres dedicam ainda 1,2 a 2 vezes mais de tempo do que os homens a cuidados não remunerados.

Os obstáculos à partilha das práticas de cuidados incluem:

- políticas que não promovem a igualdade na prestação de cuidados;
- decisões familiares sobre o trabalho remunerado;
- a pobreza, as normas sociais e as relações de poder desiguais.

De acordo com dados recentes do Relatório da Paternidade no Mundo em 2023 (van der Gaag *et al.*, 2023), globalmente, os homens gastam apenas 19% do seu tempo total de não-lazer em trabalho não remunerado, em comparação com 55% do tempo das mulheres. No entanto, nem tudo são más notícias. Nos vários países⁴ onde foi levada a cabo a investigação, verifica-se que muitas das pessoas inquiridas apelam a que os cuidados estejam no centro das nossas vidas e exigem políticas que os destaquem.

A pandemia destacou o cuidado e reforçou como este constitui a base da nossa vida. Os homens afirmam que estão cada vez mais a partilhar cuidados e estão dispostos a agir para fazer mais. Mas o ritmo da mudança é, ainda assim, demasiado lento.

O Relatório de 2023 sobre a Situação da Paternidade no Mundo recolheu, pela primeira vez, dados inéditos sobre a situação em

Portugal (com 809 pessoas respondentes), com base nos quais escrevemos este Relatório sobre a Situação da Paternidade e do Cuidado em Portugal. O relatório sobre o nosso país lança os mesmos desafios colocados a nível global e tenta avançar com algumas propostas:

- Como colocar o cuidado no centro de um mundo em crise?
- Quais são os desafios?
- Quais os progressos e obstáculos?
- Que recomendações para uma sociedade mais igualitária?

Para refletirmos sobre a sociedade portuguesa e sobre os caminhos que desejamos trilhar para alcançar essas transformações, apresentamos, neste Sumário Executivo, os dados resumidos da Situação da Paternidade e do Cuidado em Portugal recolhidos em 2023.

SECÇÃO 1: AS (NOVAS) FACES DOS CUIDADOS INVISIBILIZADOS

Destaque 1. Caracterização da amostra em Portugal

- A média das idades das pessoas entrevistadas é de 40 anos.
- 52,5% identificaram-se enquanto homens cisgénero e 44% enquanto mulheres cisgénero. 1,2% identificaram-se como homens trans e 0,5% como mulheres trans. Pessoas não binárias totalizaram 0,4% e quem não se identificou com nenhuma das

parte do trabalho doméstico de uma casa, onde vive um casal em união de facto, por apenas um dos membros da união de facto, corresponda ao cumprimento de uma obrigação natural, fundada num dever de justiça”, descreve o acórdão. “Pelo contrário, tal dever reclama uma divisão de tarefas o mais igualitária possível, sem prejuízo da possibilidade de os membros dessa relação livremente acordarem que um deles não contribua com a prestação de trabalho doméstico, na lógica de uma especialização dos contributos de cada um”, acrescenta. O STJ sublinhou ainda que “o trabalho doméstico, embora continue a ser estranhamente invisível para muitos, tem obviamente um valor económico e traduz-se num enriquecimento enquanto poupança de despesas”. Fonte: Acórdão do STJ 1142/11.2TBBCL.1.G1.S1, de 14-01-2021.

⁴ São eles: África do Sul, Argentina, Austrália, Canadá, Chile, China, Croácia, Espanha, Estados Unidos da América, Índia, Irlanda, Líbano, México, Portugal, Ruanda, Suécia e Turquia.

alternativas disponíveis perfeitamente 1,4%.⁵

- 42,5% das pessoas declararam estarem casadas, 23,2% em uniões informais em coabitação e 8% relacionam-se, mas vivem em diferentes moradas.
- 66,9% das pessoas entrevistadas têm filhas ou filhos.
 - Entre elas, 32,5% vivem com uma criança e 21% com duas. As famílias consideradas numerosas representam

3,8% (até 10 crianças) e a média de idade de pais e mães é de 42 anos (41,02 anos para as mães, e 43,14 anos para os pais) e a das crianças, 7 anos.

- 75% das gestações foram planeadas.

Destaque 2. O que é cuidar?

O questionário continha questões abertas, sendo uma delas sobre a definição de cuidado. As respostas encontram-se representadas na seguinte nuvem de palavras:



5 Pessoas cisgénero são aquelas que se identificam com o género que lhes foi atribuído aquando do nascimento baseado em seus caracteres sexuais, enquanto pessoas trans (ou transgénero) são as que não possuem conformidade entre género atribuído e identidade de género. Pessoas não binárias estão em um espectro que engloba múltiplas identidades que foge do binarismo feminino e masculino.

SECÇÃO 2: QUEM CUIDA E QUEM RECEBE CUIDADO

Destaque 3. O tempo para o cuidado e a divisão das tarefas de cuidado na esfera doméstica

- Quando inquiridas se dispõem de tempo para a prestação de cuidados, 1/3 das pessoas afirmou sentir que não possuem tempo suficiente.
 - 40% das pessoas até aos 44 anos reporta tal sensação, que diminui conforme a idade avança;
 - Mais de 50% das mães que exercem alguma atividade remunerada reporta sentir não ter tempo suficiente, seja entre as que trabalhavam a tempo integral, parcial, de maneira independente ou reformada. Entre os pais (homens), apenas os trabalhadores independentes declararam sentir que não têm tempo suficiente.
 - Cerca de 86% das mães que responderam não dispor de tempo suficiente apontam o tempo gasto com o trabalho formal e remunerado como a principal causa da falta de tempo para realizar as tarefas de cuidado da casa.
- 43% dos homens que são pais *concordam* e 38% *concordam plenamente* que se sentem tão responsáveis pelas tarefas de cuidado quanto a outra pessoa co-cuidadora, mas apenas 30% e 31% das mulheres, respetivamente, afirmam sentir o mesmo em relação à outra pessoa que com ela partilha o cuidado.

- 30% das mulheres que são mães assumem mais responsabilidades no ambiente doméstico, uma vez que a outra pessoa com a qual se relacionam tem um emprego melhor remunerado.
- 31% das mães afirmam dedicar entre 2 e 4 horas diárias a tarefas de cuidado, enquanto 40% dos homens que são pais e mais de 39% das pessoas que não têm filhas ou filhos declaram dedicar entre 1 e 2 horas.
- Quando analisamos os dados segregados entre homens e mulheres, verificamos que 27% das mulheres dedicam entre 2 e 4 horas diárias em tarefas de limpeza, *versus* menos de 20% dos homens. No caso das mães, a percentagem aumenta para 31%, enquanto a dos pais mantém-se no mesmo índice (20%).

Destaque 4. O cuidado de crianças e adolescentes

- Cerca de 73% das mães e mais de 79% dos pais declaram não ter tempo para o cuidado de filhas ou filhos devido ao trabalho exercido fora de casa.⁶
- 19% das mães (e quase 12% dos pais) afirmam não receber apoio suficiente por parte do outro progenitor ou progenitora e 21% delas (e 12% deles) não possuem uma rede de apoio formada pela família alargada.
- No que se refere às necessidades emocionais da filha ou filho mais jovem, cerca de 32% dos homens que são pais afirmam que lhes dedicam entre 1 e 2 horas diárias, enquanto 25% das mulheres afirmam fazê-lo entre 2 e 4 horas.

6 Esse dado corrobora os resultados do estudo *Estado da Educação 2018*, publicado pelo Conselho Nacional de Educação em Portugal (2023), que aponta que as crianças passam 10 horas semanais a mais em creches e na educação pré-escolar do que a média europeia, totalizando 40 horas. Fonte: https://www.cnedu.pt/content/edicoes/estado_da_educacao/Estado_da_Educacao2018_web_26nov2019.pdf

- 21% das mulheres afirmam dedicar mais de 6 horas diárias ao cuidado físico, como dar banho, trocar fraldas, alimentar, levar e ir buscar à escola, cuidar quando está doente (sendo esta a maior percentagem entre todos os intervalos horários) *versus* 7% dos homens. A maior percentagem de respondentes, entre os pais (homens), é de cerca de 30%, e estes dedicam entre 1 e 2 horas.

Destaque 5. O cuidado às pessoas idosas e às pessoas com deficiência

- 75% das pessoas inquiridas afirma não ter tempo suficiente ao final do dia para conseguir prestar cuidados a pessoas idosas ou com deficiência e cerca de 17% não divide esse tipo de cuidado com outra pessoa da família.
 - Desses 75%, 82% dos homens que são pais e 77% das mulheres que são mães afirmam não ter tempo suficiente para prestar este tipo de cuidado.
- Nenhuma das mães respondeu que esta não é uma prioridade para si e nenhuma das pessoas entrevistadas considerou que este é um trabalho a ser desenvolvido exclusivamente por mulheres.
- O cuidado com pessoas da família que possuam algum grau de deficiência, traduzido pelo tempo dedicado ao cuidado logístico (levar a consultas médicas ou comprar medicamentos) é de até 2 horas para cerca de 44% das mulheres e para cerca de 50% dos homens.

Destaque 6. O autocuidado e o cuidado comunitário

- Mais de 78% da população inquirida afirma não ter tempo suficiente para cuidar de si, sendo que cerca de 20% não consideram esse tipo de cuidado como prioritário ou

não têm estabilidade e segurança para o poder fazer.

- Destas, quase 80% das mães declara não ter tempo suficiente para o autocuidado, sendo que 22% não o considera uma prioridade ou não possui estabilidade financeira para tal.
- No que diz respeito ao cuidado com o próprio bem-estar físico, menos de 39% das mulheres refere dedicar menos de 1 hora por dia a esse tipo de cuidado, enquanto mais de 35% dos homens declararam dedicar entre 1 e 2 horas.
- Em relação ao cuidado das suas necessidades emocionais, 67% das mulheres e 61% dos homens descrevem conseguir dedicar até 2 horas diárias.
- 65% das mães e 71% dos pais declararam ter até 2 horas diárias para o cuidado do bem-estar físico. No que diz respeito ao cuidado emocional, 40% das mulheres afirmam despende menos de 1 hora diária *versus* 30% dos homens.
- O cuidado comunitário (ou com a comunidade envolvente) é negligenciado por quase 74% das pessoas que responderam ao inquérito, sendo o principal motivo o tempo gasto com o trabalho remunerado. Ao mesmo tempo, 77% aponta como principal razão para tal o facto de não ter estabilidade financeira ou não considerar prioritário esse tipo de cuidado.

SECÇÃO 3: O CUIDADO EM TEMPOS DE PANDEMIA E A CONCILIAÇÃO ENTRE A VIDA PROFISSIONAL, FAMILIAR E PESSOAL

Destaque 7. O cuidado em tempos de pandemia

- Em relação ao tempo utilizado nas tarefas de cuidado depois da COVID-19, apenas

pessoas na faixa etária entre os 55 e os 65 anos afirmaram que o tempo dedicado não aumentou. Nas demais faixas etárias, pelo menos 42% das pessoas passaram a dedicar mais tempo às tarefas de cuidado.

- Quase metade das mulheres (48%) declararam dedicar mais tempo às tarefas de cuidado após a COVID-19, enquanto cerca de 45% dos homens afirmaram não haver um acréscimo no tempo de dedicação ao trabalho de cuidado.
 - Mas quando observamos os dados relativos ao cuidado de pessoas idosas, os homens afirmam que estão a dedicar mais tempo, tanto em relação aos cuidados físicos e logísticos quanto ao apoio emocional (cerca de 44%).
- Entre as pessoas que não têm emprego formal e remunerado, mais de metade (51%) declarou dedicar mais tempo ao trabalho de cuidado depois da COVID-19.
- Estudos anteriores (Gupta, & Hook, 2021⁸; Equimundo, 2022⁹) afirmaram que, quanto mais tempo os homens dedicam ao cuidado das próprias necessidades emocionais, mais tempo investirão no cuidado de filhas ou filhos mais jovens, e das necessidades físicas e emocionais de pessoas idosas de sua família. Os dados portugueses de 2023 de alguma forma confirmam, ainda que timidamente, esta associação positiva entre o tempo que os homens declaram dedicar ao autocuidado e o tempo a cuidar de outras pessoas. Ainda que se trate de uma correlação ligeira, que necessita de aprofundamento com investigações futuras, importa referir que as correlações

estabelecidas são superiores nos homens do que nas mulheres inquiridas.

Destaque 8. Os custos da conciliação entre trabalho remunerado e trabalho de cuidado

- Mais de 44% das pessoas inquiridas consideram que a família alargada, bem como cônjuges, constituíram o principal apoio depois de se terem tornado pais ou mães, seguido da redução da carga laboral (37,9%).
- Várias mães (39%) puderam gerir as suas responsabilidades parentais a partir da redução da carga laboral e, conseqüentemente, dos vencimentos, na mesma medida em que puderam contar com alguma rede de apoio da família alargada ou com a divisão das tarefas com cônjuge ou pessoa com quem tem um relacionamento. No caso dos homens, cerca de 37% declararam reduzir a carga laboral, enquanto mais de metade contou com uma rede de apoio e divisão com cônjuge (51%).
- Quando se perguntou sobre a vontade e disposição em obter uma licença adicional para prestação de cuidados, mais de 90% das pessoas inquiridas afirmaram que defenderiam essa questão no local de trabalho e que realizariam as funções extraordinárias para quem estivesse de licença (cerca de 80% das mulheres e 83% dos homens).
 - 66% das mulheres e 60% dos homens estariam dispostos a mudar de emprego para ter uma licença de prestação de cuidados maior ou adicional.

7 Os dados não são suficientemente robustos para permitirem conclusões mais aprofundadas. Contudo, teremos atenção a novos dados sobre a prestação de cuidados a pessoas idosas em pesquisas futuras justamente por apresentar um quadro distinto do que nos habituamos a conhecer.

8 Gupta, T., & Hook, C. (2021). *Care leads to care: How caring for ourselves helps us better care for others*. Equimundo. <https://www.equimundo.org/resources/care-leads-to-care/>

9 Equimundo. (2022). *The International Men and Gender Equality Survey: A status report on men, women, and gender equality in 15 headlines*. Washington, DC: Equimundo

- Entre os motivos das dificuldades ou impedimentos de acesso a serviços de apoio ao cuidado foram referidos os custos demasiadamente altos (65%), a insuficiência de serviços públicos (69,9%) e a qualidade dos cuidados pagos não ser adequada (82%).

SECÇÃO 4: AS LICENÇAS PARENTAIS E O CUIDADO NO CENTRO DAS PRIORIDADES

Destaque 9. As licenças parentais: o envolvimento dos homens desde o início

O questionário que serviu de base ao presente relatório teve igualmente como objetivo reunir dados que permitam entender o gozo das licenças parentais e os motivos pelos quais mulheres e homens não usufruem da totalidade da licença parental prevista na Lei.

Entre as razões avançadas pelas pessoas inquiridas para não gozar integralmente a Licença Parental em Portugal destacam-se as seguintes:

- 17% das pessoas afirmam que não puderam usufruir das licenças parentais. Dessas 17%, 34% são trabalhadoras independentes.
- 65% das pessoas que não gozaram a licença afirmaram que tal se deveu ao facto de esta não ser paga a 100% na sua totalidade.
- 50% consideraram que a sua responsabilidade era manter-se a trabalhar e 50% afirmou ter receio de perder o emprego.
- Houve quem temesse enfrentar dificuldades acrescidas na progressão na carreira (46%) e quem declarasse que o superior hierárquico não via "com bons olhos" que beneficiasse de mais tempo (42%).

Em contrapartida, no que se refere a quem usufruiu da Licença Parental:

- 92% das pessoas gozaram o tempo permitido por Lei na íntegra (das quais se dividem em 93% de homens e 89% de mulheres).
- 93% de quem trabalha por conta de outrem e 87,5% de trabalhadoras e trabalhadores independentes também gozou na íntegra o tempo de licença parental permitido.
- 47% das famílias tiveram a possibilidade de as duas pessoas cuidadoras beneficiarem da licença em simultâneo; 27% apenas uma delas e 18% recorreram à alternância das licenças.

No que diz respeito à relação entre envolvimento político e divisão do trabalho de cuidado e às licenças parentais houve avanços:

- Por um lado, 40% das pessoas discorda que mulheres envolvidas na política ou que exercem cargos de liderança não são boas esposas e mães.
- 60% afirma que vê como importante o ativismo político para a mudança nas políticas de licença parental.

A partir dos dados obtidos em Portugal, foi possível identificar os seguintes obstáculos para a partilha equitativa do cuidado:

1. A **remuneração da licença** parental: entre as pessoas que estavam empregadas e que, por isso, tinham direito a licença parental mas não a gozaram, a maior proporção de homens e mulheres referiu como principal motivação para não a gozar o facto da licença não ser totalmente remunerada.
2. **As experiências no local de trabalho:** receio de perder o emprego e/ou de não ascender profissionalmente.
3. **Falta de apoio das chefias** ou o receio de sofrerem julgamentos por parte de pessoas amigas ou colegas.

4. **Políticas que não promovem a igualdade** na prestação de cuidados e a sua articulação com questões sociais como a pobreza, para além das normas sociais e visões estereotipadas sobre maternidade e paternidade.
5. **Os custos dos serviços privados** e a precariedade dos serviços públicos de cuidado. Em suma, os resultados deste estudo estão em linha com o Relatório sobre a Situação da Paternidade do Mundo 2023: as barreiras persistem e são estruturais, tanto nas políticas como nas normas sociais. Mas, apesar de sabermos que há muito caminho a ser percorrido, é igualmente importante reconhecer os pequenos passos que estão a ser dados e o potencial disruptivo do cuidado: desde logo, o de que a paternidade pode ser um catalisador para a mudança.

Destaque 10. As possibilidades de o cuidado ser colocado no centro de uma sociedade igualitária

O Relatório Global sobre Paternidade e Cuidado de 2023, da autoria de Equimundo e *Mencare*, propõe a palavra **CARING (cuidar)** para avançar com as recomendações que permitam que, globalmente, caminhemos para uma divisão igualitária das práticas de cuidado,

diminuindo assim o atual fosso existente. Pensando na sua concretização em Portugal, destacamos as seguintes oportunidades:

C – Colocar os sistemas de **cuidado no centro das políticas e instituições públicas**, com foco nas pessoas mais marginalizadas.

A – Advogar por uma cultura de cuidado em todos os **locais de trabalho**.

R – Revolucionar **a forma como os rapazes são ensinados sobre cuidado e promover maior presença masculina no trabalho de cuidado formal e remunerado**.

I – Investir em **serviços de cuidado**, medir a equidade no acesso à cobertura dos serviços em todos os níveis de rendimento, por género e idade.

N – Normalizar uma **licença parental igual, 100% remunerada e não transferível** para mães, pais e todas as pessoas cuidadoras e para todos os tipos de cuidados.

G – Gerar **conteúdos mediáticos** de grande alcance que retratem homens e rapazes como cuidadores atenciosos e competentes e que **normalizem o cuidado como sendo universal**.



A Situação da Paternidade e do Cuidado em Portugal 2023

INTRODUÇÃO

Este relatório parte de resultados obtidos no inquérito internacional que serviram de base à elaboração do *State of the World's Fathers 2023*, aplicado a 17 países e com 11.999 respondentes¹⁰, permitindo traçar o perfil da situação da Paternidade no Mundo e refletir sobre a centralidade do Cuidado nas sociedades contemporâneas. No contexto deste estudo, que constitui parte integrante da Campanha global de paternidade *MenCare*¹¹, teve lugar a aplicação de um inquérito, liderado por Equimundo: Center for Masculinities and Social Justice (EUA)¹², a 809 pessoas em Portugal, com questões específicas definidas para traçar o perfil da paternidade em Portugal mas também para melhor compreender de que forma algumas dimensões específicas do cuidado, nomeadamente a familiares mais velhos, poderia revestir impacto na relação parental.

Embora a dimensão da amostra não seja estatisticamente representativa para permitir a extrapolação de conclusões definitivas sobre a realidade nacional, não só foi possível aferir alguns padrões relacionados às diversas esferas que o cuidado envolve em Portugal, como não deixa de lançar pistas interessantes sobre a forma como homens e mulheres refletem sobre o papel da paternidade no desenvolvimento pessoal do pai, da criança e no equilíbrio familiar, bem como sobre a centralidade que o cuidado pode estar a assumir na recomposição desses papéis familiares e, conseqüentemente, na redistribuição das tarefas de cuidado informal não remunerado entre homens e mulheres.

Não obstante, importa referir que, atendendo à forma como foi constituída a amostra deste estudo, designadamente selecionando as pessoas respondentes do questionário *online* a partir de bases de dados de pessoas anteriormente participantes em estudos de natureza similar e que mostraram

10 A empresa de recolha de dados, Rep Data, baseou-se em painéis *online* para recolher dados, seguindo uma abordagem escalonada em que o inquérito foi publicado em diferentes países, um de cada vez. Os países envolvidos no estudo foram, além de Portugal, África do Sul, Argentina, Austrália, Canadá, Chile, China, Croácia, Espanha, Estados Unidos da América, Índia, Irlanda, Líbano, México, Ruanda, Suécia e Turquia. A aprovação ética para o estudo global foi concedida pelo Conselho de Revisão Institucional do *International Center for Research on Women*.

11 *MenCare* é uma campanha global pela paternidade ativa em mais de 60 países coordenada pelo Equimundo: Center for Masculinities and Social Justice e pela Sonke Gender Justice. Visa promover o envolvimento dos homens como pais e cuidadores equitativos e não violentos, com o fim de alcançar o bem-estar familiar, a igualdade de género e uma melhor saúde para mães, pais, filhas e filhos.

12 www.equimundo.org

disponibilidade para colaborar em investigações futuras, tal poderá acarretar algum enviesamento aos resultados obtidos, tendo em vista que é provável que as pessoas inquiridas vivam em áreas urbanas e com rendimentos mais elevados, além de demonstrarem algum interesse no tema.

Responderam ao inquérito 435 homens e 360 mulheres, tanto cis quanto transgénero, além de 14 pessoas de outras identidades de género e 3 que não escolheram nenhuma das opções disponíveis (N=812 pessoas). De modo a facilitar a interpretação dos dados, foram agrupados homens (cis e trans) e mulheres (cis e trans¹³). Além disso, quando nos referimos a mães e pais estamos a tratar de homens cis e trans que são pais e mulheres cis e trans que são mães e os casais formados não são, necessariamente, heterossexuais. A Secção 1 deste Relatório apresenta a amostra em maior detalhe.

Assim como o Relatório da Situação da Paternidade no Mundo 2023, este relatório nacional perfilha uma visão feminista interseccional da economia do cuidado que deve incluir homens e rapazes na valorização do trabalho de cuidado não remunerado, na divisão de tarefas e na defesa, ao lado das mulheres e raparigas, da equidade do cuidado nos espaços de trabalho e nas instituições públicas.

Para além do cuidado ser representado, para efeitos desta investigação, pelas relações de parentalidade e da divisão das tarefas domésticas, foram ainda abordadas as implicações do cuidado a pessoas idosas e a pessoas com deficiência, além da dimensão do autocuidado, conforme explicitadas na Secção 2. A importância de visibilizar sobre quem recai a responsabilidade de cuidado a pessoas dependentes é fundamental para, por um lado, clarificar a sobrecarga sentida por pais e mães na divisão das tarefas domésticas e do cuidado à família, e, por outro lado, equilibrar a forma como esse trabalho de cuidado é repartido entre todos os entes sociais: famílias, Estado, mercado e voluntariado.

Além disso, foi possível identificar que o confinamento imposto pela pandemia de COVID-19 amplificou e visibilizou as disparidades na divisão das tarefas de cuidado no contexto familiar. Neste contexto, duas dimensões tornaram-se particularmente visíveis em consequência das medidas impostas pelo confinamento: por um lado, a obrigatoriedade de se manterem em casa, com consequente necessidade de recorrer ao teletrabalho e as crianças a necessitarem de supervisão permanente no processo de ensino à distância, traduzindo-se numa pressão adicional sobre pais e mães que tiveram de assumir o cuidado às filhas e aos filhos a tempo inteiro com as responsabilidades domésticas e profissionais; por outro lado, em termos de medidas sanitárias com especial impacto na parentalidade, destaca-se a proibição da presença dos pais durante todo o processo de pré-natal, parto e pós-parto nos serviços de saúde. Tal acarretou, consequentemente, o aumento da vulnerabilidade e o crescimento da violência obstétrica, como analisaremos na Secção 3.

Na Secção 4, apresentam-se os avanços e obstáculos legislativos à equiparação da divisão das tarefas de cuidado, fundamentalmente, a partir do uso da licença parental no país. Neste ponto, são apresentadas algumas das razões para o não gozo total ou nem mesmo parcial das licenças e para a ampliação do direito e a sensibilização dos ambientes de trabalho. A partir desse rastreio, foi possível adaptar as recomendações do relatório global para a realidade portuguesa, apontando caminhos para as transformações também em nível nacional neste domínio.

13 Pode haver casos de dificuldades na distinção entre as duas categorias, podendo algumas pessoas respondentes ter optado por selecionar a opção "nenhuma das anteriores".

Chamamos a atenção para o facto de que, apesar de termos o total de 812 pessoas respondentes para a totalidade do inquérito, por motivos das dinâmicas do inquérito e dos diferentes filtros para que as perguntas corretas fossem feitas aos grupos seleccionados, muitas vezes a amostra para questões específicas varia em função do escopo circunscrito de cada uma delas, o que se traduz em n^{os} variáveis de pessoas respondentes para certas questões. Como tal, no decorrer do relatório, quando o número de respostas em causa a uma questão for diferente da amostra global, tal será referido expressamente.

SECÇÃO

1

As (novas) faces dos cuidados

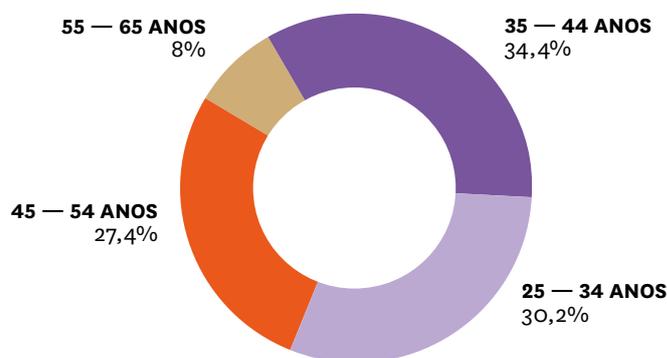


Nesta secção procuraremos caracterizar quem respondeu ao inquérito, em que tipos de tarefas de cuidado se envolve, com quem habita e se relaciona, descrevendo a composição familiar em que se move. Além disso, navegamos pelas palavras que representam o cuidado para as pessoas inquiridas e as dimensões que lhe atribuem.

DESTAQUE 1. CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA EM PORTUGAL

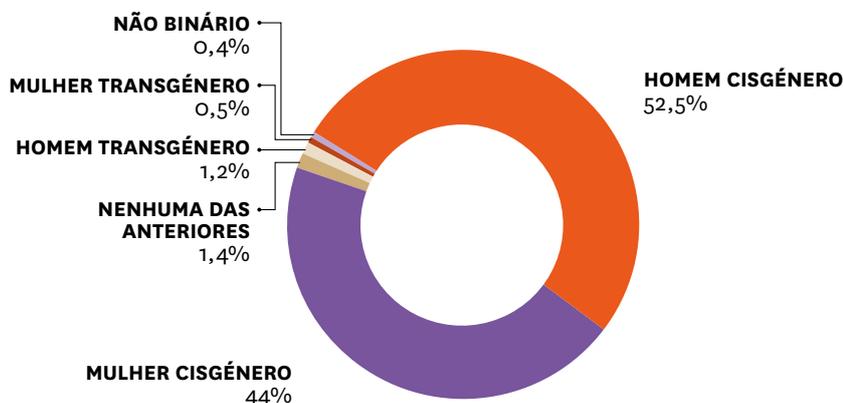
Em Portugal, as pessoas que responderam ao inquérito apresentavam idades acima dos 35 anos, situando-se a média de idades nos 40 anos, como demonstrado na Figura 1.

Figura 1. Idades das pessoas inquiridas (N=812)



A Figura 2 demonstra como, das pessoas respondentes, 52,5% se identificam como homens cisgénero e 44% enquanto mulheres cisgénero. 1,2% identificaram-se como homens trans e 0,5% como mulheres trans. Pessoas não binárias totalizaram 0,4% e nenhuma das identidades não-cisgénero disponíveis totalizou 1,4%.

Figura 2. Identidades de género das pessoas inquiridas (N=812)



No que diz respeito ao estado civil, 42,5% das pessoas reportam estarem casadas, 23,2% em uniões informais em coabitação e 8% relacionam-se, mas vivem em diferentes moradas, sendo que, em termos da composição familiar da amostra (Figura 3), 71,5% declararam viver com filhas ou filhos e 22,7% com filhas e filhos de parceiras ou parceiros.

Figura 3. Variabilidade da composição familiar da amostra (n=563 pessoas)

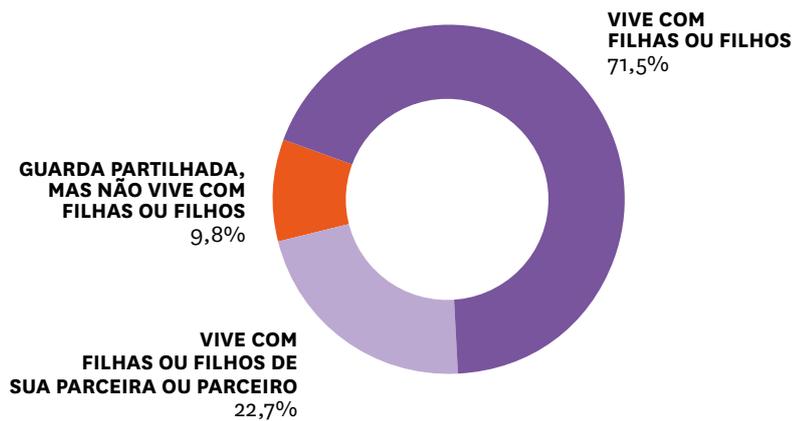
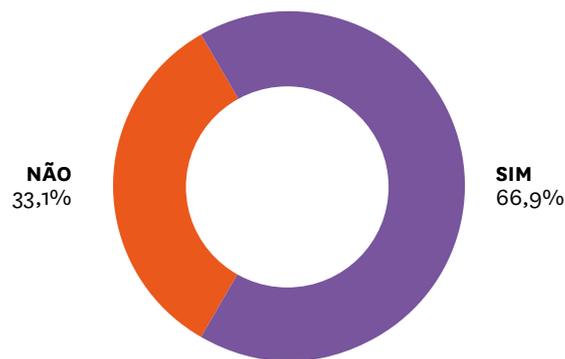


Figura 4. Resposta à questão “É pai ou mãe?” (N=812)



66,9% das pessoas inquiridas afirmam ter filhas ou filhos, seja por descendência biológica ou adotiva (Figura 4). Entre elas, 32,5% vivem com uma criança e 21% com duas. As famílias consideradas numerosas representam 3,8% (até 10 crianças) e a média de idade de pais e mães é 42 anos (41,02 anos para as mães, e 43,14 para os pais) e a das crianças, 7 anos.

Figura 5: Resposta à questão “Foi uma gravidez planeada?” (n=541 pessoas)



Os dados mostram igualmente que 75% das gestações foram planeadas (Figura 6). De acordo com *State of the World's Fathers 2015*¹⁴, os homens tendem a estar mais envolvidos na vida de filhas ou filhos que são resultado de gestações previamente planeadas, o que resulta em benefícios duradouros para essas crianças e adolescentes a partir do envolvimento inicial desde o pré-natal (REDMAS *et al.*, 2013¹⁵) e do fortalecimento do vínculo parental ao longo dos anos.

14 Levtoy R, van der Gaag N, Greene M, Kaufman M, and Barker G (2015). *State of the World's Fathers: A MenCare Advocacy Publication*. Washington, DC: Promundo, Rutgers, Save the Children, Sonke Gender Justice, and the MenEngage Alliance. Disponível em: <https://www.equimundo.org/wp-content/uploads/2015/06/State-of-the-Worlds-Fathers-Full-Report-2015.pdf>

15 Promundo, CulturaSalud, and REDMAS (2013). *Program P – A Manual for Engaging Men in Fatherhood, Caregiving, Maternal and Child Health*. Promundo: Rio de Janeiro, Brazil and Washington, D.C. USA. Disponível em: <https://www.equimundo.org/wp-content/uploads/2013/01/Programa-P-manual-para-o-exercicio-da-paternidade-e-do-cuidado-2015.pdf>

Ver além: Uma palavra sobre as experiências reprodutivas dissidentes

Mesmo que, neste relatório, as parentalidades de pessoas trans não tenham sido analisadas em profundidade devido à falta de representatividade na análise dos dados quantitativos, consideramos necessário incluir alguma informação sobre as experiências consideradas dissidências reprodutivas. Dentre as pessoas respondentes que exerciam funções parentais, incluíam-se 4 mulheres trans, 8 homens trans, 3 de pessoas não binárias e 8 não se identificaram com nenhuma das opções apresentadas. Devido à impossibilidade de aprofundarmos a análise qualitativa de suas experiências, trazemos aqui algumas questões para reflexão em torno das parentalidades dissidentes.

Concretamente em relação às pessoas trans, para além das experiências de cuidado parental prévias à transição de género ou daquelas advindas dos relacionamentos anteriores das pessoas com as quais se relacionam, Portugal oferece, por intermédio do Serviço Nacional de Saúde, a possibilidade de congelamento de gametas antes do início

da hormonioterapia e, posteriormente, o processo de fertilização *in vitro*. No entanto, investigações de cariz qualitativo (Do Carmo, 2024¹⁶; Cassol, 2023¹⁷), apontam para situações de desconhecimento ou negação da oferta desses serviços para as pessoas trans, ampliando a sua situação de vulnerabilidade, na medida em que negam o seu acesso aos patamares dignos de uma cidadania reprodutiva (Santos, 2018¹⁸). Tal desconhecimento ou recusa de acesso a tais serviços acarreta uma esterilização simbólica (Angonese, 2016¹⁹), já que, diferentemente de outros países (Borges, 2017²⁰; The Guardian, 2019²¹), Portugal nunca exigiu procedimentos de esterilização física ao longo da história dos tratamentos oferecidos a pessoas trans.

Pensando além de uma perspectiva biomédica sobre as experiências parentais, encontramos evidências em alguns estudos que apontam que, nas famílias LGBTQIA+, a divisão de tarefas tende a ser mais equitativa (Schacher *et al.*, 2005²²; Gato & Fontaine, 2011²³), as pessoas apresentam maior

16 Do Carmo, M. C. S. (2024) Parentalidades dissidentes: o cuidado exercido por homens trans no Brasil e em Portugal. Tese de doutoramento. Centro de Estudos Sociais, Universidade de Coimbra.

17 Cassol, P. (2023). Pessoas trans, saúde reprodutiva e direitos humanos: uma revisão de literatura sobre o tema em Portugal. VII Congresso Internacional Sexualidade e Educação Sexual: Género, Diversidade Sexual e Direitos Humanos. Escola Superior de Educação de Coimbra.

18 Santos, A. C. (2018). Repronormativity and its others: Queering parental love in times of culturally compulsory reproduction. *Analyze – Journal of Gender and Feminist Studies*, 11(1), 199-215.

19 Angonese, M. (2016). "Um pai trans, uma mãe trans": direitos, saúde reprodutiva e parentalidades para a população de travestis e transexuais. [Dissertação de mestrado. Centro de Filosofia e Ciências Humanas. Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal de Psicologia, UFSC]. Repositório Institucional UFSC.

20 Borges, L. (2017, Abril 6). *Governo sueco promete indemnização a 800 transexuais que tornou estéreis*. Jornal Público.

21 The Guardian (2019), Victims of forced sterilization in Japan to receive compensation and apology.

22 Schacher, S., Auerbach, C., & Silverstein, L. (2005). Gay fathers expanding the possibilities for us all. *Journal of GLBT Family Studies*, 1(3), 31-52.

23 Gato, J., & Fontaine, A. M. (2011). Impacto da orientação sexual e do género na parentalidade: Uma revisão dos estudos empíricos com famílias homoparentais. *ex aequo*, 23, 83-96.

SECÇÃO

2

Quem cuida e quem recebe cuidado



Esta secção apresenta dados relativos à própria ação de cuidar, ou seja, fala-nos sobre quem são as pessoas que dedicam mais horas do seu tempo ao trabalho de cuidado e quem ou o que recebe cuidado. Os tipos de cuidados identificados foram de diversa índoles: de natureza física ou emocional, de planeamento ou organização logística do quotidiano familiar. Nesta secção, o objetivo é contribuir para uma compreensão mais aprofundada sobre a forma como as pessoas inquiridas partilham as tarefas domésticas, de cuidado com filhas e filhos, pessoas idosas e daquelas com algum tipo de deficiência. Para além dessas pessoas e tipos de cuidados, analisamos indicadores sobre o tempo dedicado - quando existe algum - a práticas de autocuidado e de bem-estar comum, relacionadas com o cuidado para com a comunidade da qual fazem parte.

DESTAQUE 3. O TEMPO PARA O CUIDADO E A DIVISÃO DAS TAREFAS DE CUIDADO NA ESFERA DOMÉSTICA

Atendendo a que uma das principais questões que se levantam quanto ao impacto de uma distribuição desigual das responsabilidades de cuidado entre homens e mulheres se prende, precisamente, com a quantidade díspar de tempo investida nestas tarefas, iniciaremos a análise dos dados deste inquérito referentes, à distribuição de tempo no cuidado na esfera doméstica. Tal vai ao encontro, por exemplo, das orientações da Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género (CIG, 2022²⁶), segundo a qual, em média, as mulheres em Portugal dedicam mais 1 hora e 45 minutos por dia do que os homens a realizar tarefas domésticas.

Quando inquiridas sobre se consideram dispor de tempo suficiente para gerir as suas responsabilidades em termos de prestação de cuidados, aproximadamente 1/3 das pessoas afirmou sentir que não têm tempo para tais responsabilidades, com o trabalho doméstico a ser o mais preterido em face dessa indisponibilidade, conforme apresentado na tabela 1.

Tabela 1. Sensação de suficiência de tempo para as responsabilidades de cuidado (e.g., cuidar da parceira ou parceiro, da casa, de filhas ou filhos, das pessoas idosas ou com deficiência da família) (N=812)

SIM	63,4%
NÃO	36,6%

26 Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género (CIG). (2022). Igualdade de Género em Portugal: Boletim Estatístico 2022. Disponível em: https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2022/12/Igualdade-de-Genero-em-Portugal_-Boletim-Estatistico-2022P1.pdf

Na figura 7, é possível observar quais são as responsabilidades de cuidado mais afetadas pela insuficiência de tempo, demonstrando que tal indisponibilidade perpassa todas as esferas da vida cotidiana.

Figura 7: Responsabilidades de cuidado afetadas pela indisponibilidade de tempo

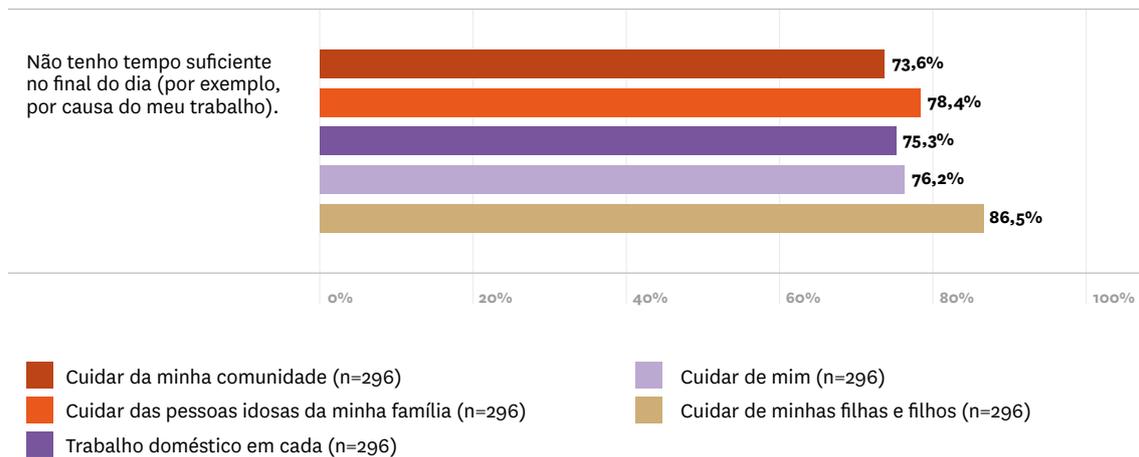
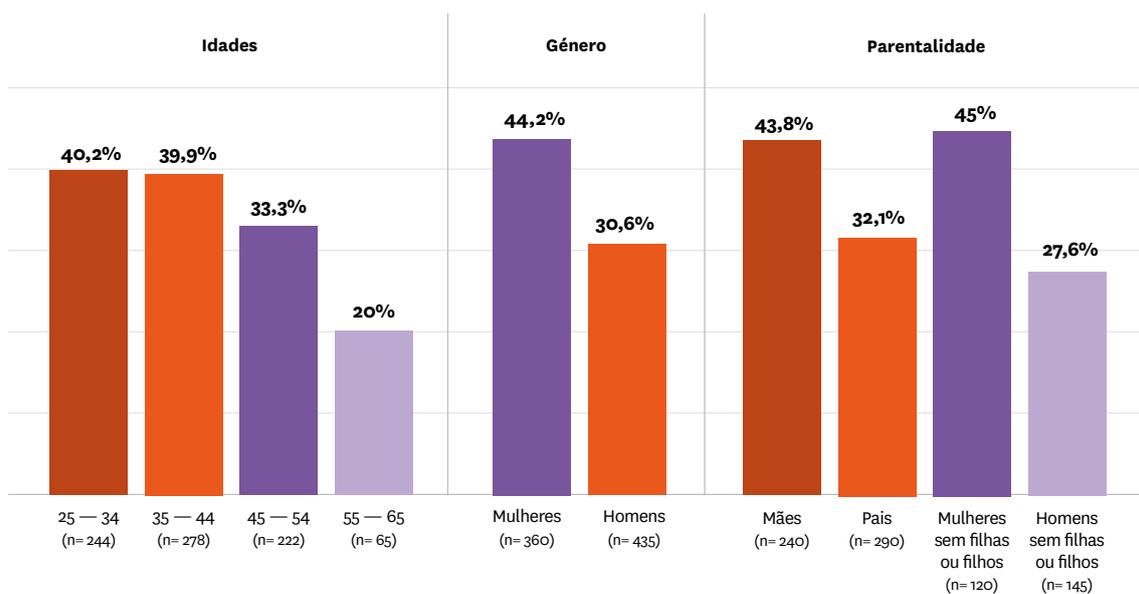


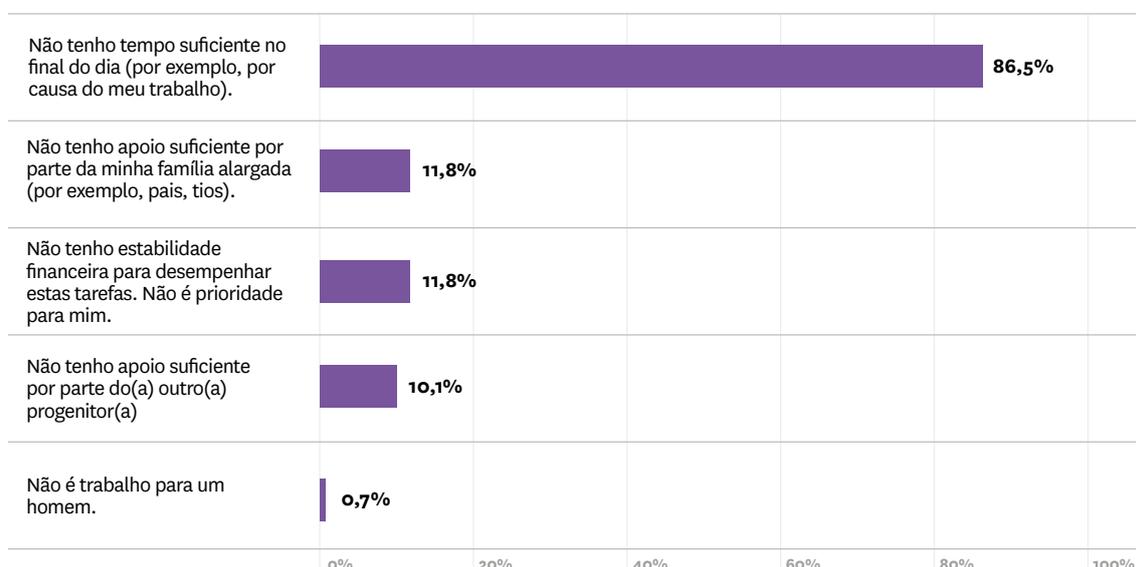
Figura 8. Segregação por idade da sensação de insuficiência de tempo para as responsabilidades de prestação de cuidados (como cuidar de sua parceira ou parceiro, casa, filhos, pessoas idosas em sua família)



Na figura 8, é possível observar que as pessoas situadas na faixa etária até aos 44 anos são as que reportam valores mais elevados de sensação dessa incapacidade, diminuindo tal auto percepção de incapacidade conforme a idade avança. O período em que as pessoas reportam sentir não dispor de tempo suficiente para assegurar as suas tarefas de cuidado condiz com os anos em que as pessoas acumulam, simultaneamente, exigências acrescidas resultantes da fase inicial da inserção no mercado de trabalho e da consolidação da sua atividade profissional, com o acréscimo de tarefas de cuidado que advém das responsabilidades parentais e de cuidado da infância e juventude de filhas e filhos.

Entre as pessoas que responderam sentir não ter tempo para realizar as tarefas de cuidado da casa, cerca de 86% apontam como principal causa o tempo gasto com o trabalho remunerado (Figura 9).

Figura 9. Razões da sensação de não ter tempo para realizar o trabalho doméstico em casa (n=296)



Quando analisamos os dados segregados por género na figura 10, observamos que, entre as mães que responderam ao inquérito e que exerciam alguma atividade remunerada, a sensação de que não tinham tempo suficiente para as responsabilidades de cuidado chegava ou ultrapassava os 50%, seja entre as que trabalhavam a tempo integral, parcial, a título independente ou já depois da reforma. Considerando o cansaço físico e a carga mental que estas tarefas acarretam e o facto de muitas vezes não serem valorizadas pelo agregado familiar, nem tão pouco remuneradas, são repetidamente invisibilizadas, o que torna o trabalho de cuidado, maioritariamente feminino, ainda mais desvalorizado (Dean *et al.*, 2022²⁷). Entre os pais, apenas os trabalhadores independentes declararam sentir que não têm tempo suficiente para as tarefas de cuidado que lhe cabem.

27 Dean, L., Churchill, B., and Ruppner, L. (2022). The mental load: building a deeper theoretical understanding of how cognitive and emotional labor overload women and mothers. *Commun. Work Family* 25, 13–29. doi: 10.1080/13668803.2021.2002813

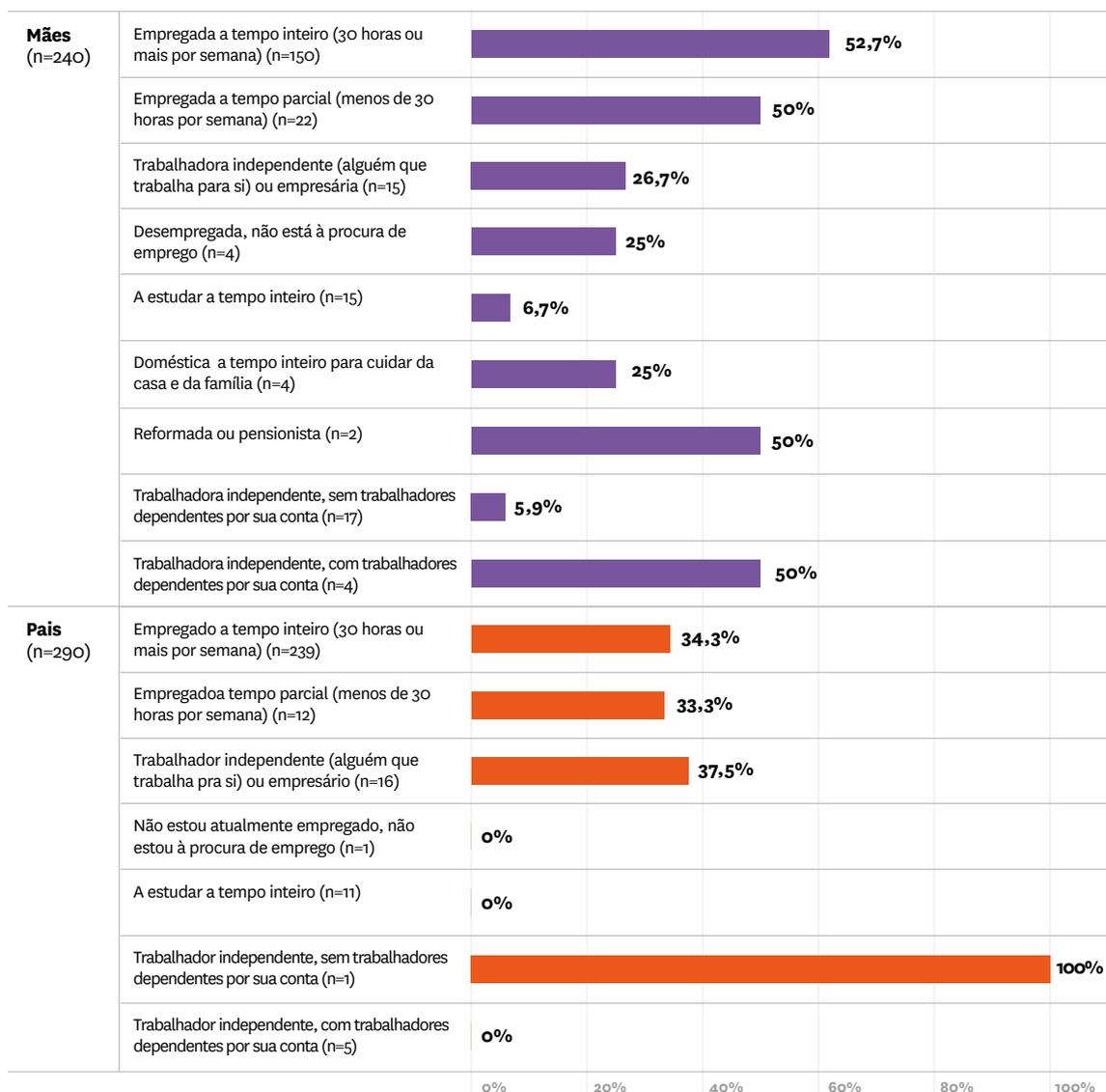
Figura 10. Entre mães e pais e situação laboral, pessoas que sentem não ter tempo suficiente para as responsabilidades de cuidado.

Tabela 2. Entre mães e pais e a partilha das responsabilidades de cuidado em casa

		MÃES (n=72)	PAIS (n=71)
Eu e a minha parceira ou parceiro ou outra pessoa progenitora partilhamos equitativamente as nossas responsabilidades de prestar cuidados.	Discordo plenamente	6%	1,6%
	Discordo	11%	2,8%
	Discordo um pouco	14,5%	6,1%
	Concordo um pouco	21,5%	17,4%
	Concordo	24%	35,6%
	Concordo plenamente	23%	36%
	Prefiro não responder	-	0,4%
A forma como minha parceira ou parceiro ou outra pessoa progenitora e eu partilhamos as tarefas em casa é um motivo de ansiedade para mim	Discordo plenamente	3,5%	10,5%
	Discordo	10%	8,9%
	Discordo um pouco	14,5%	11,3%
	Concordo um pouco	27%	15,4%
	Concordo	27,5%	34,4%
	Concordo plenamente	15%	17,4%
	Prefiro não responder	2,5%	2%
Realizo mais tarefas de cuidado em casa porque minha parceira ou parceiro ou outra pessoa progenitora tem um emprego mais bem pago.	Discordo plenamente	5%	9,3%
	Discordo	8%	20,6%
	Discordo um pouco	13,5%	21,1%
	Concordo um pouco	22%	15,4%
	Concordo	30%	19,4%
	Concordo plenamente	20,5%	13,4%
	Prefiro não responder	1%	0,8%
Sinto-me tão responsável pelas tarefas de cuidados como minha parceira ou parceiro ou outra pessoa progenitora.	Discordo plenamente	2%	0,4%
	Discordo	5%	0,8%
	Discordo um pouco	11,5%	2,8%
	Concordo um pouco	18,5%	14,2%
	Concordo	30,5%	43,3%
	Concordo plenamente	31,5%	38,5%
	Prefiro não responder	1%	-

Na tabela 2, sobre a partilha na prestação de cuidados, verificamos que 36% dos homens que são pais afirmam *concordar plenamente* que a partilha deve ser equitativa, sendo que apenas 23% das mulheres mães manifestam a mesma opinião. Mais de 43% dos homens que são pais *concordam*, e 38% *concordam plenamente*, que se sentem tão responsáveis pelas tarefas de cuidado quanto a outra pessoa co-cuidadora, mas apenas 30% e 31% das mulheres, respetivamente, afirmam sentir o mesmo em relação à pessoa com quem dividem o cuidado. Em suma, podemos estar perante uma questão de auto-percepções distintas, dada a divergência entre as percentagens femininas e masculinas de resposta.

No que diz respeito à partilha das tarefas de cuidado em casa, os dados do inquérito demonstram que 30% das mulheres que são mães assumem mais responsabilidades no ambiente doméstico, uma vez que a outra pessoa com a qual se relacionam tem um emprego melhor remunerado. Tal conclusão coincide com os dados agregados de vários países que participaram no Relatório da Situação da Paternidade no Mundo 2023, segundo os quais 59% das mães e mulheres inquiridas declararam mais horas dedicadas à prestação de cuidados em casa do que os pais e homens, dado que o parceiro ou co-responsável parental tem um trabalho melhor remunerado.

Importa destacar, nos termos dos dados da tabela 2, que são ainda elevadas as percentagens de mães e sobretudo de pais que reconhecem a partilha de tarefas domésticas como fonte de ansiedade entre o casal.

Quando estão em causa tarefas de limpeza da casa (Figura 11), cerca de 31% das mulheres que são mães afirmam dedicar entre 2 e 4 horas diárias a essas tarefas, enquanto 40% dos homens que são pais e mais de 39% das pessoas que não têm filhas ou filhos afirmam dedicar entre 1 e 2 horas. Tal permite avançar que as mães dedicam mais horas nesta tarefa do que os pais. Quando analisamos os dados segregados somente entre homens e mulheres (Figura 12), verificamos que 27% das mulheres dedicam entre 2 e 4 horas diárias em tarefas de limpeza, *versus* menos de 20% dos homens.²⁸

28 À semelhança do que se verifica no Relatório Global sobre a Situação da Paternidade no Mundo em 2023, importa ter em conta que o nº de horas indicado como despendido em trabalho de cuidado quer por homens, quer por mulheres, resulta do seu autorrelato não sendo possível destrinçar quem está a declarar horas a mais ou a menos. Não obstante, ainda que as horas indicadas pelos homens resultem de uma sobrestimação em relação ao tempo que realmente despendem para o efeito, “no mínimo, isto sugere que os homens têm a perceção de que deveriam estar a fazer mais trabalho de cuidados não remunerado” (van der Gaag, N., Gupta, T., Heilman, B., Barker, G., & van den Berg, W. [Tradução portuguesa], 2023, p.32).

Figura 11. Entre mães, pais e pessoas sem filhas ou filhos, tempo dedicado às tarefas de limpeza da casa

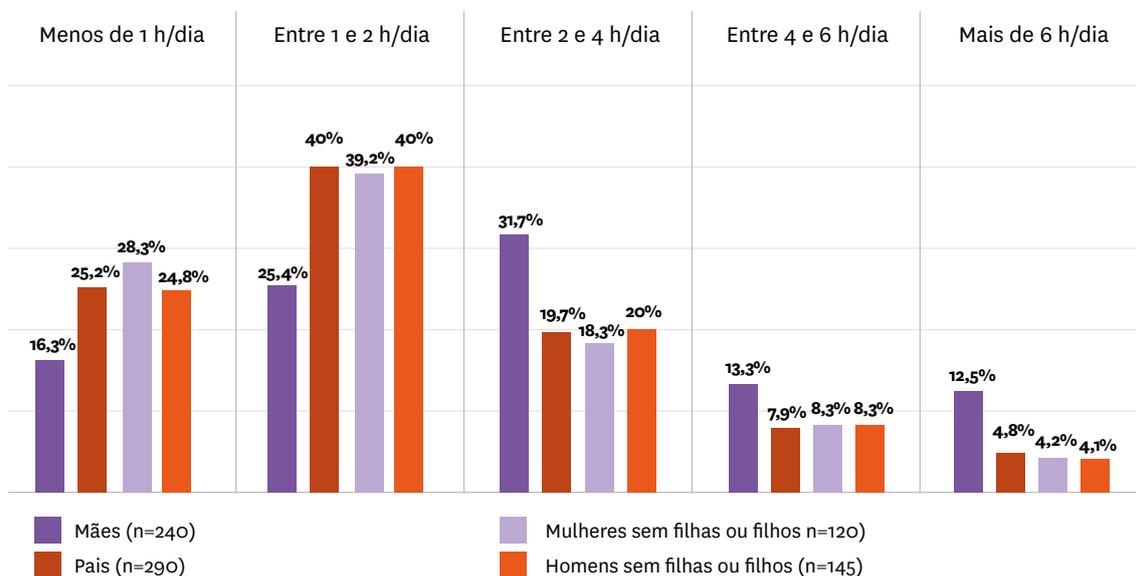
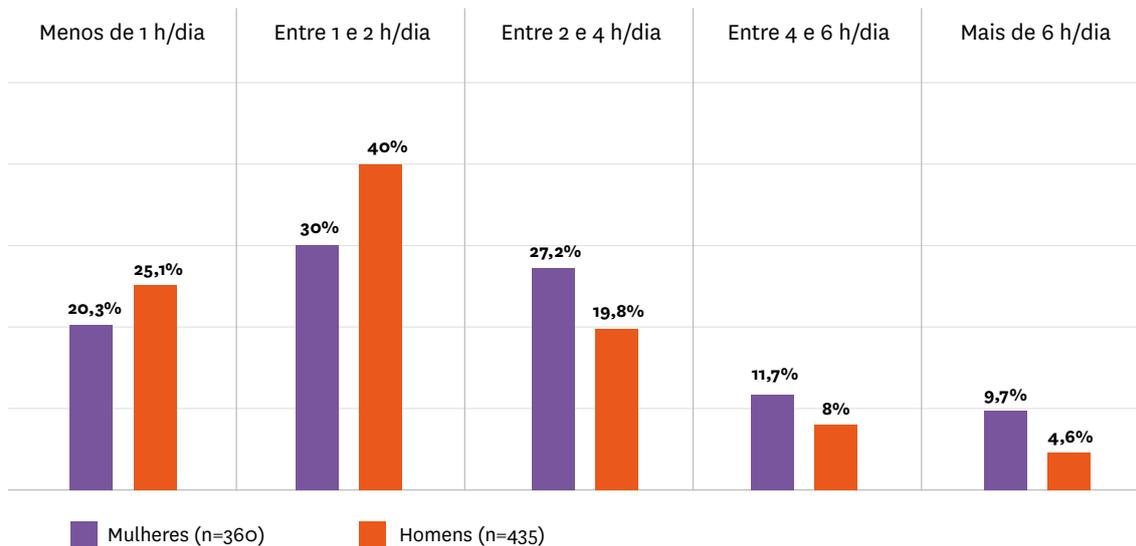


Figura 12. Entre mulheres e homens, tempo dedicado às tarefas de limpeza da casa



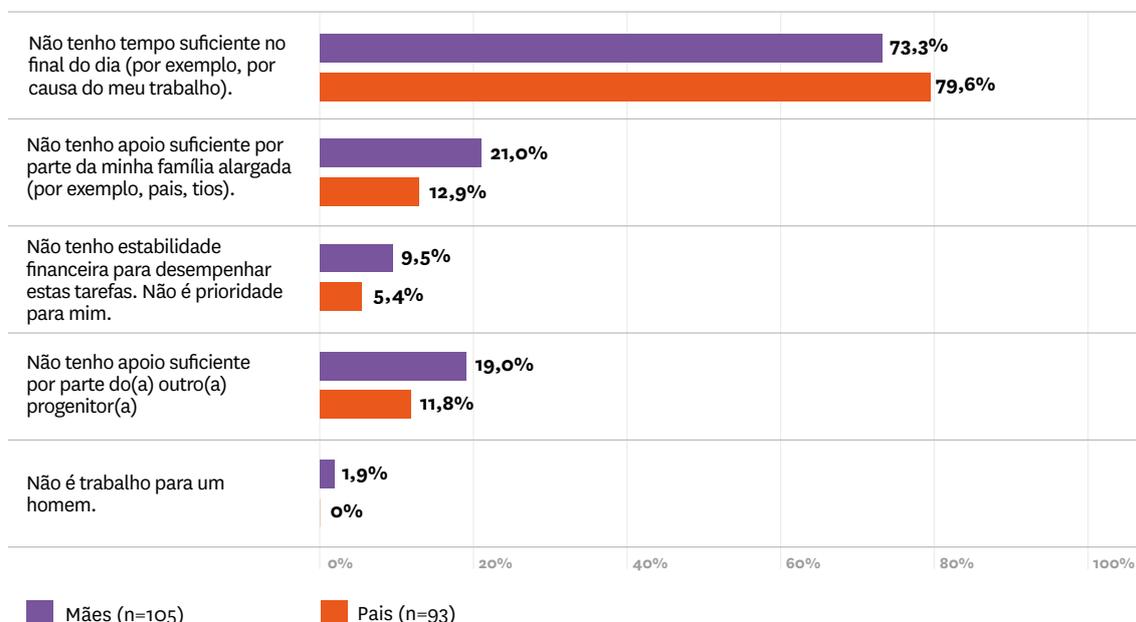
DESTAQUE 4. O CUIDADO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

A União Europeia reconhece que "a conciliação entre o trabalho e a vida pessoal continua a constituir um desafio considerável para pais e mães com responsabilidades de prestação de cuidados".²⁹ Os conflitos entre as duas esferas resultam na sobreposição de tarefas a serem realizadas ao longo do dia e são dificultadas quando há exigências laborais e pouca ou nenhuma flexibilidade horária (Ignácio *et al.*, 2020³⁰).

A partir da questão sobre a perceção de falta de tempo para realizar as atividades de prestação de cuidados, procurou perceber-se as razões para essa ausência de tempo relativa às responsabilidades em geral. Separando em blocos de cuidados (Figura 13), os dados revelam que em relação ao tema "cuidar de filhas ou filhos", cerca de 73% das mães e mais de 79% dos pais declaram não ter tempo devido ao trabalho exercido fora de casa. Além disso, 19% das mães (e quase 12% dos pais) afirmam não receber apoio suficiente por parte do outro progenitor ou progenitora e 21% das mães e 13% dos pais afirmam não possuir uma rede de apoio composta pela família alargada.

No que se refere às necessidades emocionais da filha ou filho mais jovem, cerca de 32% dos homens que são pais afirmam que lhes dedicam entre 1 e 2 horas diárias, enquanto 25% das mulheres afirmam fazê-lo entre 2 e 4 horas, conforme se pode constatar na figura 14. O cuidado físico, como dar banho, trocar fraldas, alimentar, levar e ir buscar à escola, cuidar quando está doente (Figura 15), é exercido por mais de 6 horas diárias por cerca de 21% das mulheres (sendo esta a maior percentagem entre todos os intervalos horários referentes às mães), enquanto cerca de 30% (igualmente a maior percentagem entre todos os intervalos horários referentes aos pais) dos homens pais dedica entre 1 e 2 horas.

Figura 13. Entre mães e pais, razões da sensação de não ter tempo para cuidar da filha ou filho



29 Diretiva (EU) 2019/1158 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de junho de 2019 relativa à conciliação entre a vida profissional e a vida familiar dos progenitores e cuidadores e que revoga a Diretiva 2010/18/UE do Conselho.

30 Fonte: https://parent.ces.uc.pt/wp-content/uploads/2022/02/Relatorio-EN_11b_DIGITAL.pdf

Figura 14. Entre mães e pais, tempo dedicado às necessidades emocionais da filha ou filho mais jovem

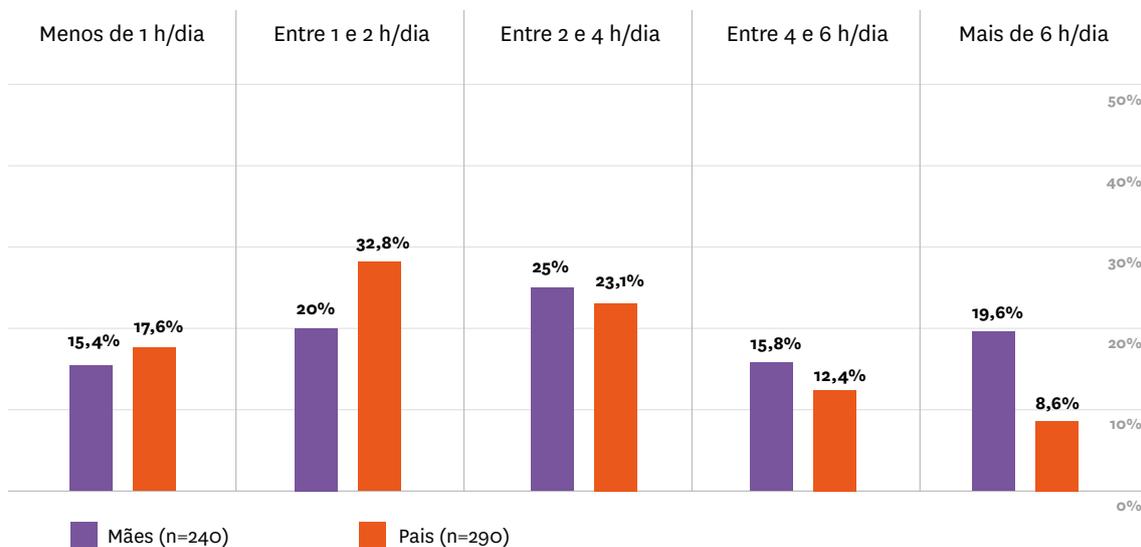
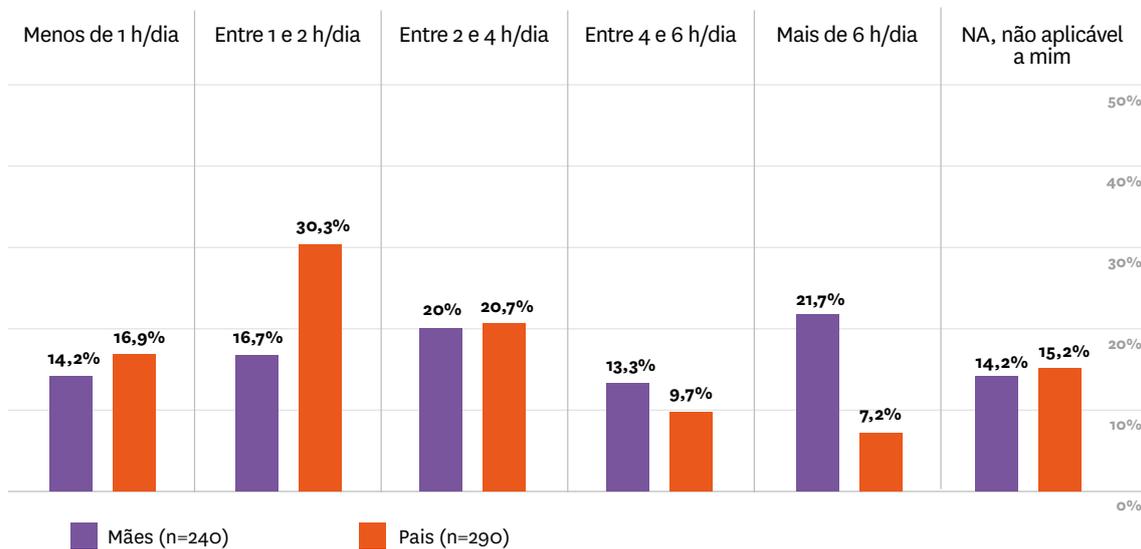


Figura 15. Respostas quanto à distribuição de tempo dedicado às necessidades físicas da filha ou filho mais jovem



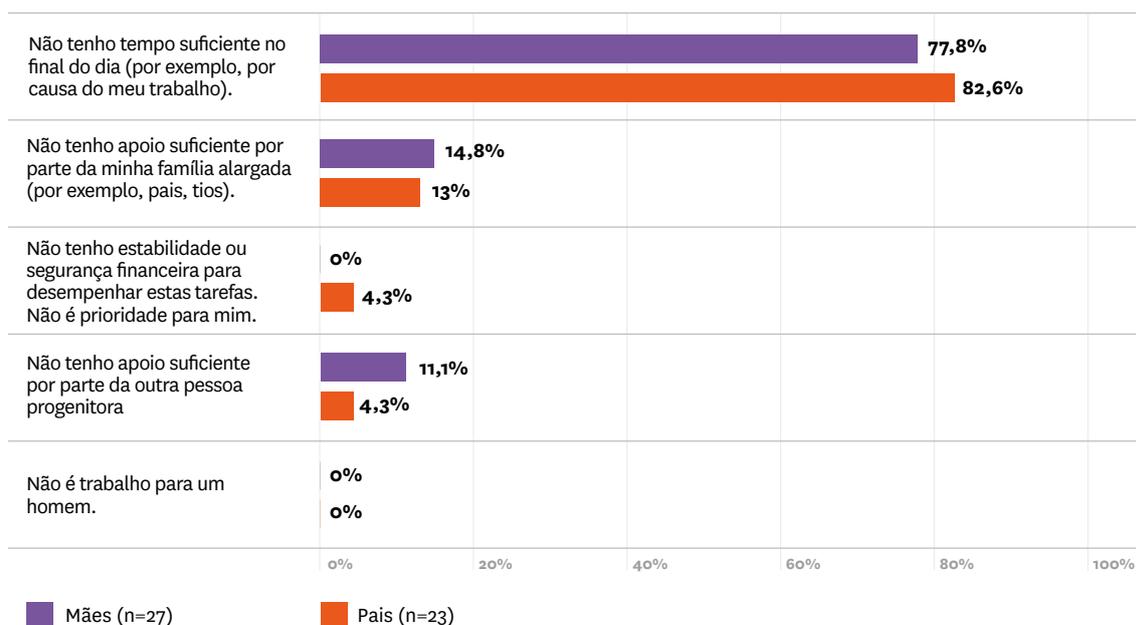
DESTAQUE 5. OS CUIDADOS ÀS PESSOAS IDOSAS E ÀS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

O cuidado, como sabemos, vai muito além das tarefas domésticas ou do cuidado de filhas e filhos. A pandemia veio pôr a descoberto de forma flagrante, especialmente outras formas de cuidado que estão a sair da invisibilidade, como o cuidado a pessoas idosas, sejam pais, mães ou demais familiares dependentes. Portugal é, atualmente, um dos países mais envelhecidos do mundo. Segundo os Censos de 2021, por cada 100 jovens existem 182,07 idosos, o que faz deste tipo de cuidado um dos mais centrais nas vidas quotidianas, ainda que sem a correspondente valorização socioeconómica.³¹ De facto, a sobrecarga que a prestação de cuidados acarreta e de que pais e mães se queixam, quer em termos físicos, quer em termos mentais, é particularmente agravada quando coincide, na mesma fase da vida, a necessidade de assegurar o cuidado a ascendentes, o que se torna cada vez mais frequente nas sociedades contemporâneas, em que as mulheres engravidam cada vez mais tarde tornando mais provável o fenómeno designado por 'geração sanduíche', ou seja, a geração que cuida de filhas ou filhos menores de idade e, em simultâneo, de mães e pais ou outras pessoas idosas ou dependentes.

Olhando exclusivamente às respostas de quem reconheceu sentir não ter tempo para os cuidados, os dados neste campo são ainda muito expressivos: 75% das pessoas afirma não ter tempo suficiente no final do dia para o conseguir realizar e cerca de 17% não divide esse tipo de cuidado com outra pessoa da família.

Quando os dados são segregados (Figura 16), mais de 82% dos homens que são pais e mais de 77% das mulheres que são mães afirmam que uma das causas de sentirem não ter tempo resulta do trabalho remunerado, formal. Nenhuma das mães respondeu que esta não é uma prioridade para si perante a instabilidade financeira e nenhuma das pessoas entrevistadas considerou que este é um trabalho a ser desenvolvido exclusivamente por mulheres.

Figura 16. Motivos explicativos avançados por pais e mães para a sensação de não ter tempo para cuidar de pessoas idosas da família



31 Fonte: <https://www.pordata.pt/portugal/indice+de+envelhecimento+e+outros+indicadores+de+envelhecimento+segundo+os+censos-525>

Na figura 17, destacou-se a declaração de que mais de 40% dos homens dedicam entre 1 e 2 horas diárias para cuidar das necessidades físicas de pais, mães e demais pessoas idosas da sua família, em comparação com quase 30% das mulheres. No caso de homens que são pais, a percentagem sobe para 42% e para 33% das mulheres que são mães (Tabela 3). É também maior a percentagem de homens que dedicam entre 1 e 2 horas diárias para apoio na forma de cuidados emocionais: 34% dos homens e 30% das mulheres e 38% e 36% entre pais e mães, respetivamente.

Tendo em vista que as pessoas que afirmaram responsabilizar-se mais pelas pessoas idosas coabitam com estas, aventamos a hipótese de que as horas dedicadas ao cuidado digam mais respeito à logística (realização de exames, compra de medicamentos, levar às consultas) do que a outros tipos de cuidado. Os dados de que dispomos não nos permitem, por agora, comprovar essa hipótese, pelo que, em futuros estudos, procuraremos aprofundar e tentar compreender esta diferença qualitativa.

Figura 17. Distribuição entre mulheres e homens, do tempo dedicado ao cuidado das necessidades físicas e emocionais das pessoas idosas de sua família

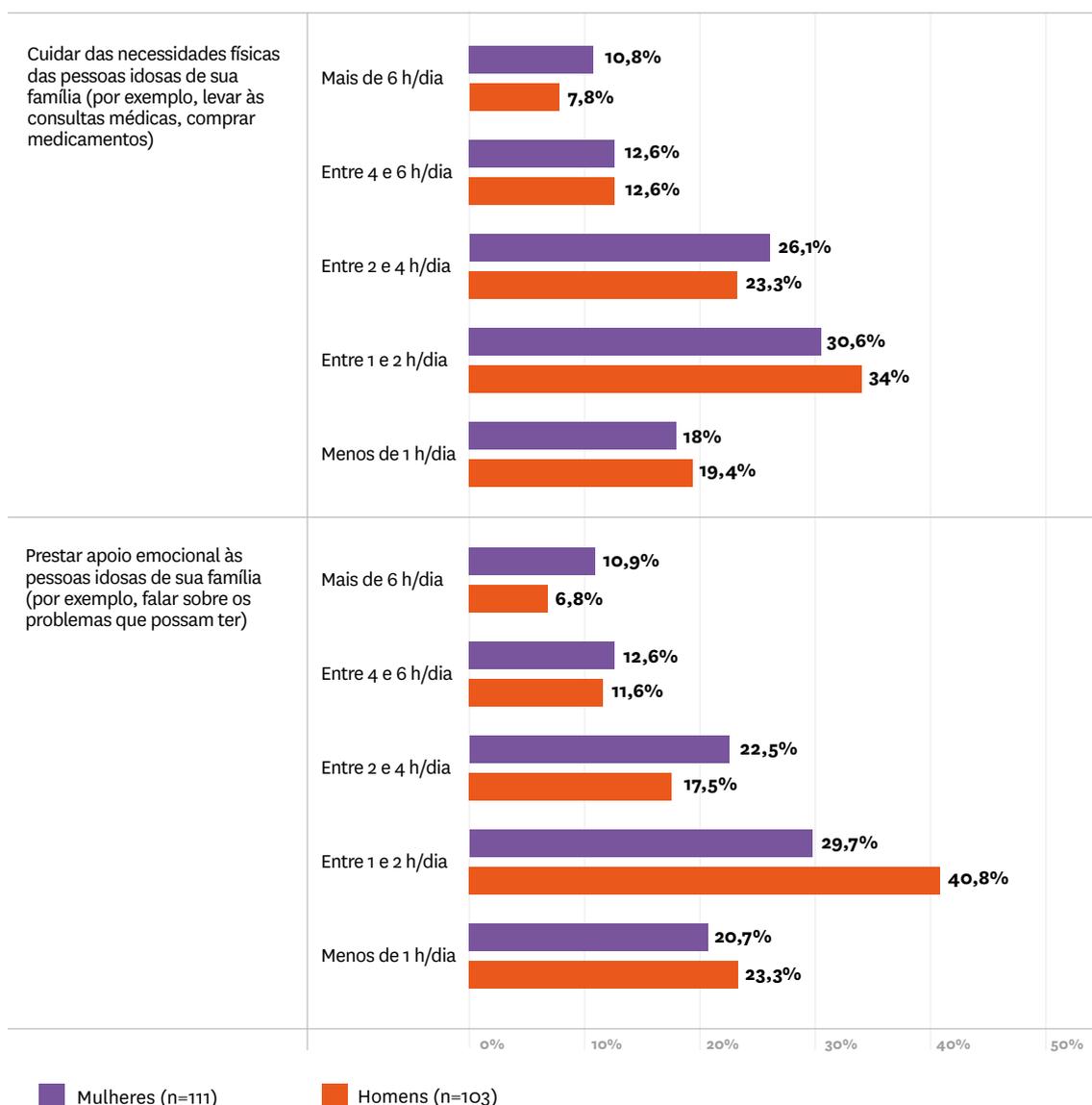


Tabela 3. Distribuição entre mães, pais e pessoas sem filhas ou filhos do tempo dedicado ao cuidado das necessidades físicas e emocionais das pessoas idosas da família

		MÃES (n=72)	PAIS (n=71)	MULHERES SEM FILHAS OU FILHOS (n=39)	HOMENS SEM FILHAS OU FILHOS (n=32)
Cuidar das necessidades físicas das pessoas idosas de sua família (por exemplo, levar às consultas médicas, comprar os medicamentos)	Menos de 1 h/ dia	16,7%	23,9%	28,2%	21,9%
	Entre 1 e 2 h/dia	33,3%	42,3%	23,1%	37,5%
	Entre 2 e 4 h/dia	20,8%	16,9%	25,6%	18,8%
	Entre 4 e 6 h/dia	12,5%	8,5%	12,8%	18,8%
	Mais de 6 h/dia	12,5%	8,5%	7,7%	3,1%
	NA, não aplicável a mim	4,2%	-	2,6%	0%
Prestar apoio emocional às pessoas idosas de sua família (por exemplo, falar sobre os problemas que possam ter)	Menos de 1 h/dia	13,9%	21,1%	25,6%	15,6%
	Entre 1 e 2 h/dia	36,1%	38%	20,5%	25%
	Entre 2 e 4 h/ dia	25%	18,3%	28,2%	34,4%
	Entre 4 e 6 h/dia	12,5%	11,3%	12,8%	15,6%
	Mais de 6 h/r dia	12,5%	7%	7,7%	9,4%
	NA, não aplicável a mim	-	4,2%	5,1%	0%

No que se refere ao cuidado com pessoas da família que possuam algum grau de deficiência (Tabela 4), o tempo dedicado ao cuidado representado por levar a consultas médicas ou comprar medicamentos necessários é de até 2 horas para cerca de 44% das mulheres e para cerca de 50% dos homens.

Tabela 4. Distribuição entre mulheres e homens do tempo dedicado ao cuidado das necessidades físicas de familiar com deficiência (e.g., levar a consultas médicas, comprar medicamentos)

	MULHERES (n=139)	HOMENS (n=123)
Menos de 1 h/dia	23,7%	25,2%
Entre 1 e 2 h/dia	20,9%	24,4%
Entre 2 e 4 h/dia	19,4%	16,3%
Entre 4 e 6 h/dia	10,8%	13%
Mais de 6 h/ dia	10,8%	7,3%
NA, não aplicável a mim	14,4%	13,8%

DESTAQUE 6. O AUTOCUIDADO E O CUIDADO COMUNITÁRIO

Quando pensa em cuidado, a maioria das pessoas não pensa necessariamente em autocuidado, essencial para que se tenham os requisitos mínimos para cuidar de outras pessoas. O relatório revela que, daquelas pessoas que sentem não ter tempo para cumprir todas as atividades de cuidado (Tabela 5), mais de 75% apontam o trabalho remunerado como principal obstáculo, sendo que mais de 17% não consideram esse tipo de cuidado como prioritário, pois não têm estabilidade e segurança para o poderem fazer regularmente.

Ao agregarmos os dados, verificamos que quase 80% das mães deste grupo colocam o trabalho remunerado como a causa do sentimento de falta de tempo, sendo que 22% não considera o autocuidado como prioridade pois não possui estabilidade financeira para tal.

Tabela 5. Motivações identificadas por mães, pais e pessoas sem filhas ou filhos para sentirem não ter tempo para cuidar de si (n=292)

		MÃES (n=105)	PAIS (n=93)	MULHERES SEM FILHAS OU FILHOS (n=54)	HOMENS SEM FILHAS OU FILHOS (n=40)
Não tenho tempo suficiente no final do dia (por exemplo, por causa do meu trabalho).	NÃO	21%	24,7%	16,7%	22,5%
	SIM	79%	75,3%	83,3%	77,5%
Não tenho apoio suficiente por parte da outra pessoa progenitora.	NÃO	84,8%	90,3%	-	-
	SIM	15,2%	9,7%	-	-
Não tenho apoio suficiente por parte da minha família alargada.	NÃO	85,7%	91,4%	94,4%	80%
	SIM	14,3%	8,6%	5,6%	20%
Não tenho estabilidade ou segurança financeira para desempenhar estas tarefas. Não é uma prioridade para mim.	NÃO	78,1%	82,8%	74,1%	80%
	SIM	21,9%	17,2%	25,9%	20%
Não é trabalho para um homem.	NÃO	99%	100%	100%	100%
	SIM	1%	0%	0%	0%

Quando analisamos os dados segregados por género no que diz respeito ao cuidado com o próprio bem-estar físico em termos de horas diárias (Tabela 6), verificamos que menos de 39% das mulheres consegue dedicar menos de 1 hora por dia ao seu bem-estar físico, enquanto mais de 35% dos homens dedica entre 1 e 2 horas. Em relação ao cuidado das suas necessidades emocionais (Tabela 7), 67% das mulheres e 61% dos homens consegue dedicar até 2 horas diárias.

Tabela 6. Variação do tempo dedicado ao cuidado do próprio bem-estar físico entre homens e mulheres (e.g., praticar exercício físico, comer comida saudável, tomar suplementos alimentares)

	MULHERES (n=360)	HOMENS (n=435)
Menos de 1 h/ dia	38,9%	33,3%
Entre 1 e 2 h/dia	27,5%	35,6%
Entre 2 e 4 h/dia	13,9%	15,2%
Entre 4 e 6 h/dia	4,4%	6,4%
Mais de 6 h/ dia	5%	5,1%
NA, não aplicável a mim	10,3%	4,4%

Tabela 7. Variação do tempo dedicado ao cuidado das próprias necessidades emocionais entre homens e mulheres (e.g., ter tempo só para si, em que decide o que fazer)

	MULHERES (n=360)	HOMENS (n=435)
Menos de 1 h/ dia	40,3%	30,6%
Entre 1 e 2 /dia	26,7%	30,6%
Entre 2 e 4 h/dia	15,3%	20,9%
Entre 4 e 6 h/dia	9,2%	7,6%
Mais de 6 h/ dia	5,3%	6,9%
NA, não aplicável a mim	3,3%	3,4%

Tabela 8. Variação do tempo dedicado ao cuidado das próprias necessidades emocionais entre mães, pais e pessoas sem filhas ou filhos, (e.g., ter tempo só para si, em que decide o que fazer)

	MÃES (n=240)	PAIS (n=290)	MULHERES SEM FILHAS OU FILHOS (n=120)	HOMENS SEM FILHAS OU FILHOS (n=145)
Menos de 1 h/dia	41,7%	34,8%	37,5%	22,1%
Entre 1 e 2 h/dia	25,4%	30,3%	29,2%	31%
Entre 2 e 4 h/dia	12,9%	16,9%	20%	29%
Entre 4 e 6 h/dia	11,7%	7,2%	4,2%	8,3%
Mais de 6 h/dia	4,6%	6,9%	6,7%	6,9%
NA, não aplicável a mim	3,8%	3,8%	2,5%	2,8%

Quando analisamos respostas de mães e pais (Tabela 8), verificamos que mais de 41% das mães afirmam despende menos de 1 hora diária em cuidado emocional em comparação com cerca de 35% dos homens.

Por fim, as pessoas foram inquiridas sobre as possibilidades de realizar tarefas de cuidado comunitário, ou seja, envolverem-se, em alguma medida, com a sociedade que as rodeia e com a qual se relacionam. Nesse ponto, independentemente do género ou do estatuto parental, é possível constatar que 74% das pessoas que referem sentir não ter tempo para cumprir todas as atividades de cuidado apontam consistentemente a falta de tempo por causa do trabalho como uma das justificações para não contribuir para o cuidado da comunidade (Tabela 9). Ao mesmo tempo, mais de 77% apontam como principal razão o fato de não terem estabilidade financeira ou não considerarem prioritário esse tipo de cuidado.

Tabela 9. Motivações identificadas para sentir não ter tempo para se envolver no cuidado com a comunidade (n=296)

	NÃO	SIM
Não tenho tempo suficiente no final do dia (por exemplo, por causa do meu trabalho).	26,4%	73,6%
Não tenho apoio suficiente por parte da outra pessoa progenitora.	94,3%	5,7%
Não tenho apoio suficiente por parte da minha família alargada.	92,6%	7,4%
Não tenho estabilidade ou segurança financeira para desempenhar estas tarefas. Não é uma prioridade para mim.	77,4%	22,6%
Não é trabalho para um homem.	99,3%	0,7%

SECÇÃO

3

O cuidado em tempos de pandemia e a conciliação entre a vida profissional, familiar e pessoal



A COVID-19 trouxe práticas, preocupações, reinvenções de vida e consequências que são, em parte, irreversíveis. Deixou marcas em todas as sociedades do mundo. E o cuidado foi a palavra e a prática mais usadas durante esse período, ocupando o centro das agendas privadas e públicas. Nesta secção procurar-se-á perceber quais as principais mudanças trazidas pela pandemia nos usos do tempo nas tarefas que compõem os diferentes tipos de trabalho de cuidado.

DESTAQUE 7. O CUIDADO EM TEMPOS DE PANDEMIA

Tabela 10. Variação do tempo dedicado às tarefas de cuidado após a COVID-19 por faixa etária

	MENOS TEMPO	MAIS TEMPO	O MESMO TEMPO	
Faixa etária	25-34	12,5%	46,2%	41,2%
	35-44	14,1%	46,1%	39,8%
	45-54	14,3%	42,4%	43,3%
	55-65	16,6%	35,5%	47,9%

Em relação ao tempo utilizado nas tarefas de cuidado depois da COVID-19, verificamos que apenas na faixa etária entre os 55 e os 65 anos as pessoas inquiridas afirmaram que o tempo dedicado não aumentou. Nas demais faixas etárias, pelo menos 42% das pessoas inquiridas afirmaram que passaram a dedicar mais tempo às tarefas de cuidado (Tabela 10). Na tabela 11 é possível compreender como esse aumento (ou não) do tempo dedicado variou a partir da segregação dos dados em função da parentalidade.

Tabela 11. Variação do tempo dedicado às tarefas de cuidado após a COVID-19 entre mães e pais

	MENOS TEMPO	MAIS TEMPO	O MESMO TEMPO
Mães	15,4%	48,6%	36,1%
Pais	13,5%	41,6%	44,9%

É possível observar, na tabela 11, que quase metade das mulheres que são mães (48,6%) declararam dedicar mais tempo às tarefas de cuidado após a COVID-19, enquanto cerca de 45% dos homens afirmaram não haver um acréscimo no tempo de dedicação ao trabalho de cuidado. No entanto, quando observamos os dados relativos ao cuidado de pessoas idosas, cerca de 44% dos homens

afirmam que estão a dedicar mais tempo, tanto em relação aos cuidados físicos quanto ao apoio emocional (Tabela 12).

Tabela 12. Variação do tempo despendido com o cuidado das necessidades físicas e emocionais das pessoas idosas da família após a COVID-19 entre mulheres e homens,

		MULHERES	HOMENS
Cuidar das necessidades físicas das pessoas idosas de sua família (e.g., levar às consultas médicas, comprar medicamentos)	Muito tempo menos	3,7%	1,9%
	Algum tempo menos	8,4%	7,8%
	O mesmo tempo	34,6%	36,9%
	Algum tempo mais	32,7%	43,7%
	Muito mais tempo	20,6%	8,7%
	NA, normalmente não sou eu	0%	1%
Prestar apoio emocional às pessoas idosas da sua família (e.g., falar sobre os problemas que possam ter)	Muito tempo menos	1,8%	1%
	Algum tempo menos	6,4%	4%
	O mesmo tempo	28,4%	39%
	Algum tempo mais	36,7%	44 %
	Muito mais tempo	25,7%	12%
	NA, normalmente não sou eu	0,9%	0%

Já entre as pessoas que não exercem uma profissão remunerada, mais de metade (51,2%) declarou dedicar mais tempo ao trabalho de cuidado depois da COVID-19 (Tabela 13).

Tabela 13. Variação do tempo despendido com as tarefas de cuidado após a COVID-19 entre pessoas que exercem e não exercem uma profissão remunerada

	MENOS TEMPO	MAIS TEMPO	O MESMO TEMPO
Trabalha	13,7%	43,6%	42,7%
Não trabalha	15,8%	51,2%	33% ³²

Quando analisamos o tempo dedicado às tarefas de cuidado após a COVID-19 por mães e pais (Tabela 14), percebemos que quase metade dos pais (45%) afirmou que manteve o mesmo tempo de dedicação *versus* 36% das mães.

32 A maior parte das pessoas que não exerce uma profissão remunerada é estudante (48 pessoas), mas há também quem esteja reformada (8 pessoas), doméstica a tempo inteiro (6 pessoas) ou sem qualquer emprego (5 pessoas).

Tabela 14. Conjunto das perguntas sobre diferença no tempo das atividades pré e pós-COVID-19 (n=529)

	MUITO TEMPO MENOS	ALGUM TEMPO MENOS	O MESMO TEMPO	ALGUM TEMPO MAIS	MUITO MAIS TEMPO
Mães	6%	9%	36%	28%	20%
Pais	5%	9%	45%	31%	11%

Ao observarmos os dados segregados entre mães e pais, as mães gastam mais tempo nos cuidados listados na Tabela 15 do que os pais. A exceção é o cuidado do seu bem-estar físico e das suas necessidades emocionais, quando são eles quem dedicam mais tempo.

Observando os dados relacionados ao tempo dedicado ao cuidado das próprias necessidades emocionais, percebemos que, quanto mais os homens investem nessa modalidade, há uma tendência de mais tempo dedicado ao cuidado de filhas ou filhos menores e das necessidades físicas e emocionais das pessoas idosas de sua família. Além disso, no caso do apoio emocional às pessoas idosas da família, para cada caso de cuidado das próprias necessidades das mulheres, existem 3,24 casos de homens nesta condição. E, ainda no caso dos homens, em todos os outros tipos de cuidado, aqueles que praticavam mais o cuidado emocional próprio tendencialmente cuidavam 1 hora ou mais nas restantes categorias (Tabela 17).

Tabela 15. Tempo gasto pelas mães em relação ao tempo gasto pelos pais nas atividades de cuidado

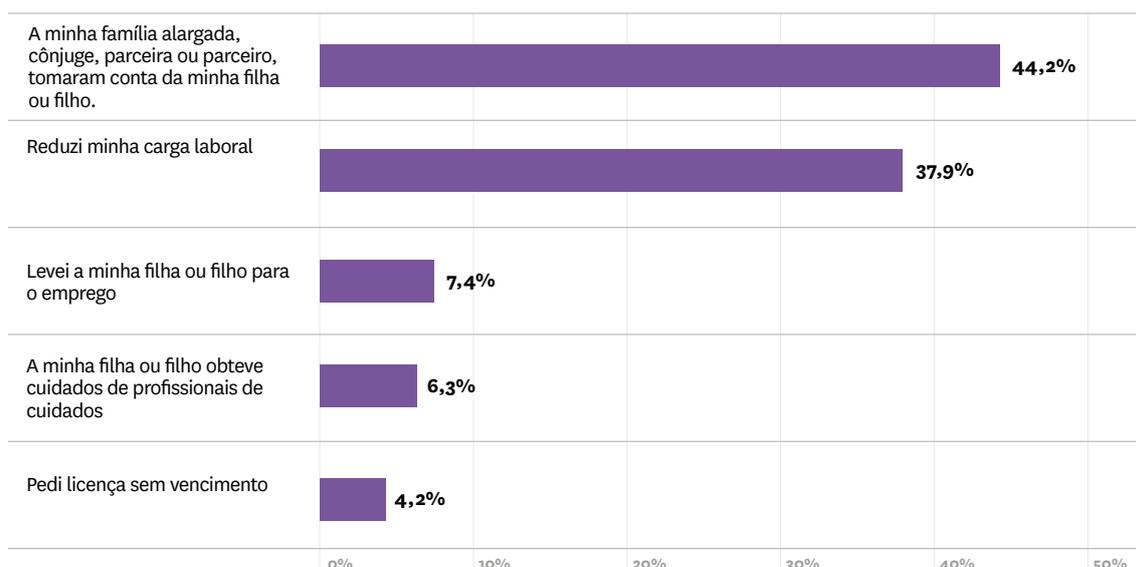
Planear a logística /Organizar a vida familiar	115%	1.15 mais tempo
Cuidar do seu bem-estar físico	98%	1.02 menos tempo
Limpar a casa	124%	1.24 mais tempo
Cuidar das necessidades emocionais de sua filha ou filho mais jovem	117%	1.17 mais tempo
Cuidar das necessidades físicas das pessoas idosas de sua família	115%	1.15 mais tempo
Prestar apoio emocional às pessoas idosas de sua família	113%	1.13 mais tempo
Cuidar de suas necessidades emocionais	96%	1.04 menos tempo
Cuidar de sua parceira ou parceiro	109%	1.09 mais tempo
Cuidar das necessidades físicas de sua filha ou filho mais jovem	124%	1.24 mais tempo
Cuidar das necessidades alimentares do agregado familiar	119%	1.19 mais tempo
Cuidar de familiar com deficiência	104%	1.04 mais tempo

DESTAQUE 8. OS CUSTOS DA CONCILIAÇÃO ENTRE TRABALHO REMUNERADO E TRABALHO DE CUIDADO

Quando analisamos dados relacionados com a conciliação do trabalho remunerado com as responsabilidades advindas da prestação de cuidado, é notável constatar a forma como o panorama se foi transformando ao longo das décadas com a maior escolarização feminina e a entrada massiva das mulheres de classe média no mercado de trabalho. Tais fatores revestiram impactos significativos na estrutura social, nomeadamente pela introdução de transformações demográficas, devido à diminuição da natalidade com o adiamento da maternidade, tornando necessário repensar as relações de género relacionadas com as tarefas de cuidado. As políticas públicas e do setor privado relativamente à conciliação entre a vida privada, pessoal e familiar são essenciais, e foram sendo melhoradas ao longo dos anos, mas não são ainda suficientes para garantir a divisão equitativa das responsabilidades de cuidado. Como consequência, as soluções têm vindo a ser implementadas de forma individual, levando em conta o segmento social de cada família.

Neste contexto, a Figura 18 permite aceder a algumas das estratégias utilizadas pelas pessoas que responderam ao inquérito. Mais de 44% das pessoas respondentes consideraram que a família alargada, bem como cônjuges, constituíram o principal suporte depois de se terem tornado pais ou mães, identificando, em segundo lugar em grau de importância, a redução da carga laboral (37,9%). Importa salientar, a este respeito, que não se pode considerar o pai enquanto rede de apoio, ou elemento externo. Ele é pai e, nessa qualidade, incumbem-lhe idênticas responsabilidades às da mãe no que se refere ao cuidado de filhos e filhas. Uma rede de apoio é composta por pessoas de fora da família nuclear, como avós, tias e tios, parentes mais ou menos distantes, amigas ou amigos, bem como pessoas contratadas para realizarem as tarefas de cuidado.

Figura 18: Estratégias de gestão das responsabilidades parentais adotadas pelas pessoas inquiridas (n=95)



Analisando os dados segregados por género apresentados na Tabela 16, podemos verificar que as mães puderam gerir as suas responsabilidades parentais a partir da redução da carga laboral e, conseqüentemente, dos respetivos vencimentos (39%), na mesma medida em que puderam contar com alguma rede de apoio da família alargada ou com a divisão das tarefas com cônjuge ou pessoa com quem têm relacionamento (39%). No caso dos homens, cerca de 37% reduziram a carga laboral, enquanto mais de metade contaram com rede de apoio e divisão com cônjuge (51%).

Tabela 16. Estratégias de gestão das responsabilidades parentais depois da parentalidade (tanto biológica quanto por adoção)

	MÃES	PAIS
Pedi licença sem vencimento	4,9%	3,9%
Reduzi a minha carga laboral	39%	37,3%
A minha família alargada, cônjuge/parceira/parceiro, tomaram conta da minha filha ou filho.	39%	51%
A minha filha ou filho obteve cuidados de profissional de cuidados	4,9%	5,9%
Levei a minha filha para o emprego	12,2%	2%

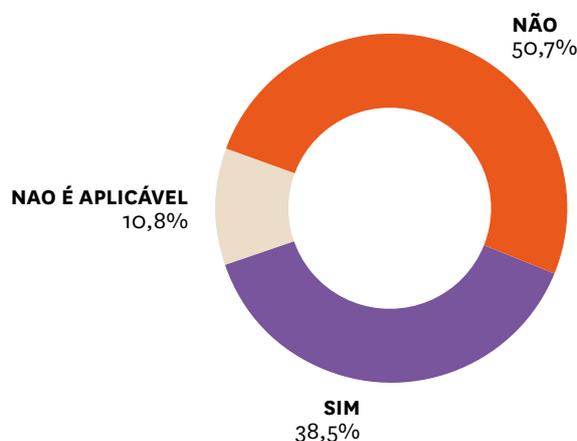
Tabela 17. Disponibilidade em obter apoio da entidade patronal para uma licença melhor ou adicional para prestar cuidados

		MULHERES	HOMENS
Aceitaria um corte salarial para usufruir de uma licença parental mais prolongada do que a atualmente permitida?	Sim	54,2%	52,1%
	Não	45,8%	47,9%
Realizaria funções extraordinárias para colega caso esta pessoa estivesse de licença	Sim	79,7%	83%
	Não	20,3%	17%
Defenderia esta questão no trabalho	Sim	93,9%	90%
	Não	6,1%	10%
Mudaria de emprego para obter uma licença de prestação de cuidados adicional/mais prolongada	Sim	66%	60,7%
	Não	34%	39,3%
Desistiria do meu emprego para ter mais tempo para prestar cuidados	Sim	45,6%	44,7%
	Não	54,4%	55,3%
Tiraria uma licença sem vencimento do emprego	Sim	51,4%	57,6%
	Não	48,6%	42,4%

Quando se perguntou sobre a vontade e disposição em obter uma licença adicional para prestação de cuidados (Tabela 17), mais de 90% das pessoas inquiridas afirmaram que defenderiam essa questão no

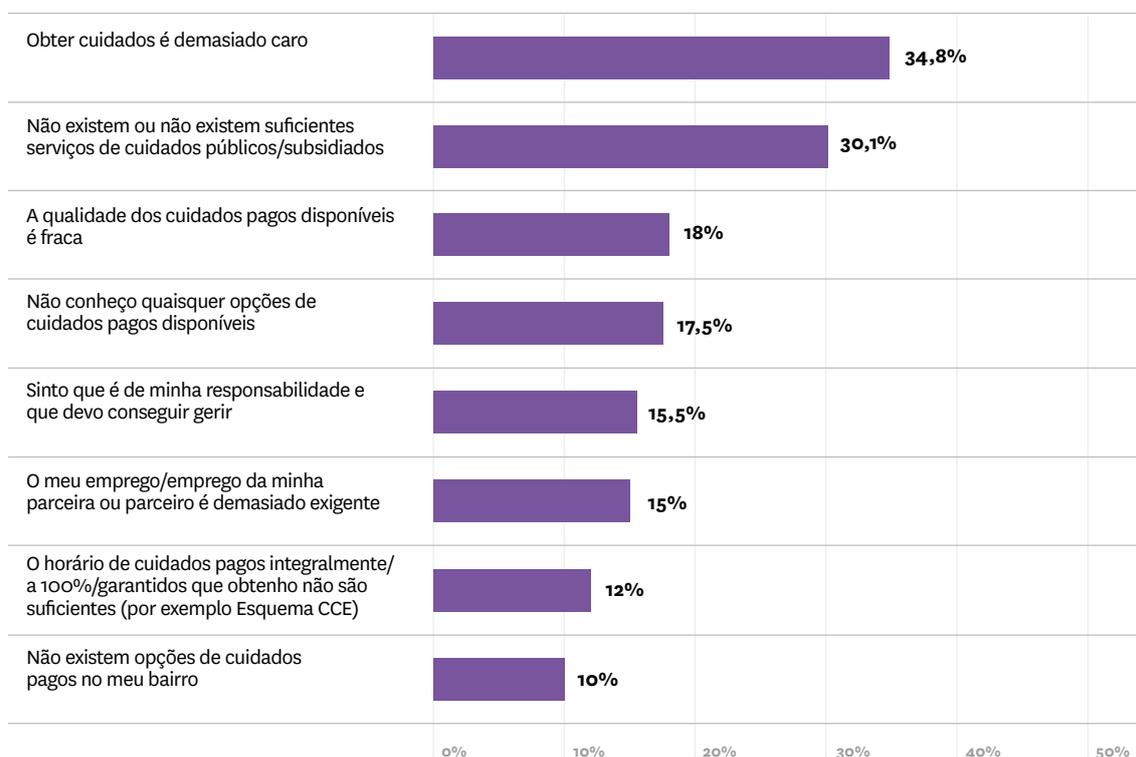
local de trabalho e que realizariam as funções extraordinárias para quem estivesse de licença (cerca de 80% das mulheres e 83% dos homens). Além disso, 66% das mulheres e 60% dos homens estariam dispostos a mudar de emprego para ter uma licença de prestação de cuidados maior ou adicional.

Figura 19. Apoio suficiente, pago ou não, para cuidar de filhas, filhos ou familiares (n=787)



Das razões apontadas pelas pessoas inquiridas que afirmaram não ter apoio suficiente (Figura 19), seja pago ou não, para cuidar de suas filhas, filhos ou familiares, a escassez de apoios foi prontamente identificada como principal fator explicativo. Entre os motivos dessa ausência (Figura 20) de apoio estão os custos associados, seja por serem demasiado caros (34,8%), por não existirem serviços públicos suficientes (30,1%) ou até mesmo pela qualidade dos cuidados pagos não ser adequada (18%).

Figura 20: Causas identificadas para a ausência de apoio para cuidar de filhas e filhos



Violência obstétrica em Portugal: debates e práticas

A violência obstétrica é um fenómeno global que envolve práticas desrespeitosas, abusivas e desumanas durante o cuidado materno, especialmente durante a gestação, o parto e o pós-parto.

Em Portugal, tal como em muitos outros países, há um aumento da discussão e da consciencialização sobre essa questão. Grupos de ativistas³³, profissionais de saúde³⁴ e organizações não governamentais têm trabalhado para disseminar as informações sobre a violência obstétrica no país. Como estratégia, destacam casos de más práticas e defendem a importância do respeito pelos direitos das mulheres durante a gravidez e o parto.

O debate sobre a legislação que protege os direitos das gestantes também é relevante. Existem esforços para fortalecer as leis que proíbem a violência obstétrica e garantem que as mulheres tenham o direito de fazer escolhas informadas sobre seu próprio cuidado durante a gravidez e o parto.

Em resultado, verifica-se um crescente investimento na diversificação da formação de profissionais de saúde para garantir que estejam cientes dos direitos das mulheres, pratiquem uma abordagem centrada na paciente e evitem comportamentos que possam ser percebidos como violentos ou desrespeitosos.

Salientam-se, de seguida, práticas identificadas como eficazes para combater a Violência Obstétrica:

- **Humanização do parto:** É uma abordagem importante para combater a violência obstétrica, que inclui respeitar as escolhas das gestantes, garantir um ambiente acolhedor e oferecer apoio emocional durante todo o período que contempla o pré-parto, o parto e o pós-parto.
- **Aconselhamento pré-natal:** Esta constitui uma prática que visa dotar as mulheres de informação, proporcionando-lhes conhecimento e permitindo que façam escolhas informadas sobre o seu cuidado durante a gravidez e o parto.
- **Campanhas de sensibilização:** Têm sido realizadas no intuito de educar a população e destacar a importância do respeito pelos direitos das mulheres durante a maternidade. É importante notar que, apesar dos esforços para combater a violência obstétrica em Portugal, existem ainda desafios significativos, e a implementação efetiva de políticas e práticas que respeitem os direitos das mulheres continua a ser uma área de foco para ativistas e profissionais de saúde.

33 Para informações detalhadas sobre a Campanha Pelo Fim da Violência Obstétrica em Portugal, pode acessar: <https://associacaogravidezeparto.pt/campanhas-e-eventos/campanha-pelo-fim-da-violencia-obstetrica/>

34 Para mais detalhes sobre os tipos de violência obstétrica, pode acessar: <https://lisbonph.pt/blog/violencia-obstetrica-em-portugal/>

Qual a importância de envolver os pais (homens) na prevenção de violência obstétrica?

Dentre as razões para o envolvimento dos pais, está a contribuição significativa para melhorar os resultados da saúde materna e promover uma experiência de parto solidária e respeitosa. Atente-se de seguida, a algumas razões fundamentais que realçam a importância de envolver os pais na prevenção da violência obstétrica:

- Apoio emocional: A presença do pai pode ajudar a aliviar a ansiedade e o *stress* da mãe, contribuindo para uma experiência de parto mais positiva.
- Defesa dos direitos da mulher: O pai pode ajudar a garantir que as preferências e escolhas da mãe sejam respeitadas por profissionais de saúde, reduzindo, deste modo, a probabilidade de práticas desrespeitosas ou coercivas.
- Tomada de decisões partilhada: Uma abordagem colaborativa garante que ambos participem ativamente na construção do plano de parto, intervenções e cuidados pós-parto.
- Melhoria da comunicação: O pai pode facilitar a comunicação, assegurando que tanto a equipa de cuidados de saúde como a família estejam alinhadas no que diz respeito aos cuidados da mãe.
- Promover a inclusão: O seu envolvimento promove uma abordagem mais inclusiva e centrada na família para os cuidados de maternidade. O reconhecimento da importância dos pais no processo de parto ajuda a quebrar os papéis tradicionais de género

e encoraja uma visão mais igualitária das responsabilidades parentais.

- Reduzir o isolamento: A gravidez, o parto e o período pós-parto podem ser particularmente difíceis para as mulheres, e ter o apoio do pai pode reduzir os sentimentos de isolamento. O envolvimento dos pais ajuda a criar um ambiente familiar mais favorável, com um impacto positivo no bem-estar geral da mãe.
- Ligação pai-bebé: O envolvimento dos pais desde o início do processo de gravidez e no parto contribui para o desenvolvimento de uma forte ligação entre o pai e a filha ou filho. Esta ligação precoce pode ter efeitos positivos na dinâmica familiar e no bem-estar da criança a longo prazo.
- Bem-estar familiar a longo prazo: O apoio ao envolvimento dos pais nos cuidados de maternidade promove um sentido de responsabilidade e de investimento no bem-estar de toda a família, que pode levar a relações familiares mais fortes e a um ambiente mais favorável ao desenvolvimento da criança.

Em resumo, o envolvimento dos pais na prevenção da violência obstétrica não só é benéfico para o bem-estar emocional da mãe, como também contribui para uma abordagem mais colaborativa e respeitosa dos cuidados de maternidade. Os pais desempenham um papel vital na defesa dos direitos das mulheres, assegurando a partilha da tomada de decisões e promovendo um ambiente positivo e de apoio durante a gravidez, o parto e o período pós-parto.

Para mais informações sobre instituições que podem auxiliar na obtenção de informação que previna a violência obstétrica, por favor consultar:

Associação Portuguesa pelos Direitos da Mulher Gravidez e Parto:

<https://associacaogravidezparto.pt/>

Observatório da Violência Obstétrica:

<https://ovoportugal.pt/>

Rede Portuguesa de Doulas:

<https://www.redeportuguesadedoulas.com/>

SECÇÃO

4

As licenças parentais e o cuidado no centro das prioridades



DESTAQUE 9. AS LICENÇAS PARENTAIS: O ENVOLVIMENTO DOS HOMENS DESDE O INÍCIO

Apesar de Portugal ter, até muito recentemente, uma das melhores leis relativas à licença parental da Europa³⁵, bem como dados estatísticos e planos para a conciliação entre a vida profissional, pessoal e familiar³⁶, este relatório revela que aquando do nascimento ou da adoção de filha ou filho, cerca de 17% das pessoas inquiridas não gozaram licença parental – o que não varia quando segregamos os dados por género. Além disso, registava-se entre 3,5% das pessoas respondentes um certo desconhecimento sobre se era permitido ou não gozar a licença (Tabela 18).

Tabela 18. Gozo da licença parental remunerada aquando do nascimento ou adoção da filha ou filho mais jovem (n=541)

Sim	73,8%
Não	17,6%
Eu não sabia se me era permitido tirar licença	3,5%
Não aplicável	5,2%

Tabela 19. Gozo da licença parental remunerada, por situação de empregabilidade, aquando do nascimento ou adoção de sua filha ou filho mais jovem

	NÃO TRABALHA (n=38)	TRABALHA POR CONTA DE OUTREM (n=431)	TRABALHADOR OU TRABALHADORA INDEPENDENTE (n=59)
Sim	57,9%	78,9%	54,2%
Não	28,9%	13,7%	33,9%
Eu não sabia se me era permitido tirar licença	5,3%	3,5%	3,4%
Não aplicável	7,9%	3,9%	8,5%

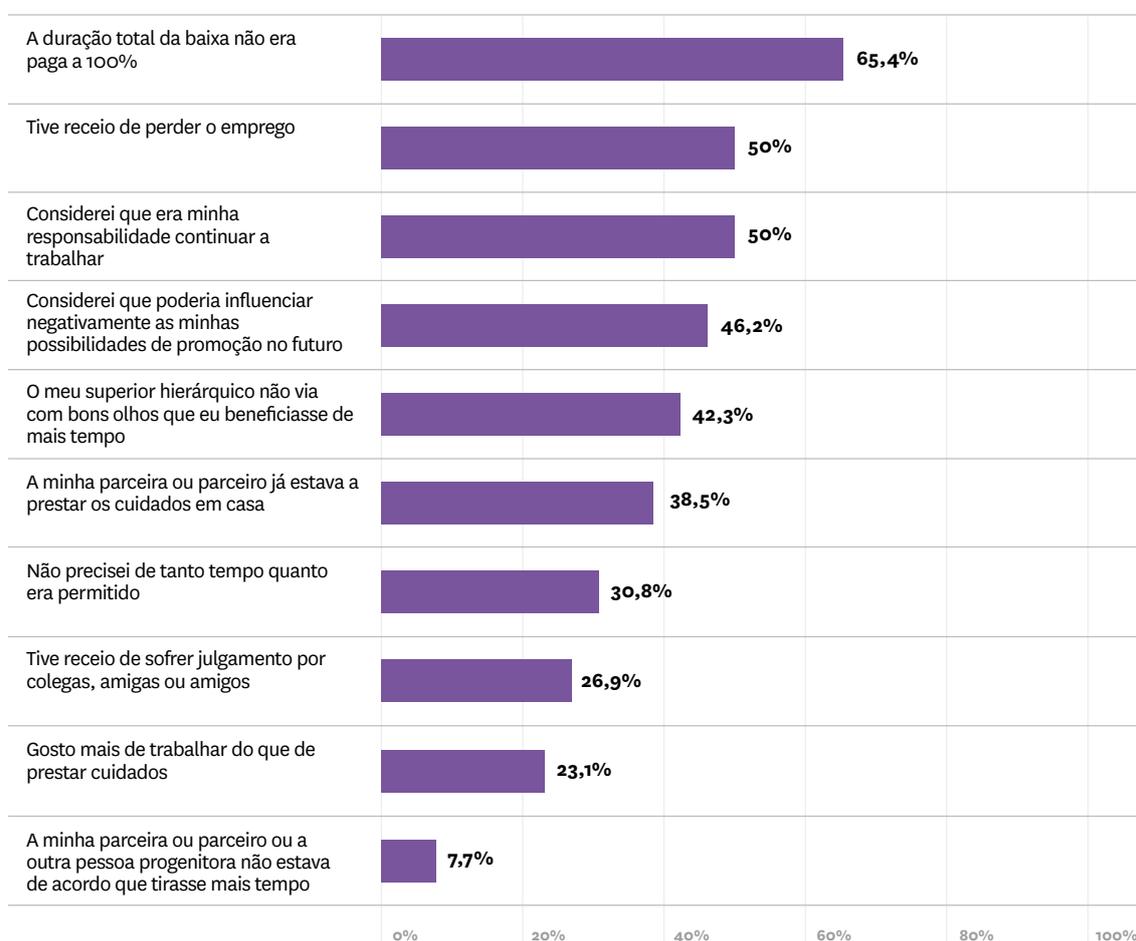
35 Enquanto a legislação europeia atual estabelece 14 semanas como o período mínimo de licença de maternidade com 2 semanas de licença obrigatória (antes e/ou após o parto) e 2 semanas de período mínimo de licença de paternidade, o Código de Trabalho português prevê uma licença parental, paga pela Segurança Social, concedida à mãe e ao pai de uma criança, que se subdivide entre licença inicial (que pode ir até 150 dias e inclui os períodos obrigatórios e exclusivos de cada pai e mãe) e licença alargada (com a duração de 3 meses adicionais) (Artigos 35º e seguintes do Código do Trabalho, publicado na Lei Lei n.º 7/2009, de 12 de Fevereiro). Para mais informações sobre a proteção social portuguesa à parentalidade, consultar [Guia Prático do Subsídio Parental](#). Espanha foi ainda mais longe na proteção à parentalidade, sendo o único Estado-Membro da UE que determina a partilha igualitária do tempo atribuído às licenças de maternidade e de paternidade (16 semanas), pagas a 100% e intransferíveis, ainda que não obrigatória, nos termos do *Real Decreto-ley 6/2019, de 1 de marzo, de medidas urgentes para garantía de la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres en el empleo y la ocupación*.

36 Para mais informações sobre as estratégias nacionais de Conciliação entre vida profissional e pessoal e familiar, pode consultar [Conciliação entre vida profissional e pessoal e familiar - CITE](#)

Em relação à empregabilidade, 34% das pessoas que são trabalhadoras independentes não tiveram direito à licença, estando incluídas dentro dessa categoria as situações de trabalho precário (Tabela 19).

Entre o grupo das pessoas que não gozaram integralmente a licença parental (Figura 21), cerca de 65% não o fizeram porque o período completo de licença não era pago a 100% e essa redução salarial tinha impactos na vida financeira familiar. Além disso, 50% das pessoas inquiridas consideraram que era sua responsabilidade manter-se a trabalhar e 50% afirmou ter receio de perder o emprego. O temor de enfrentar dificuldades acrescidas na progressão na carreira foi também identificado como um aspeto importante (46%), muito em resultado de pessoa superior na hierarquia laboral não ver "com bons olhos" que beneficiasse de mais tempo (42%).³⁷

Figura 21: Grau de concordância com as afirmações elencadas em relação aos motivos para não gozo pleno da licença parental (n=26)



37 Para aprofundamento das desigualdades de género no mercado de trabalho em Portugal, agravadas pelo status parental, ver: Ferreira, V. (2010). A Igualdade de Mulheres e Homens no Trabalho e no Emprego em Portugal – Políticas e Circunstâncias. Estudos 7. CITE, 1ª edição. Fonte: <https://estudogeral.uc.pt/bitstream/10316/44008/1/A%20Iguerdade%20de%20Mulheres%20e%20Homens%20no%20Trabalho%20e%20no%20Emprego%20em%20Portugal.pdf> ; Ferreira, V., & Monteiro, R. (2013). Trabalho, igualdade e diálogo social: Estratégias e desafios de um percurso. Estudos 9. CITE, 1ª edição. Fonte: <https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/44007/1/Trabalho%2c%20Iguerdade%20e%20Di%C3%A1logo%20social.pdf>

Por outro lado, das pessoas que usufruíram da licença, 92% tiraram na íntegra o tempo permitido por lei, demonstrando, através desta ampla adesão, a importância de o benefício ser ampliado para todas as situações (Tabela 20).

Tabela 20. Gozo do tempo máximo de licença parental permitido após o nascimento ou adoção de sua filha ou filho mais jovem, população geral (n=399)

Sim	92%
Não	6,5%
Não aplicável	1,3%
Prefiro não responder	0,3%

Nota-se que a adesão permanece significativa quando os dados são segregados por género (Tabela 21), já que mais de 93% dos homens usufruíram do benefício que lhes é reservado em sua totalidade (sendo, em Portugal, de até 30 dias) e 89% das mulheres (podendo usufruir até 120 ou 150 dias, conforme a situação). O mesmo ocorre quando se analisam os vínculos laborais (ou a ausência deles): cerca de 92% das pessoas que trabalham por conta de outrem e 87,5% de trabalhadoras e trabalhadores independentes usufruíram na íntegra o tempo permitido. (Tabela 22).

Tabela 21. Gozo do tempo máximo de licença parental permitido após o nascimento ou adoção de sua filha ou filho mais jovem, por género

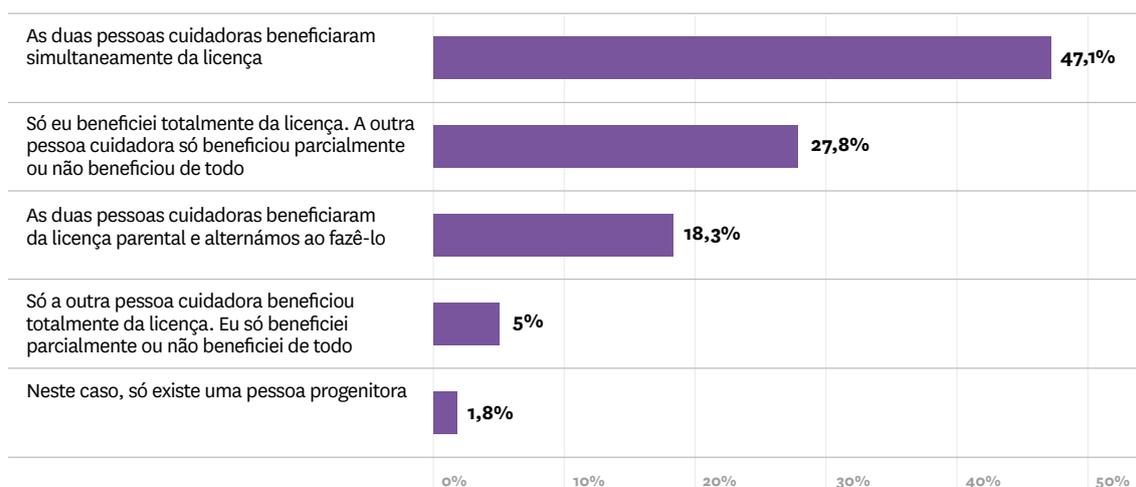
	MULHERES	HOMENS
Sim	89,7%	93,6%
Não	8%	5,5%
Não aplicável	2,3%	0,5%
Prefiro não responder		0,5%

Tabela 22. Gozo do tempo máximo de licença parental permitido após o nascimento ou adoção de sua filha ou filho mais jovem, por situação ocupacional

	NÃO TRABALHA	TRABALHA POR CONTA DE OUTREM	TRABALHADOR OU TRABALHADORA INDEPENDENTE
Sim	90,9%	92,6%	87,5%
Não	4,5%	6,8%	6,3%
Não aplicável	4,5%	0,3%	6,3%
Prefiro não responder		0,3%	

Em quase metade das famílias portuguesas (47,1%) foi possível que as duas pessoas cuidadoras beneficiassem da licença ao mesmo tempo. Em mais de 27% dos casos, apenas uma das pessoas beneficiou da licença integralmente, sendo que, para a outra referência de cuidado ou pessoa progenitora, tal não foi possível. 18% das pessoas respondentes recorreram à possibilidade de alternância na licença (Figura 22).

Figura 22: Gozo de licença parental com base na experiência de nascimento ou adoção da filha ou filho mais jovem (n=399)



Há que refletir, contudo, sobre a licença e a prevalência das mulheres nas tarefas de cuidado. Quando se tornam mães, as mulheres deparam-se frequentemente com o chamado "teto de vidro", que as impede de ascender profissionalmente, justamente pela possibilidade de precisarem de se ausentar do trabalho. Numa sociedade que penaliza as mulheres por se tornarem mães, a única solução parece passar pela consciencialização generalizada da sociedade e das instituições de que o trabalho de cuidado não remunerado ou reprodutivo deve ser dividido entre todos os entes sociais: família, Estado, comunidade e mercado. E que as licenças de maternidade e paternidade devem ser pagas a 100%, sendo intransferíveis e obrigatórias.

Para observar como esses aspectos são percebidos pelas pessoas inquiridas, foi pedido que respondessem sobre a sua concordância (ou não) com as afirmações expressas na Tabela 23, e os resultados são animadores: 40% discorda que as mulheres que estão envolvidas na política ou exerçam funções enquanto líderes não serão boas esposas e mães; 60% afirmou que o ativismo político para a mudança nas políticas de licença era importante para si.

Tabela 23. Grau de concordância com afirmações relacionadas ao ativismo político

	DISCORDO	DISCORDO UM POUCO	CONCORDO UM POUCO	CONCORDO	PREFIRO NÃO RESPONDER
O ativismo político por melhores políticas de licença de cuidados é importante para mim.	6,6%	7%	19,7%	59,3%	7,4%
As mulheres que participam na política ou desempenham funções de liderança não poderão ser boas esposas ou mães.	39,6%	15,1%	12,9%	24,2%	8,3%

Juntando-se *concordo* e *concordo plenamente*, e o *discordo* e *discordo plenamente*, chega-se ao resultado exposto na Figura 23, segregado por género, e na Figura 24, por faixa etária.

Figura 23. Grau de concordância ou discordância, por género, das afirmações sobre ativismo político

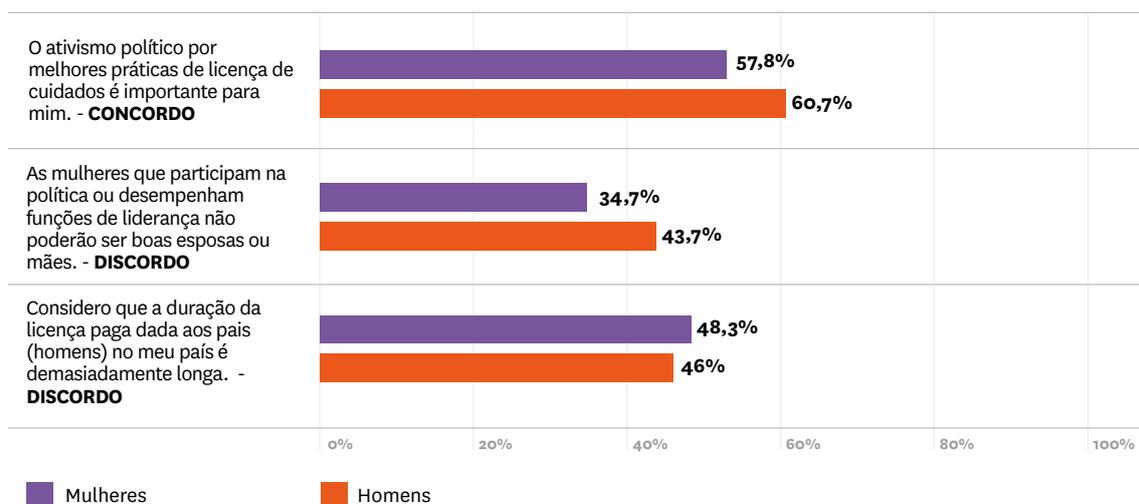
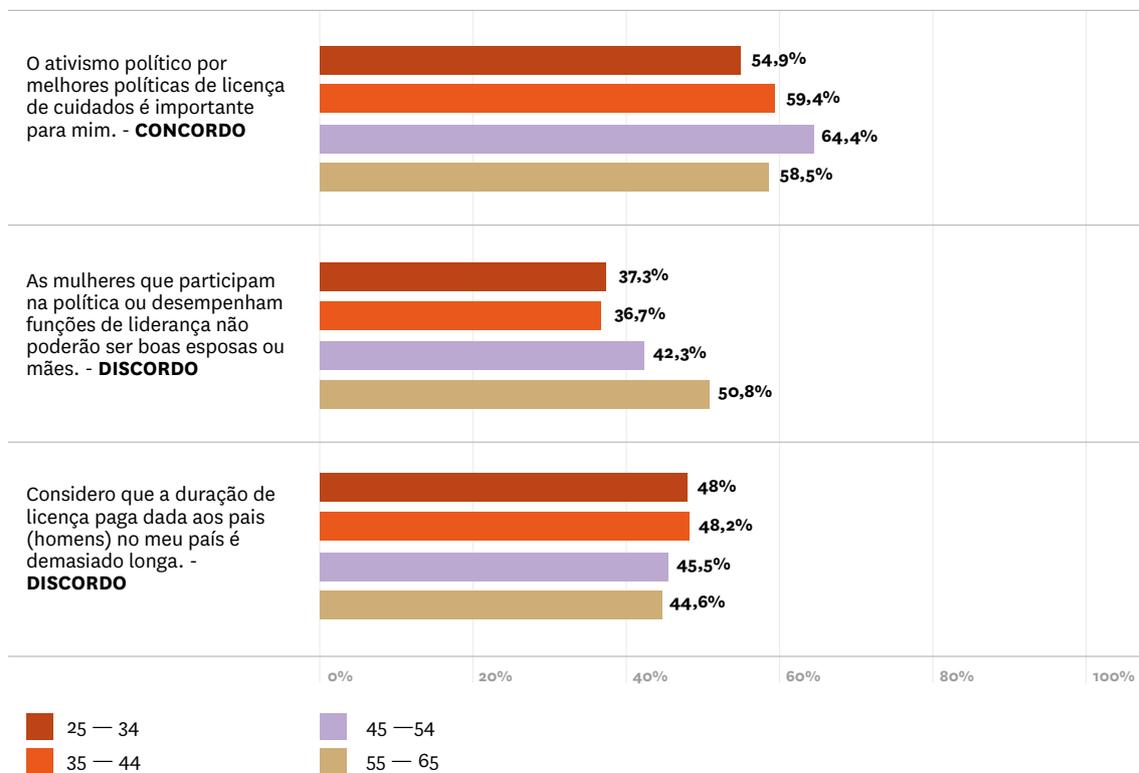


Figura 24. Grau de concordância ou discordância, por faixa etária, das afirmações sobre ativismo político



Mas se pensarmos além da equação pai e mãe, e tentarmos perceber como todos os entes sociais podem estar envolvidos na promoção de uma divisão equitativa das tarefas de cuidado, facilmente se conclui da necessidade de pressionar o Estado para a criação e ampliação de políticas públicas que promovam o envolvimento paterno, tornem mais equitativa a divisão de tarefas de cuidado não remunerado, em suma, para que se avance para um verdadeiro pacto sobre cuidados que contribua para uma sociedade mais justa socialmente. Neste sentido, alinhamo-nos às recomendações do Relatório Global sobre a Paternidade e Cuidado de 2023, apresentadas no Destaque a seguir.

DESTAQUE 10. AS POSSIBILIDADES DE O CUIDADO SER COLOCADO NO CENTRO DE UMA SOCIEDADE IGUALITÁRIA

Tradicionalmente, a paternidade tem sido associada a noções de autoridade, de provimento da família e de proteção – uma personificação do arquétipo estóico, que começa a decair. No entanto, a compreensão contemporânea da masculinidade reconhece que ser pai constitui-se como um papel multifacetado que se estende muito para além do modelo tradicional de provedor. Atualmente, pais e homens cuidadores estão cada vez mais envolvidos no bem-estar emocional e na educação das suas filhas, filhos e dependentes, desafiando as normas tradicionais e a sociedade patriarcal. Neste sentido, a jornada da paternidade e do cuidado corresponde a uma experiência transformadora que desafia a imagem estereotipada dos homens como pilares inabaláveis de força. A força, no contexto da paternidade moderna, não se refere apenas à proeza física, mas engloba a expressão emocional, a vulnerabilidade e a capacidade de cuidar.

Talvez por isso, globalmente, também se reflitam alguns destes sinais positivos. A comunidade internacional incluiu o reconhecimento e a valorização do trabalho de cuidado não remunerado como uma meta nos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável da Organização das Nações Unidas (ODS/ONU) e declarou, em 2023, o dia 29 de Novembro como o Dia Internacional do Cuidado e do Apoio.³⁸ Iniciativas como a Global Alliance for Care³⁹, ou a Campanha MenCare 50/50⁴⁰, traduzem igualmente a vontade internacional em acelerar a mudança.

Além disso, vários governos estão a implementar Planos Nacionais de Cuidado.⁴¹ Diversas entidades empregadoras estão a aderir a políticas que apoiam as suas trabalhadoras e trabalhadores a alcançarem o equilíbrio entre a prestação de cuidados/vida pessoal e o trabalho remunerado e cada vez mais países e empresas proporcionam licenças parentais remuneradas, incluindo mais dias ou dias iguais para os cuidadores do sexo masculino.

A menos que a prestação de cuidados não remunerada seja integrada de forma igualitária, pressupondo, entre outros fatores, uma abordagem transformadora dos comportamentos masculinos e das masculinidades, o trabalho de cuidado desempenhado sempre pelas mesmas pessoas será insuficiente para conduzir mudança nas nossas sociedades.

O Relatório Global sobre Paternidade e Cuidado de 2023, da autoria de Equimundo e Mencare, propõe a palavra **CARING** para avançar com as recomendações que permitam que, globalmente, caminhemos para uma divisão igualitária das práticas de cuidado, diminuindo assim o atual fosso existente. Pensando na sua concretização em Portugal, destacamos as seguintes oportunidades:

38 Fonte: <https://www.un.org/en/observances/care-and-support-day>

39 Para mais detalhes sobre a aliança global de cuidados, pode consultar: <https://forum.generationequality.org/news/its-time-care-global-alliance-care-urges-governments-and-all-stakeholders-declare-2023>

40 Para informações mais detalhadas sobre o incentivo para os homens envolverem-se da divisão igualitária do trabalho de cuidado, pode acessar: <https://men-care.org/resources/the-mencare-5050-project-men-sharing-care-work-facilitators-guide/>

41 Muito embora Portugal não tenha ainda um Plano Nacional de Cuidados, apesar de ter iniciativas bastante relevantes nesta matéria, como sejam o Programa Nacional de Cuidados Paliativos, ou a aprovação do Estatuto de Cuidadores e Cuidadoras Informais, publicado na Lei n.º 100/2019, de 06 de Setembro, entre outros.

C - Colocar os sistemas de **cuidado no centro das políticas e instituições públicas**, com enfoque nas pessoas mais marginalizadas

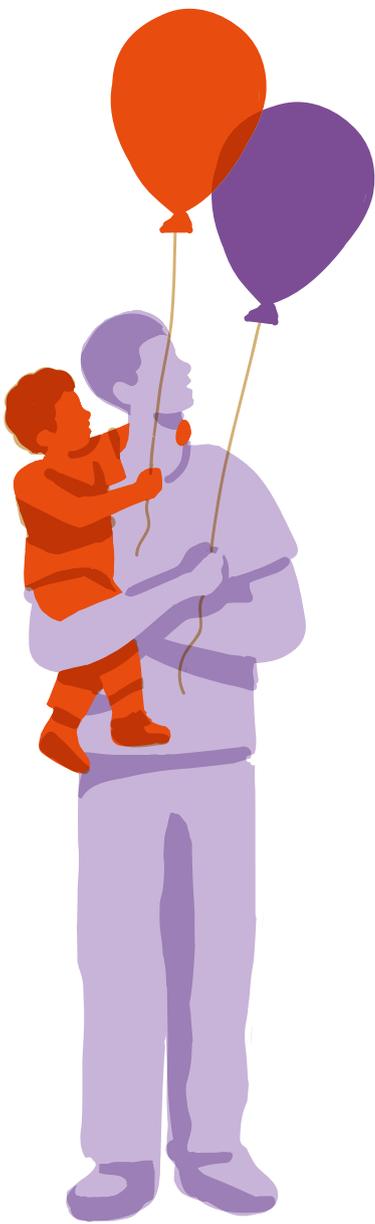
A - Advogar por uma cultura de cuidado em todos os **locais de trabalho**

R - Revolucionar a **forma como os rapazes são ensinados sobre cuidado e promover escolhas profissionais relacionadas com cuidado**.

I - Investir em **serviços de cuidado**, medir a equidade no acesso à cobertura dos serviços em todos os níveis de rendimento, por género e idade

N - Normalizar uma **licença parental igual, 100% remunerada e intransferível** para mães, pais e todas as pessoas cuidadoras e para todos os tipos de cuidados

G - Gerar **conteúdos mediáticos** de grande alcance que retratem homens e rapazes como cuidadores corresponsáveis e competentes e que **normalizem o cuidado como sendo universal**





Apoio:

