

(IN)SEGURANÇA ALIMENTAR EM MÃES-ESTUDANTES AFRICANAS: UMA ANÁLISE PRELIMINAR SOBRE SUAS DIMENSÕES

Denilza Wennie Zacarias Lane¹
Marcia Barbosa De Souza²

Resumo:

A (in)segurança alimentar representa um dos maiores desafios enfrentados por comunidades em contextos de vulnerabilidade social, especialmente em países africanos, onde fatores socioeconômicos, culturais e políticos influenciam diretamente o acesso a alimentos adequados. Este estudo apresenta uma pesquisa inicial sobre a situação de (in)segurança alimentar em mães africanas, com o objetivo realizar uma análise preliminar sobre as dimensões da (in)segurança alimentar com algumas mães africanas da UNILAB. Busca-se ainda identificar fatores socioeconômicos e de saúde mental associados a essa condição, bem como analisar seus impactos na permanência acadêmica e na qualidade de vida dessas mães. Trata-se de um estudo qualitativo, exploratório e descritivo, a coleta de dados foi realizada por meio de uma entrevista semi-estruturada, os dados analisados por análise de conteúdo conforme Bardin, e organizados em categorias temáticas. Os resultados apontam para presença de relatos e percepções associados a possíveis situações de (in)segurança alimenta, sobretudo relacionada à renda limitada, ausência de apoio familiar no Brasil, sobrecarga materna e dependência de auxílios estudantis. Esses fatores mostraram-se interligados a aspectos de saúde mental e qualidade de vida. Este panorama inicial busca contribuir para reflexões e futuros estudos mais aprofundados sobre a interseção entre gênero, maternidade e segurança alimentar no continente africano, ressaltando a necessidade de estratégias locais e globais que promovam justiça social e nutricional.

Palavras-chave: insegurança alimentar; mães africanas; maternidade; segurança nutricional; gênero.

Abstract:

(Food) insecurity represents one of the greatest challenges faced by communities in situations of social vulnerability, especially in African countries, where socioeconomic, cultural, and political factors directly influence access to adequate food. This study presents an initial investigation into the situation of food (in)security among African mothers, aiming to conduct a preliminary analysis of the dimensions of food (in)security experienced by some African mothers at UNILAB. It also seeks to identify socioeconomic and mental health factors associated with this condition, as well as to analyze its impacts on academic permanence and quality of life of these mothers. This is a qualitative, exploratory and descriptive study. Data collection was carried out through semi-structured interviews, and the data were analyzed using Content Analysis according to Bardin and organized into thematic categories. The results point to the presence of reports and perceptions associated with possible situations of food (in)security, mainly related to limited income, lack of family support in Brazil, maternal overload, and dependence on student financial aid. These factors were found to be interconnected with aspects of mental health and quality of life. This initial overview aims to contribute to reflections and future in-depth studies on the intersection between gender, motherhood and food security in the African context, highlighting the need for local and global strategies that promote social and nutritional justice.

Keywords: food insecurity; african mothers; motherhood; nutritional security; gender.

¹ Discente do Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas na Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira.

² Orientadora. Prof. Dr^a da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira.

INTRODUÇÃO

A insegurança alimentar é um fenômeno multidimensional que afeta milhões de pessoas no mundo, com maior incidência em países de baixa e média renda, especialmente no continente africano (FAO, 2023). Segundo a Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO, 2023), mais de 281 milhões de africanos enfrentavam insegurança alimentar aguda em 2022, sendo as mulheres e crianças os grupos mais vulneráveis. Nesse contexto, as mães africanas desempenham papel central na garantia da nutrição e do bem-estar familiar, mas enfrentam obstáculos significativos decorrentes da pobreza, desigualdade de gênero, crises políticas, conflitos armados e mudanças climáticas. (Brasil, 2024)

Diversos estudos demonstram que as mulheres são responsáveis pela maior parte da produção de alimentos em comunidades rurais africanas, embora muitas vezes tenham acesso limitado à terra, crédito, tecnologias agrícolas e redes de apoio institucional (Silva, 2019; Quisumbing *et al.*, 2021). Essa desigualdade estrutural agrava o risco de insegurança alimentar entre mães. Ou seja, as mulheres enfrentam várias limitações no acesso a alimentos saudáveis, incluindo a feminização da pobreza, o aumento da urbanização, a sobrecarga de tarefas domésticas, a valorização social excessiva das imagens femininas e a desigualdade de gênero nos sistemas alimentares (FAO *et al.*, 2018; Patel, 2012). Além disso, fatores como secas prolongadas, degradação ambiental e instabilidade nos preços de alimentos afetam diretamente a segurança nutricional dessas famílias (FAO, 2023).

A insegurança alimentar em mães africanas não é apenas uma questão de disponibilidade de alimentos, mas também de acesso, qualidade nutricional e estabilidade no suprimento, segundo UNICEF (2022). As consequências da insegurança alimentar são severas, refletindo-se em altas taxas de desnutrição infantil, aumento da morbimortalidade materna, complicações ou agravos que acometem a mulher durante a gravidez, parto ou o pós-parto. Essas condições não necessariamente levam à morte, mas podem causar sofrimento, incapacidade temporária ou permanente e impacto na qualidade de vida. perpetuação do ciclo intergeracional de pobreza.

O tema surgiu da necessidade de dar visibilidade as condições de (in)segurança alimentar vivenciadas por mães-estudantes universitárias na Universidade de Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB) no estado do Ceará.

Assim, compreender a insegurança alimentar a partir de suas diferentes dimensões permite uma análise mais aprofundada das condições de vida das populações em situação de vulnerabilidade, como é o caso das mães africanas universitárias, cuja experiência acadêmica

e social pode ser severamente impactada pela dificuldade em manter uma alimentação adequada e regular. Perante os atravessamentos de gênero, raça, classe e migração, pergunta-se: Mães estudantes africanas na UNILAB enfrentam (in)segurança alimentar?

Diante dessa questão, o presente estudo tem como objetivo realizar uma análise preliminar sobre as dimensões da (in)segurança alimentar com algumas mães africanas da UNILAB e como objetivo específico: Identificar os principais fatores socioeconômicos, culturais e de saúde mental que influenciam a (in)segurança alimentar entre mães africanas

REFERENCIAL TEÓRICO

Insegurança Alimentar: Conceitos e Dimensões

A insegurança alimentar é um fenômeno complexo e multifacetado que vai além da simples ausência de alimentos, segundo a Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura (FAO, 2023), insegurança alimentar ocorre quando indivíduos não têm acesso físico, social e econômico regular a alimentos suficientes, seguros e nutritivos para atender suas necessidades alimentares e preferências, a fim de levar uma vida ativa e saudável (FAO, 2009).

O conceito insegurança alimentar está intrinsecamente ligado ao de segurança alimentar e nutricional, que, no Brasil, foi definido pela Lei nº 11.346/2006 (Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional – LOSAN) como a realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer outras necessidades essenciais, respeitando a diversidade cultural e sendo ambiental, econômica e socialmente sustentáveis (Brasil, 2006). Dessa forma, A insegurança alimentar é resultado de fatores econômicos, sociais e políticos, visto que, podem ser oriundos de políticas públicas ineficientes, logística inadequada para a distribuições de alimentos, alterações climáticas, desigualdades sociais e até mesmo violência (Azevedo, 2022; Sheehan *et al.*, 2023)

A literatura especializada costuma distinguir diferentes dimensões da insegurança alimentar. A primeira delas é a dimensão da disponibilidade, relacionada à oferta adequada de alimentos em nível local, regional ou nacional. A segunda é a dimensão do acesso, que diz respeito às condições econômicas, sociais e físicas que permitem às pessoas adquirirem ou produzirem os alimentos de que necessitam. A terceira é a dimensão da utilização, que envolve aspectos nutricionais, de saúde e de preparo adequado dos alimentos, garantindo

absorção e aproveitamento de nutrientes (FAO *et al.*, 2023). Por fim, há a dimensão da estabilidade, que se refere à continuidade do acesso a alimentos ao longo do tempo, sem rupturas sazonais, políticas ou econômicas que comprometam a segurança alimentar (Pinstруп-Andersen, 2009; FAO *et al.*, 2023)

Uma pessoa ou família encontra-se em situação de insegurança alimentar quando experimenta incerteza quanto à obtenção de alimentos adequados, quando reduz a qualidade da dieta por restrições financeiras ou quando sofre restrição quantitativa de alimentos, chegando até mesmo a vivenciar episódios de fome (Silva, Costa, 2018; Wilhelm, 2017). No Brasil, esse monitoramento é realizado pela Escala Brasileira de Insegurança Alimentar (EBIA), que classifica os domicílios em três níveis: insegurança alimentar leve, quando há preocupação ou incerteza quanto ao acesso aos alimentos; insegurança alimentar moderada, quando há redução na qualidade e quantidade de alimentos; e insegurança alimentar grave, caracterizada pela ruptura no padrão de consumo alimentar e pela experiência de fome entre os membros da família (IBGE, 2020).

Essa situação está muito ligada à diferença de ganhos, exclusão do grupo social e falta de regras organizadas, afetando com mais força pessoas em condições difíceis (Anschau; Matsuo; Segall-Corrêa, 2012; Bezerra *et al.*, 2020). Já a situação de vulnerabilidade social, neste caso, será vista como a exposição a perigos sociais e econômicos que limitam o acesso a direitos básicos como comida, moradia, estudo e saúde (Da Silva, Kernkamp; Bennemann 2013). No caso das mães africanas universitárias, essas camadas de exclusão se sobrepõem: migrantes, negras, mulheres, mães e estudantes (FAO *et al.*, 2023).

A falta de segurança alimentar está diretamente associada a contextos de vulnerabilidade social, sendo mais acentuada em comunidades de baixa renda, com exclusão social e acesso limitado a serviços públicos. Ademais, pesquisas indicam uma forte conexão entre a insegurança alimentar e o vínculo entre mãe e filho, o que pode comprometer a saúde nutricional de ambos (Vieira; Souza; Cervato-Mancuso, 2010). Embora muitos estudos abordam a fome de forma geral, ainda são escassos os trabalhos que buscam compreender a realidade de mães universitárias imigrantes africanas.

Desafios da maternidade na vida de mães universitárias

A experiência da maternidade no ensino superior revela-se como um campo marcado por tensões, desigualdades e desafios estruturais. Embora a universidade seja socialmente reconhecida como um espaço de emancipação e ascensão social, ela ainda reproduz padrões excludentes que pouco consideram a realidade das estudantes que são mães (Araújo *et al.*,

2021). Nesse contexto, a chamada dupla jornada torna-se um dos principais obstáculos para a permanência acadêmica. Essa expressão refere-se à sobreposição das responsabilidades familiares e domésticas às exigências institucionais, gerando sobrecarga física, emocional e cognitiva (Maniçoba *et al.*, 2025.).

Pesquisas apontam que estudantes-mães enfrentam maior risco de evasão, atraso na conclusão dos cursos e dificuldades em acompanhar o ritmo acadêmico quando comparadas a colegas sem filhos (Mendonça; Braga, 2019). A falta de políticas públicas específicas, como oferta de creches universitárias, bolsas permanência e flexibilização curricular, agrava ainda mais a situação (Maniçoba *et al.*, 2025). Como resultado, muitas dessas mulheres precisam articular múltiplas estratégias de resistência, como a rede de apoio entre familiares, colegas e movimentos estudantis, para conciliar maternidade e vida acadêmica (Santos; Almeida, 2022).

É importante destacar que a dupla jornada não se limita ao acúmulo de tarefas, mas envolve também as dimensões simbólicas e emocionais do cuidado (FAO *et al.*, 2023). O trabalho reprodutivo, invisibilizado e historicamente naturalizado como responsabilidade feminina, continua recaindo sobre as mulheres, mesmo em contextos de busca por formação acadêmica (Hirata; Kergoat, 2007).

A vivência da maternidade universitária deve ser compreendida também a partir da perspectiva interseccional. Fatores como raça, classe e origem social intensificam as barreiras enfrentadas. Estudantes negras, periféricas ou imigrantes, por exemplo, estão mais sujeitas a contextos de precarização econômica e exclusão social, o que amplia os efeitos da dupla jornada (Crenshaw, 2002; Hollanda, 2018). Nesse sentido, a universidade, ao não reconhecer tais desigualdades estruturais, contribui para a perpetuação de um modelo excludente que invisibiliza as trajetórias dessas mulheres (Gomes, 2020).

Além disso, estudos recentes evidenciam que a maternidade durante a graduação está associada ao aumento de problemas relacionados à saúde mental, como ansiedade, estresse e depressão, em razão da dificuldade de conciliar demandas múltiplas sem apoio institucional adequado (Rodrigues; Ferreira, 2021).

Consequências da insegurança alimentas na vida das mães e dos filhos

A alimentação tem um papel importante tanto no bem-estar físico quanto mental, e a deficiência de alguns micronutrientes e macronutrientes tem sido implicada na etiologia da doença mental (Rao *et al.*, 2008). Mães de domicílios com baixa segurança alimentar tem maiores chances de estar em situação de saúde mental subótima, além de serem expostas a consequências negativas para a saúde mental (Weigel *et al.*, 2016). Embora a insegurança

alimentar afete pessoas de todas as idades e sexos, seu efeito sobre as mulheres e crianças merecem mais atenção (Saaka, 2016).

A literatura mostra que crianças expostas a contextos de insegurança alimentar apresentam maior risco de baixo peso ao nascer, anemia e atraso no desenvolvimento cognitivo e motor (FAO *et al.*, 2023). Esse cenário é agravado no caso de mães que são as mães? que conciliam maternidade e estudos, pois a limitação de recursos pode levar à priorização da alimentação dos filhos em detrimento da própria, resultando em déficits nutricionais maternos que afetam a saúde, a energia e a capacidade de aprendizagem (FAO, 2023).

Os efeitos da insegurança alimentar em mães tem sido associado a saúde mental, devido à sua associação com depressão, ansiedade e estresse (Augusto *et al.*, 2020). Estudantes universitários estão propícios ao surgimento da sintomatologia associada à depressão e à ansiedade e apresentam mais problemas emocionais do que a população geral (Jardim *et al.*, 2020; Bernardelli *et al.*, 2022)

Outro aspecto relevante refere-se ao impacto intergeracional da insegurança alimentar. A exposição crônica das crianças a ambientes de privação alimentar contribui para a reprodução do ciclo de pobreza, uma vez que limita as oportunidades de desenvolvimento educacional e social (UNICEF, 2024). Além disso, a má nutrição precoce está associada ao aumento da vulnerabilidade a doenças crônicas não transmissíveis, como obesidade, diabetes tipo 2 e hipertensão na vida adulta (FAO *et al.*, 2023).

A falta de recursos para manter uma dieta saudável e regular pode restringir a participação em atividades sociais e acadêmicas, isolando ainda mais essas mulheres e reduzindo seu potencial de formação integral (Betancourt-Núñez *et al.*, 2024).

Assim, a insegurança alimentar não pode ser compreendida apenas como uma questão de falta de alimentos, mas como um problema multidimensional, com implicações no bem-estar, na saúde mental, no desempenho acadêmico e na reprodução social das desigualdades.

Estratégias de Enfrentamento da Insegurança Alimentar

Em contextos de vulnerabilidade socioeconômica, famílias adotam diferentes estratégias para lidar com a insuficiência de recursos destinados à alimentação, a substituição de proteínas de origem animal por fontes mais baratas ou menos frequentes é outro recurso comum. Carne bovina e peixe, por exemplo, podem ser trocados por miúdos ou proteínas vegetais como feijão e soja. Embora sejam alternativas importantes, a irregularidade do acesso compromete a adequação nutricional (FAO *et al.*, 2023). Outra prática recorrente é a redução no número de refeições diárias ou na quantidade dos pratos servidos, estratégia que, em casos extremos, resulta em experiências de fome especialmente

entre adultos, que tendem a restringir sua alimentação para preservar a dos filhos (IBGE, 2020). Essas estratégias de substituição alimentar, apesar de mitigarem os efeitos imediatos da fome, acarretam riscos de médio e longo prazo, como deficiências de ferro, cálcio e vitaminas essenciais para mães e crianças (FAO, 2023)

Segundo De Souza, Cassab (2020) identificam que redes de solidariedade em periferias urbanas brasileiras foram essenciais para o enfrentamento da fome durante a pandemia de COVID-19, evidenciando a potência da organização coletiva diante da ausência ou insuficiência do Estado. Compartilhar alimentos, cozinhar coletivamente e organizar “vaquinhas” para a compra de mantimentos são práticas recorrentes que expressam não apenas sobrevivência, mas também resistência cultural e fortalecimento comunitário (FAO, 2023).

No Brasil, algumas iniciativas historicamente contribuíram para reduzir a insegurança alimentar, como o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), o Programa de Aquisição de Alimentos (PAA) e o Bolsa Família (substituído pelo Auxílio Brasil em 2021 e, posteriormente, recriado em 2023)(Reis dos Santos *et al.*, 2023). No âmbito universitário, medidas como a bolsa permanência, restaurantes universitários subsidiados e auxílios emergenciais são fundamentais para estudantes em situação de vulnerabilidade (Brazil, 2024). No entanto, a cobertura dessas políticas ainda é limitada e nem sempre contempla as necessidades específicas das estudantes-mães estrangeiras, que frequentemente enfrentam entraves burocráticos e legais para acessá-las (Gomes, 2020).

Vale destacar que, na Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), onde a presença de estudantes africanos é expressiva, o restaurante universitário representa uma das principais estratégias institucionais de combate à insegurança alimentar (UNILAB, 2024).

Vale ressaltar que essas estratégias, estão longe de resolverem o problema, apenas mitigam os efeitos da insegurança alimentar, apontando para a urgência de políticas públicas intersetoriais, sensíveis às especificidades de gênero, raça, classe e migração (FAO, 2023).

PROCESSOS METODOLÓGICOS

Caracterização da Pesquisa, Tipo de Pesquisa e Delineamento

A presente pesquisa adota uma abordagem qualitativa, a qual, segundo Minayo (2012), justifica-se pela necessidade de compreender percepções, sentimentos, estratégias de enfrentamento e significados atribuídos às experiências humanas em contextos específicos.

Esse tipo de abordagem é adequada para captar dimensões subjetivas e sociais que não poderiam ser adequadamente mensuradas por métodos quantitativos.

O estudo classifica-se como descritivo, conforme a tipologia proposta por Gil (2008), a pesquisa tem como propósito observar, registrar e analisar fenômenos sem manipulá-los, buscando descrever suas características e relações. Já o caráter exploratório visa proporcionar maior familiaridade com o problema investigado, tornando-o mais explícito e possibilitando a construção de hipóteses e interpretações.

As entrevistas semiestruturadas foram o principal instrumento de coleta de dados. As entrevistas foram realizadas no mês de Agosto à Setembro, na cidade de Redenção-Ceará e de forma individuais com cada uma das participantes. As entrevistas semiestruturadas permitem ao pesquisador conduzir a conversa com base em um roteiro previamente definido, mas ao mesmo tempo flexibilizam o diálogo, possibilitando que as participantes expressem livremente suas experiências, percepções e sentimentos (Gil, 2019).

Participantes e Critérios de Inclusão

Foram entrevistadas 6 mães africanas universitárias matriculadas na Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), selecionadas a partir dos seguintes critérios de inclusão que foram nomeadas por códigos M1 (mãe 1); M2 (mãe 2); M3 (mãe 3); M4 (mãe 4); M5 (mãe5).

- Ser mulher, mãe de pelo menos um filho menor de 12 anos;
- Estar regularmente matriculada em cursos de graduação na UNILAB;
- Ter origem africana e residir na comunidade universitária ou em localidades próximas;
- Disponibilidade para participar da entrevista-

Instrumentos de Coleta de Dados

O principal instrumento de coleta foi a entrevista semiestruturada, composta por perguntas abertas que Foram:

1. Para começar, você poderia me contar um sobre como tem sido a experiência de ser mãe e estudante universitária no Brasil?
2. Quando há falta de recursos, quais estratégias você utiliza para conseguir alimentos?
3. O que poderia ser feito pela universidade para apoiar mães universitárias estrangeiras?

4. Quais sentimentos você tem em relação às dificuldades alimentares e sociais que enfrenta?

5. Quais são suas principais expectativas e sonhos para o futuro em relação a você e seus filhos?

As entrevistas foram gravadas (com consentimento) e posteriormente transcrita na íntegra, garantindo a fidelidade das informações para análise. É importante destacar que este trabalho apresenta apenas uma parte da entrevista realizada. Foram utilizadas apenas as perguntas do questionário diretamente relacionada à temática central da pesquisa, ou seja aquelas que contribuem para a análise da (in)segurança alimentar entre as mães africanas participantes. Assim nem todas as questões aplicadas foram incluídas nos resultados, apenas aquelas que foram essenciais para responder aos objetivos do estudo.

Análise dos Dados

A análise das entrevistas foi realizada por meio da análise de conteúdo temática, conforme Bardin (2011), permitindo identificar padrões, categorias e subcategorias relacionadas à insegurança alimentar, maternidade, estratégias de enfrentamento e consequências para a saúde e bem-estar das mães e de seus filhos. O processo incluiu:

1. Leitura flutuante: leitura completa das transcrições para familiarização com o conteúdo;
2. Codificação inicial no resumo: identificação de trechos relevantes, palavras-chave e frases significativas;
3. Agrupamento em categorias nos resultados: organização de informações em categorias temáticas;
4. Interpretação: análise crítica das categorias, relacionando-as com o referencial teórico desenvolvido nos capítulos anteriores

RESULTADOS E DISCUSSÕES

As falas das participantes revelam que a (in)segurança alimentar vivenciadas no cotidiano ultrapassa a simples falta de recurso financeiros ou ao acesso a alimentos, as mães Universidatrias africanas entrevistadas relataram diferentes estratégias utilizadas para lidar com situações de escassez. Segundo FAO et al., (2023) as formas de enfrentamento da insegurança alimentar é essencial para revelar tanto a resiliência das populações em situação de vulnerabilidade quanto as falhas estruturais das políticas públicas destinadas à garantia do direito humano à alimentação adequada.

Apresentam-se a seguir dois quadros que sintetizam as informações coletadas. O Quadro 01 reúne a caracterização sociodemográfica das mães entrevistadas, permitindo visualizar elementos como idade, curso, nacionalidade e idade dos filhos.

Quadro 01- Caracterização das mães entrevistadas

Código	Idade	Curso	Nacionalidade	Idade do(a) Filho(a)	Estado civil
M1	28 anos	Enfermagem	Angola	3 anos	Solteira
M2	23 anos	Ciências Biológicas	Angola	1 ano e 10 meses	Solteira
M3	29 anos	Sociologia	Angola	2 anos	Casada
M4	29 anos	Ciências Biológicas	Guiné-Bissau	5 meses	Solteira
M5	25 anos	Ciências Biológicas	Guiné-Bissau	10 meses	Solteira
M6	23 anos	Ciências Biológicas	Moçambique	4 meses	Solteira

Fonte i: Dados da Pesquisa

Quadro 02 apresenta a análise das entrevistas, destacando os principais desafios, percepções e experiências relacionadas à (in)segurança alimentar. Esses quadros é para uma melhor compreensão dos resultados.

Quadro 02- Analise dos dados da entrevista

QUESTÃO	CATEGORIA	DESCRIÇÃO	EXEMPLO (fala das entrevistadas)
1. Para começar, você poderia me contar um pouco sobre como tem sido a experiência de ser mãe e estudante universitária no Brasil?	Sentimentos e expectativas	Reflete emoções e percepções sobre ser mãe e estudante, com destaque para a sobrecarga, culpa, medo, preocupação e desejo de superação.	<p>M1: “Sinto culpa por não conseguir alimentar bem meu filho.”</p> <p>M2: “Ser mãe e estudar é difícil, mas é um aprendizado diário.”</p> <p>M3: “É uma experiência boa, mas desafiadora.”</p> <p>M4: “A vida no Brasil é cara, mas consigo manter minha rotina.”</p> <p>M5: “Sinto ansiedade e medo de reprovar por causa da sobrecarga.”</p> <p>M6: “Ser mãe e estudante é cansativo, mas me sinto fortalecida.”</p>

<p>2.Quando há falta de recursos, quais estratégias você utiliza para conseguir alimentos?</p>	<p>Sobrevivência e adaptação</p>	<p>Ações cotidianas utilizadas para garantir alimentação e manutenção dos estudos, como empréstimos, economia, trabalho informal e redes de solidariedade.</p>	<p>M1: <i>“Peço ajuda a amigos quando falta comida.”</i> M2: <i>“Às vezes só dá para se conformar com o que tem.”</i> M3: <i>“Uso cartão de crédito quando não tenho dinheiro.”</i> M4: <i>“Procuro equilibrar os gastos, mesmo sem auxílio.”</i> M5: <i>“Vendo salgados para ajudar nas despesas.”</i> M6: <i>“Conto com apoio da família e colegas quando preciso.”</i></p>
<p>3.O que poderia ser feito pela universidade para apoiar mães universitárias estrangeiras?</p>	<p>Redes de suporte e ausência de políticas</p>	<p>Evidencia o papel (ou falta) do apoio institucional e comunitário; destaca a necessidade de políticas específicas para mães universitárias.</p>	<p>M1: <i>“Não tenho auxílio suficiente da universidade.”</i> M2: <i>“O apoio psicológico seria importante.”</i> M3: <i>“A universidade não faz o necessário para as mães.”</i> M4: <i>“Não recebo auxílio, mas deveria haver ajuda financeira.”</i> M5: <i>“Poderia oferecer programas específicos de acolhimento e assistência.”</i> M6: <i>“Há salas para bebês, mas ainda falta creche e mais suporte.”</i></p>
<p>4.Quais sentimentos você tem em relação às dificuldades alimentares e sociais que enfrenta?</p>	<p>Consequências físicas, mentais e acadêmicas</p>	<p>Mostra os efeitos da insegurança alimentar sobre o bem-estar físico e emocional, afetando o desempenho acadêmico e a saúde das mães e filhos.</p>	<p>M1: <i>“Preocupação, porque é difícil voce sendo mãe, voce se senti oprimida”</i> M2: <i>“Às vezes falta comida e isso me deixa ansiosa.”</i> M3: <i>“A falta de alimentos</i></p>

			<p>da minha cultura me entristece.”</p> <p>M4: “Mesmo comendo bem, o custo alto pesa no orçamento.”</p> <p>M5: “Já tive crises de ansiedade e cansaço.”</p> <p>M6: “Falta tempo e energia, mas tento manter a rotina saudável.”</p>
<p>5. Quais são suas principais expectativas e sonhos para o futuro em relação a você e seus filhos?</p>	<p>Resiliência e esperança</p>	<p>Reflete a força e os sonhos das mães em meio às dificuldades, demonstrando o desejo de superação e realização profissional e familiar.</p>	<p>M1: “Quero me formar e dar uma vida melhor ao meu filho.”</p> <p>M2: “Meu sonho é ser feliz e conseguir estabilidade.”</p> <p>M3: “Desejo um futuro mais justo para mães como eu.”</p> <p>M4: “Quero concluir o curso e ajudar minha família.”</p> <p>M5: “Espero continuar estudando e dar orgulho ao meu filho.”</p> <p>M6: “Quero oferecer ao meu filho uma vida segura e com oportunidades.”</p>

Fonte ii: Dados da pesquisa

As categorias descritas na tabela 02 sintetizam as principais dimensões observadas nas narrativas, a seguir.

Categoria 01: Sentimentos e Expectativas

As entrevistas realizadas com M1 e M2 revelam a profundidade dos desafios enfrentados por mães africanas que conciliam a maternidade e a vida acadêmica no Brasil, especialmente no que se refere à (in)segurança alimentar e ao apoio social.

M2 também trouxe uma visão mais resiliente da maternidade como processo de

aprendizado contínuo, ainda que desgastante, e sugeriu apoio psicológico como medida relevante da universidade.

M3 compartilhou sua trajetória descrevendo como “boa, mas desafiadora”, ressaltando a ausência de rede de apoio genuína no Brasil, M4 e M6 relataram experiências mais equilibradas, embora reconheçam o custo de vida elevado e o esforço diário de adaptação, já a M5 relatou vivências de ansiedade e ataques nas redes sociais, o que evidencia o impacto psicológico de sobrecarga e falta de apoio institucional.

Assim, os relatos dessas mães dialogam com a literatura que evidencia a forte intersecção sobrecarga materna e estudantil. Esses depoimentos reforçam a fala de Jardim et al., 2020; Bernardelli *et al.*, 2022 que relaciona a vida de Estudantes universitários e sintomatologia associada à depressão e à ansiedade e apresentam mais problemas emocionais do que a população geral. A FAO *et al.*, 2023 vai destacar também que a dupla jornada não se limita ao acúmulo de tarefas, mas envolve também as dimensões simbólicas e emocionais do cuidado (FAO *et al.*, 2023).

Categoria 02: Sobrevivência e Adaptação

A insegurança alimentar é um aspecto central na vida das entrevistadas. M1 relatou que sua família nunca se alimenta de forma adequada em quantidade e apenas raramente em qualidade, sendo comum a falta de alimentos suficientes. Como estratégia de sobrevivência, recorre a empréstimos de amigos. Essa situação gera sentimentos de preocupação e culpa, sobretudo por não conseguir garantir uma alimentação adequada para o filho de 3 anos.

Já M2 afirmou que, em sua experiência, a alimentação é “às vezes” adequada tanto em quantidade quanto em qualidade, mas também já enfrentou situações de escassez. Sua principal dificuldade está no alto preço dos alimentos, e, diante da falta de recursos, muitas vezes não encontra alternativas, limitando-se a “se conformar”. O cartão de crédito é meu amigo nas horas difíceis relatou a M3, M5 por sua vez mencionou a venda de bolinhos como um meio de complementar a renda e garantir estabilidade alimentar. Já as M4 e M6, embora não entrem em insegurança alimentar severa reconhecem a necessidade de planejamento financeiro rigoroso devido ao alto custo de vida no Brasil. Essas falas evidenciam o que a literatura já apontava: a maternidade em contexto universitário pode ser um fator de sobrecarga e risco de evasão, especialmente quando não há redes de apoio ou políticas institucionais eficazes (Quisumbing *et al.*, 2021; Silva, 2019). Esses relatos reforçam dados da FAO (2023), que identificam a pobreza e o custo elevado dos alimentos como fatores determinantes da insegurança alimentar em populações vulneráveis.

Categoria 03: Rede de Suporte e Ausência de Políticas

Outro ponto recorrente nos depoimentos foi a ausência de apoio institucional suficiente. M1 afirmou não contar com auxílio estudantil adequado e relatou sentir falta de apoio tanto da universidade quanto dos colegas, comparando a experiência no Brasil de forma desfavorável em relação ao seu país de origem. Já M2 recebe algum auxílio financeiro, mas considera-o insuficiente para cobrir suas necessidades básicas, e destacou a necessidade de apoio psicológico e emocional por parte da universidade. M3 Para ela, a alimentação é culturalmente distinta e a ausência de uma rede de apoio genuína no Brasil torna a maternidade mais solitária. Apesar de receber auxílio estudantil, o valor é insuficiente para cobrir todas as despesas básicas.

M4 revela um sentimento de negligência institucional: “*a universidade não faz o necessário para as mães*”, sugerindo políticas como aumento do auxílio maternidade e criação de brinquedoteca. M5 enfatiza o apoio entre colegas e o esforço constante para não reprovar nas disciplinas. Sua fala evidencia a presença de estratégias de enfrentamento individuais e comunitárias, como atividades informais e redes de solidariedade. Ela também propõe ações institucionais voltadas para mães estrangeiras, incluindo bolsas específicas, flexibilização de horários e espaços de convivência, reafirmando a urgência de políticas de acolhimento integradas. Por fim a M6 defende a criação de programas de apoio psicológico, creches universitárias e distribuição de cestas básicas para mães em situação de maior vulnerabilidade. Sua fala reflete uma visão consciente da realidade de outras colegas, denotando empatia e engajamento comunitário.

As experiências revelam que a maternidade, quando não acompanhada por políticas institucionais de apoio, pode se transformar em fator de exclusão social e acadêmica. Torna-se evidente a necessidade de estratégias que integrem auxílio financeiro suficiente, apoio psicológico e inclusão das demandas maternas nas políticas universitárias, de forma a promover condições de vida dignas e reduzir a vulnerabilidade alimentar dessas mulheres. Além disso, a sobrecarga de responsabilidades familiares e acadêmicas sem suporte adequado potencializa o risco de estresse, adoecimento e evasão universitária. Esses depoimentos ilustram como a (in)segurança alimentar se manifesta de forma diferenciada, mas estruturalmente ligada à vulnerabilidade econômica, à ausência de redes de apoio sólidas e à limitação dos auxílios estudantis. Estudos apontam que mulheres migrantes e mães estrangeiras enfrentam maiores barreiras no acesso a políticas públicas e benefícios sociais, o que agrava a desigualdade em relação a famílias locais (FAO, 2023; UNICEF, 2022).

Essa percepção confirma as observações de Santos e Almeida (2022) sobre a ausência de ações estruturadas para mães universitárias, reforçando a necessidade de políticas de permanência voltadas à maternidade.

Categorias 04: Consequências Físicas, Mentais e Acadêmicas

Os relatos indicam que a (in)segurança alimentar e a sobrecarga materna afetam diretamente a saúde física e mental, refletindo-se em dificuldades acadêmicas e emocionais

Sentimentos de preocupação, culpa e opressão por não conseguir garantir uma alimentação adequada para seu filho foi expressado pela M1. M2 revelou frustração diante da falta de alternativas. Episódio de ansiedade e cansaço constante, associado ao acúmulo de funções à queda no rendimento acadêmico foi relatado pela M5. As M4 e M6 reconhecem o desgaste físico e psicológico decorrente da conciliação entre maternidade e estudos. Observa-se que a preocupação e a incerteza tem sido um dos maiores desafios, Augusto et al.,(2020) relatou que os efeitos da insegurança alimentar em mães tem sido associado a saúde mental, devido à sua associação com depressão, ansiedade e estresse.

Esses achados vão ao encontro de relatórios da UNICEF (2022) e do FAO (2022), que enfatizam a importância de políticas direcionadas ao bem-estar de mães em situação de vulnerabilidade, incluindo suporte financeiro, acesso a alimentação adequada e serviços de saúde mental.

Categoria 05: Resiliência e Esperança

As M1, M4 e M5 destacam a conclusão do curso superior como um instrumento fundamental para melhoria da qualidade de vida familiar. Essas expressões “*Quero me formar e dar uma vida melhor ao meu filho*” (M1) e “*Quero concluir o curso e ajuda a minha família*”(M4) revelam que a educação é percebida como um meio de ascensão social e de suporte às necessidades básicas da família.

M2 e M6 resumem suas expectativas em “*Meu sonho é ser feliz e conseguir estabilidade*”(M2), indicando que, mesmo diante das dificuldades, mantém a busca por qualidade de vida e bem-estar. “*quero oferecer ao meu filho uma vida segura e com oportunidade*”(M6), elas a estabilidade como um condição indispensável para o bem-estar materno e infantil. Por sua vez a fala da M3 “*desejo um futuro mais justo para mães como eu*” ampliou a discussão ao trazer um dimensão coletiva e social, ela não se restringiu à sua realidade individual, mas expressou uma expectativa de transformação estrutural nas condições vivenciadas por mães universitárias.

Esse aspecto demonstra a resiliência dessas mulheres e reforça a importância de políticas que reconheçam e fortaleçam suas trajetórias acadêmicas e familiares

A estudante expressa esperança em concluir sua formação e “*oferecer ao filho uma vida segura e com oportunidades*”, discurso que se alinha à noção de maternidade como projeto de futuro e resistência, conforme discutido por Araújo, Lima e Silva (2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise sobre a (in)segurança alimentar vivenciada por mães africanas universitárias em situação de vulnerabilidade social no Brasil evidencia um fenômeno marcado por múltiplas dimensões interligadas, que vão além da simples ausência de alimentos. Trata-se de uma realidade que revela desigualdades estruturais, atravessadas por fatores de raça, gênero, classe e condição migratória, que impactam diretamente a permanência acadêmica, a saúde física e emocional, e a qualidade de vida dessas mulheres e de seus filhos. Ao longo do estudo, foi possível identificar que a insegurança alimentar não se apresenta apenas como limitação quantitativa, mas também qualitativa, refletindo-se na dificuldade de acesso a alimentos saudáveis, culturalmente adequados e consumidos de forma regular.

O contexto acadêmico, ainda amplamente estruturado sob uma lógica eurocêntrica e pouco sensível às especificidades culturais e sociais dos estudantes estrangeiros, intensifica as dificuldades vividas por esse grupo. As mães africanas, além das responsabilidades acadêmicas e da adaptação cultural, assumem de forma quase exclusiva os cuidados com os filhos, o que as coloca em situação de maior vulnerabilidade diante da precariedade de políticas de apoio estudantil. A ausência de uma rede de suporte institucional, somada ao racismo, à xenofobia e às desigualdades de gênero, reforça a invisibilidade dessas experiências, contribuindo para perpetuar ciclos de exclusão que fragilizam tanto o percurso acadêmico quanto a realização de seus projetos de vida.

Ainda assim, é notável a capacidade de resistência e de criação de estratégias próprias de enfrentamento. Muitas dessas mulheres desenvolvem práticas solidárias, constroem redes de apoio entre si e buscam alternativas para garantir minimamente a sobrevivência e o cuidado com os filhos. Essas formas de resistência revelam a potência de sujeitos que, apesar das adversidades, não se limitam a ocupar um espaço acadêmico, mas tensionam sua estrutura excludente e reivindicam o direito a uma educação que contemple sua diversidade de experiências.

Compreender a realidade das mães africanas universitárias em relação à (in)segurança alimentar contribui para ampliar o debate sobre a necessidade urgente de políticas institucionais e públicas que sejam formuladas a partir de uma perspectiva interseccional. É fundamental que

a permanência estudantil não seja tratada de maneira homogênea, mas que considere os diferentes perfis de estudantes, suas trajetórias e os múltiplos fatores que os colocam em condições de vulnerabilidade. Nesse sentido, a UNILAB e outras universidades brasileiras têm o desafio de fortalecer mecanismos de apoio, como bolsas de alimentação, creches universitárias, programas de assistência social e ações voltadas à saúde integral, que possam oferecer condições reais de permanência e sucesso acadêmico.

Portanto, a pesquisa reafirma que a (in)segurança alimentar, quando analisada no contexto de mães africanas universitárias, é uma questão que extrapola o campo da nutrição ou do acesso à comida. Ela está profundamente relacionada à justiça social, ao direito à educação e à necessidade de construção de ambientes universitários inclusivos e humanizados. Reconhecer e enfrentar esse problema significa não apenas garantir a sobrevivência de um grupo específico, mas também avançar na direção de uma universidade mais plural, comprometida com a dignidade, a equidade e a transformação social.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, J. A.; SANTOS, A. S.; NASCIMENTO, M. A. O.; OLIVEIRA, J. V. C.; SILVA, D. G.; MENDES-NETTO, R. S. Fatores associados ao risco de insegurança alimentar e nutricional em famílias de assentamentos rurais. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 2, p. 479-488, 2017.

ANSCHAU, F. R.; MATSUO, T.; SEGALL-CORRÊA, A. M. Insegurança alimentar entre beneficiários de programas de transferência de renda. **Revista de Nutrição**, v. 25, p. 177-189, 2012.

ARAÚJO, T. L.; LIMA, M. C. F.; SILVA, L. A. Maternidade e desafios acadêmicos: uma análise sobre permanência no ensino superior. **Revista Brasileira de Educação**, v. 26, 2021.

AUGUSTO, A. L. P.; RODRIGUES, A. V. A.; DOMINGOS, T. B.; SALLES-COSTA, R. Household food insecurity associated with gestational and neonatal outcomes: a systematic review. **BMC Pregnancy and Childbirth**, v. 20, p. 1-11, 2020.

AZEVEDO, D. C. Vamos, sim, falar da fome! **Revista Katálysis**, Florianópolis, v. 25, n. 3, p. 488-497, 2022.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BERNARDELLI, L. V. et al. A ansiedade no meio universitário e sua relação com as habilidades sociais. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior**, Campinas, v. 27, n. 1, p. 49-67, 2022.

BETANCOURT-NÚÑEZ, A. et al. Beyond the classroom: the influence of food insecurity, mental health, and sleep quality on university students' academic performance. **Foods**, Basel, v. 13, n. 16, p. 2508, 2024.

BEZERRA, M. S. et al. Insegurança alimentar e nutricional no Brasil e sua correlação com indicadores de vulnerabilidade. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3833-3846, 2020.

BRASIL. **Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006**. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN. Brasília, DF: Presidência da República, 2006.

BRASIL. Secretaria-Geral da Presidência da República. **As mulheres negras e a luta pela segurança alimentar e nutricional**. Governo Federal, 23 dez. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br>. Acesso em: 18 nov. 2025.

CANELLA, D. S. et al. Ultra-processed food products and obesity in Brazilian households (2008–2009). **PLOS ONE**, v. 9, n. 3, 2014.

CRENSHAW, K. Documento para o encontro de especialistas em aspectos da discriminação racial relativos ao gênero. **Revista Estudos Feministas**, v. 10, n. 1, p. 171-188, 2002.

DA SILVA NORO, P. D.; KERKAMP, C. L.; BENNEMANN, R. M. Insegurança alimentar: as desigualdades de renda e a vulnerabilidade social como resultados na alimentação dos idosos. **Uningá Review**, v. 16, n. 2, 2013.

DE SOUZA, L. A.; CASSAB, C. “Se eles lá não fazem nada, faremos tudo daqui”: desigualdade e solidariedade nas periferias brasileiras. **Finisterra**, v. 55, n. 115, p. 105-111, 2020.

DIAS, R. N. et al. Potencial do uso da beldroega na segurança alimentar de comunidades em situação de risco. **Ambiente: Gestão e Desenvolvimento**, v. 11, n. 1, p. 259-265, 2018.

FAO. **Declaration of the World Summit on Food Security**. Rome: FAO, 2009.

FAO; IFAD; UNICEF; WFP; WHO. **The State of Food Security and Nutrition in the World 2023**. Rome: FAO, 2023.

FAO - ORGANIZACIÓN DE LAS NACIONES UNIDAS PARA LA ALIMENTACIÓN Y LA AGRICULTURA et al. **Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe 2018: desigualdad y sistemas alimentarios**. Santiago: FAO, 2018. Disponible en: <https://doi.org/10.37774/9789251310595>

FERRARI, R. A. P.; BERTOLOZZI, M. R. Mortalidade pós-neonatal no Brasil: revisão de literatura. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 46, n. 5, p. 1207-1214, 2012.

GARCIA, R. A.; MATOS, R. A distribuição espacial da vulnerabilidade social das famílias brasileiras. **Caderno do Leste**, v. 9, n. 9, p. 169-189, 2009.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

GOMES, N. L. Movimentos sociais, educação e diversidade cultural: desafios para a universidade brasileira. **Revista Brasileira de Educação**, v. 25, 2020.

HIRATA, H.; KERGOAT, D. Novas configurações da divisão sexual do trabalho. **Cadernos de Pesquisa**, v. 37, n. 132, p. 595-609, 2007.

HOLLANDA, H. B. **Explosão feminista: arte, cultura, política e universidade**. São Paulo: Companhia das Letras, 2018.

IBGE. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017–2018: análise da segurança alimentar no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

JARDIM, M. G. L.; CASTRO, T. S.; FERREIRA-RODRIGUES, C. F. Sintomatologia depressiva em universitários. **Psico-USF**, v. 25, n. 4, p. 645-657, 2021.

MENDONÇA, A. L.; BRAGA, M. M. A maternidade no ensino superior: desafios e perspectivas. **Educação & Sociedade**, v. 40, 2019.

MANIÇOBA, Milene Silva et al. **Desafios e estratégias de conciliação: um estudo sobre as dificuldades enfrentadas por mães durante graduação**. 2025.

MINAYO, M. C. S. Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. **Ciência & Saúde**

Coletiva, v. 17, n. 3, p. 621-626, 2012.

PATEL, R. C. Food sovereignty: power, gender, and the right to food. **PLoS Medicine**, v. 9, n. 6, 2012.

PINSTRUP-ANDERSEN, P. Food security: definition and measurement. **Food Security**, v. 1, p. 5-7, 2009.

RAO TS, et al. Entendendo nutrição, depressão e doenças mentais. **Psiquiatria indiana J.** 2008; 50(2):77.

REIS DOS SANTOS LIMA, D.; SILVA DIOGO, S.; MARIA LIMA PEIXINHO, A.; CABRINI, D. Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE): marcos históricos, políticos e institucionais que influenciaram a política nos seus quase 70 anos de existência. **Revista de Alimentação e Cultura das Américas (RACA)**, [S. l.], v. 4, n. 1, p. 20-44, 2023. DOI: 10.35953/raca.v4i1.159

RODRIGUES, J. F.; FERREIRA, A. C. Saúde mental e maternidade no ensino superior: um estudo exploratório. **Psicologia em Estudo**, v. 26, 2021.

PINSTRUP-ANDERSEN, P. Food security: definition and measurement. **Food Security**, v. 1, p. 5-7, 2009.

SAAKA, M. **Household food insecurity and maternal nutritional status in Ghana. Agriculture & Food Security**, v. 5, n. 1, p. 18, 2016.

SANTOS, C. A. **Qualidade da dieta de mulheres em vulnerabilidade social e sua relação com a insegurança alimentar.** Maceió, 2022.

SANTOS, J.; ALMEIDA, R. Redes de apoio e resistência de mães universitárias. **Cadernos de Pesquisa em Educação**, v. 28, n. 2, p. 55-73, 2022.

SILVA, João. **Impacto das políticas agrícolas no desenvolvimento rural.** Brasília: IPEA, 2019.

SHEEHAN, C. et al. Índice Global da Fome por gravidade.” Mapa em 2023. Índice Global da Fome: O Poder dos Jovens na Construção dos Sistemas Alimentares. Bonn: **Welthungerhilfe (WHH)**; Dublin: Concern Wor ldwide, 2023

SWINBURN, B. A. et al. The global syndemic of obesity, undernutrition, and climate change. **The Lancet**, v. 393, p. 791-846, 2019.

UNICEF. **Child Food Poverty: a nutrition crisis in early childhood.** New York: UNICEF, 2022.

UNILAB – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira. Restaurante Universitário. Disponível em: <https://unilab.edu.br/restauranteuniversitario/>. Acesso em: 18 nov. 2025.

VIEIRA, V. L.; SOUZA, M. P.; CERVATO-MANCUSO, A. M. Insegurança alimentar e desnutrição infantil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 10, p. 199-207, 2010.

QUISUMBING, Agnes R.; MEINZEN-DICK, Ruth; ROY, Shalini et al. Women’s Empowerment and Agricultural Development in Africa. **Food Policy**, v. 101, 2021. Disponível

em: <https://www.sciencedirect.com>. Acesso em: 18 nov. 2025.

WEIGEL, M. M. et al. Household food insecurity and women's mental health. **Journal of Environmental and Public Health**, v. 2016, p. 5256084, 2016.

WILHELM, Fernanda Ax; DE LIMA, Jenniffer Haranda Colombo Antunes; SCHIRMER, Keyla Franciani. Insegurança alimentar infantil e a família: educadores emocionais e nutricionais dos filhos. **Psicologia argumentativa**, v. 25, n. 49, p. 143-154, 2017

