

## SAÚDE MENTAL DE MÃES SOLO: UM PODCAST EDUCATIVO COMO ESTRATÉGIA PEDAGÓGICA NA FORMAÇÃO MÉDICA

*MENTAL HEALTH OF SINGLE MOTHERS: AN EDUCATIONAL PODCAST AS A PEDAGOGICAL STRATEGY IN MEDICAL TRAINING*



e-ISSN 2525-5851  
Centro de Ciências  
Médicas/UFPB

### RESUMO

**Objetivos:** Relatar a experiência de produção e utilização de um podcast educativo como produto técnico-pedagógico no contexto da disciplina Diversidade Étnica e Cultural na Medicina, com foco na problematização da saúde mental das mães solo a partir dos determinantes sociais da saúde e das desigualdades de gênero e raça. **Descrição da experiência:** Trata-se de um relato de experiência qualitativo, desenvolvido a partir da elaboração colaborativa do episódio “Uma luta silenciosa: a saúde mental das mães solo”, veiculado no podcast *DiversiCast*. O produto técnico-educativo foi construído por estudantes de graduação em medicina, sob orientação docente, a partir de levantamento de dados secundários, discussão teórica e construção narrativa. O episódio foi organizado em eixos temáticos que abordam maternidade solo, precarização do trabalho, jornada dupla e tripla, estigmatização social, racismo estrutural, sofrimento psíquico, redes de apoio, luto, culpa, resiliência, autocuidado e autoestima. O formato narrativo foi adotado como estratégia pedagógica para favorecer a escuta sensível, a empatia e a contextualização social do sofrimento. **Discussão:** O podcast mostrou-se um dispositivo pedagógico potente para deslocar explicações individualizantes do sofrimento mental, evidenciando seu caráter estrutural e socialmente produzido. A experiência contribuiu para ampliar a compreensão crítica dos estudantes acerca dos determinantes sociais da saúde mental das mães solo. Do ponto de vista formativo, o uso do podcast favoreceu o desenvolvimento de competências comunicacionais, empáticas e humanísticas, alinhadas às propostas das humanidades médicas e da educação em saúde comprometida com a equidade. **Considerações finais:** Conclui-se que o podcast educativo constituiu uma estratégia pedagógica relevante e replicável na formação médica, ao integrar narrativa, conhecimento científico e reflexão crítica. O produto técnico-educativo pode contribuir para a construção de um olhar clínico ampliado, ético e socialmente comprometido, reforçando a importância de abordagens interseccionais e do reconhecimento dos determinantes sociais na promoção da saúde mental das mães solo.

**Palavras-Chave:** Saúde mental; Maternidade solo; Determinantes sociais da saúde; Diversidade étnica e cultural; Educação médica.

**Submetido em:** 15/08/2025

**Aceito em:** 25/09/2025

**Publicado em:** 27/12/2025

**Islanna dos Santos Lima**  
**Maria Clara Moraes Ribeiro**  
**Matheus Targino da Silva**  
**Maria Eduarda Gomes**  
**Salustino**

**Renan Morgan Kyrillos**  
**Reis**

**Yaslanny Adrina Alves**  
**Guedes**

Estudantes de Graduação em  
Medicina da Universidade  
Federal da Paraíba (UFPB)

**Contato para  
correspondência:**  
[matheustarginoprof@gmail.com](mailto:matheustarginoprof@gmail.com)

**Como citar este artigo:** Menezes EBS, Souza FJ, Moura IMA, Felipe MKPR, Gomes TRB. Prevenção do câncer de mama como questão crítica de gênero: diversidade, direitos e iniquidades. *Rev Med Pesq.* 2025;6(3): 18- 23.

**ABSTRACT**

**Objectives:** To report on the experience of producing and using an educational podcast as a technical-pedagogical product in the context of the Ethnic and Cultural Diversity in Medicine course, focusing on problematizing the mental health of single mothers based on the social determinants of health and gender and racial inequalities. **Description of the experience:** This is a qualitative experience report, developed from the collaborative creation of the episode "A Silent Struggle: The Mental Health of Single Mothers," broadcast on the DiversiCast podcast. The technical-educational product was constructed by undergraduate medical students, under faculty guidance, based on secondary data collection, theoretical discussion, and narrative construction. The episode was organized into thematic axes addressing single motherhood, precarious work, double and triple shifts, social stigmatization, structural racism, psychological suffering, support networks, grief, guilt, resilience, self-care, and self-esteem. The narrative format was adopted as a pedagogical strategy to promote sensitive listening, empathy, and the social contextualization of suffering. **Discussion:** The podcast proved to be a powerful pedagogical tool for shifting away from individualistic explanations of mental suffering, highlighting its structural and socially produced nature. The experience contributed to broadening students' critical understanding of the social determinants of mental health among single mothers. From a formative perspective, the use of the podcast fostered the development of communication, empathy, and humanistic skills, aligned with the proposals of medical humanities and health education committed to equity. **Final considerations:** In conclusion, the educational podcast constituted a relevant and replicable pedagogical strategy in medical training, integrating narrative, scientific knowledge, and critical reflection. This technical-educational product can contribute to the construction of a broader, ethical, and socially committed clinical perspective, reinforcing the importance of intersectional approaches and the recognition of social determinants in promoting the mental health of single mothers.

**Key-words:** Mental health; Single motherhood; Social determinants of health; Ethnic and cultural diversity; Medical education.

**1 INTRODUÇÃO**

A incorporação da diversidade étnica e cultural na formação médica constitui um desafio contemporâneo central, especialmente diante das persistentes desigualdades sociais que atravessam os processos de saúde e adoecimento no Brasil. Entre essas desigualdades, destacam-se aquelas relacionadas ao gênero, à raça e à classe social, que incidem de forma desproporcional sobre as mulheres mães solo, configurando um cenário de vulnerabilidade estrutural com repercussões diretas sobre a saúde mental [1–3].

A incorporação da diversidade étnica e cultural na formação médica impõe o enfrentamento das desigualdades sociais que atravessam os processos de saúde e adoecimento, especialmente aquelas relacionadas ao gênero, à raça e à classe social. As mães solo constituem um grupo social expressivo no Brasil e vivenciam condições de vulnerabilidade estrutural marcadas pela sobrecarga de trabalho, precarização econômica, estigmatização social e fragilização da saúde mental. Nesse contexto, tornam-se necessárias estratégias pedagógicas que ampliem a compreensão do sofrimento psíquico para além do modelo biomédico, favorecendo leituras interseccionais e críticas da realidade social [4].

As famílias monoparentais chefiadas por mulheres representam um contingente expressivo no país, sendo majoritariamente compostas por mulheres jovens, negras e de baixa renda [5]. A sobrecarga decorrente da acumulação de funções — trabalho remunerado precarizado, trabalho doméstico não reconhecido e cuidado integral com os filhos — associa-se a elevados níveis de estresse crônico, ansiedade, depressão e esgotamento emocional [6,7]. Tais condições não podem ser compreendidas apenas como problemas individuais, mas como expressão de determinantes sociais da saúde historicamente naturalizados [8].

No âmbito da educação médica, persiste a necessidade de estratégias pedagógicas que ampliem a compreensão do sofrimento psíquico para além do modelo biomédico, favorecendo leituras interseccionais e críticas da realidade social. Produtos técnico-educativos baseados em narrativas, como podcasts, têm se consolidado como recursos inovadores no ensino em saúde, ao promoverem sensibilização, empatia e articulação entre saberes científicos e experiências sociais concretas [9–10].

O objetivo deste trabalho foi relatar a experiência de produção e utilização de um podcast educativo como produto técnico-pedagógico no contexto da disciplina Diversidade Étnica e Cultural na Medicina, com foco na problematização da saúde mental das mães solo a partir dos determinantes sociais, das desigualdades de gênero e raça e de suas implicações para a formação médica.

## 2 DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

Esta experiência foi desenvolvida no âmbito da disciplina Diversidade Étnica e Cultural na Medicina, ofertada a estudantes de graduação em medicina, e resultou na produção do episódio “Uma luta silenciosa: a saúde mental das mães solo”, veiculado no podcast DiversiCast. O podcast constituiu-se como um produto técnico-educativo, concebido como estratégia de aprendizagem ativa e de comunicação em saúde.

O objetivo do produto técnico foi promover a sensibilização e a reflexão crítica de estudantes de medicina e profissionais de saúde acerca dos determinantes sociais da saúde mental das mães solo, contribuindo para uma formação médica ampliada, ética e comprometida com a equidade e os direitos humanos.

O público-alvo é composto por estudantes de graduação em Medicina e áreas da saúde, docentes, profissionais de saúde, público interessado em temas relacionados à diversidade, saúde mental e justiça social.

O episódio foi elaborado de forma colaborativa pelos estudantes, sob orientação docente, a partir de levantamento de dados secundários, discussão teórica e construção narrativa. Como recurso pedagógico central, utilizou-se a criação de uma personagem fictícia representativa de realidades sociais amplamente documentadas para contextualizar e humanizar a discussão sobre maternidade solo, trabalho precarizado, estigma social e sofrimento psíquico.

**Figura 1.** Identidade visual do episódio do podcast DiversiCast dedicado à saúde mental das mães solo no contexto da diversidade étnica e cultural e publicado em canal educativo da plataforma digital YouTube



Fonte: Os autores (2025)

O episódio de podcast foi elaborado de forma colaborativa por estudantes, sob orientação docente, a partir de levantamento de dados e literatura sobre maternidade solo, saúde mental e desigualdades sociais; discussão coletiva dos eixos temáticos, construção de roteiro narrativo e gravação, edição e divulgação do episódio. A metodologia privilegiou o protagonismo discente, o trabalho em equipe e a integração entre teoria e prática pedagógica.

O conteúdo foi organizado em eixos temáticos interdependentes: (a) caracterização da maternidade solo no Brasil; (b) precarização do trabalho e insegurança financeira; (c) jornada dupla e tripla; (d) estigmatização social e racismo estrutural; (e) impactos na saúde mental; (f) redes de apoio formais e informais; (g) luto, culpa e resiliência; e (h) autocuidado e autoestima. A linguagem adotada buscou equilíbrio entre rigor conceitual e acessibilidade, favorecendo a escuta

qualificada e a reflexão crítica.

O produto consiste em um episódio de podcast com duração aproximada de 30 minutos, estruturado a partir de narrativas, dados secundários e discussão teórica, abordando a saúde mental das mães solo no contexto brasileiro. O conteúdo foi organizado em eixos temáticos que contemplam maternidade solo, precarização do trabalho, jornada dupla e tripla, estigma social, racismo estrutural, sofrimento psíquico, redes de apoio, luto, culpa, resiliência, autocuidado e autoestima. O formato narrativo foi adotado como recurso pedagógico para favorecer a escuta sensível, a empatia e a contextualização social do sofrimento, articulando saberes biomédicos, sociais e humanísticos.

O podcast foi disponibilizado como material didático complementar da disciplina [11], ampliando o espaço de debate para além da sala de aula tradicional e permitindo aos estudantes exercitar competências relacionadas à comunicação em saúde, empatia clínica e compreensão ampliada do cuidado.

### 3 DISCUSSÃO

O podcast produzido e apresentado, enquanto produto técnico-educativo, mostrou-se um dispositivo potente para problematizar a saúde mental das mães solo a partir de uma perspectiva interseccional. Ao articular narrativas, dados sociais e reflexão crítica, o material contribuiu para deslocar explicações individualizantes do sofrimento psíquico, evidenciando seu caráter estrutural e socialmente produzido [1,7]. Este produto técnico-educativo apresenta caráter inovador ao utilizar o podcast como ferramenta de ensino e comunicação em saúde no contexto da formação médica, abordando um tema ainda pouco explorado de forma interseccional. A proposta contribui para ampliar os espaços de aprendizagem, favorecer metodologias ativas e dar visibilidade a experiências sociais frequentemente invisibilizadas nos currículos tradicionais.

A experiência evidenciou como a sobrecarga crônica, a precarização do trabalho, o estigma social e a ausência de redes de apoio configuram fatores determinantes para o adoecimento mental dessas mulheres, especialmente das mulheres negras, historicamente mais expostas à violência estrutural [2,3,11]. O podcast também problematizou a romantização da figura da “mãe solo guerreira”, demonstrando como essa narrativa mascara processos de exploração, silenciamento e culpabilização feminina [12].

Do ponto de vista pedagógico, o uso do podcast favoreceu o desenvolvimento de uma escuta sensível e contextualizada, aproximando os estudantes de realidades frequentemente invisibilizadas na formação médica tradicional. Ao explorar temas como luto, culpa, resiliência, autocuidado e autoestima, o produto estimulou reflexões éticas sobre o cuidado em saúde e reforçou a importância das redes de apoio comunitárias e institucionais como fatores protetivos da saúde mental [5,6,13].

Como resultados esperados e aplicabilidade, espera-se que o produto contribua para ampliar a compreensão crítica sobre saúde mental e determinantes sociais, fortalecer competências comunicacionais, empáticas e humanísticas na formação médica [12], estimular práticas de cuidado mais sensíveis às desigualdades de gênero e raça, assim como servir como material pedagógico replicável em disciplinas, projetos de extensão e ações de educação em saúde [13]. A forma de disponibilização como podcast foi disponibilizado em plataforma digital de acesso aberto, em canal educativo na plataforma YouTube [11], vinculado às atividades acadêmicas da disciplina e passível de uso em contextos educativos formais e informais.

Assim, o *DiversiCast* operou não apenas como ferramenta de transmissão de conteúdo, mas como mediador de processos formativos críticos, alinhados às propostas das humanidades médicas e da educação em saúde comprometida com a equidade.

### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O relato evidencia que a produção de podcasts educativos pode constituir uma estratégia pedagógica relevante na formação médica, especialmente quando voltada à discussão de temas complexos relacionados à diversidade étnica, cultural e de gênero. O produto técnico-educativo desenvolvido permitiu integrar conhecimento científico, narrativa e reflexão crítica, contribuindo para uma compreensão ampliada da saúde mental das mães solo.

Ao abordar o sofrimento psíquico como expressão de determinantes sociais e desigualdades estruturais, o podcast favoreceu a construção de um olhar clínico mais sensível, ético e socialmente comprometido. Além disso, ampliou as possibilidades de aprendizagem ativa,

fortalecendo competências comunicacionais e humanísticas essenciais à prática médica contemporânea.

Por fim, a experiência reforça que iniciativas pedagógicas baseadas em produtos midiáticos não apenas enriquecem o ensino, mas também cumprem um papel político e educativo ao dar visibilidade a sujeitos historicamente marginalizados. Reconhecer a saúde mental das mães solo como questão coletiva e estrutural é passo fundamental para a construção de uma medicina mais justa, equânime e comprometida com os direitos humanos.

## REFERÊNCIAS

1. World Health Organization. Social determinants of mental health. Geneva: WHO; 2014. Disponível em: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/539fec7f-eadc-43ea-b12a-8dba1793381b/content>
2. Crenshaw K. Mapping the margins: intersectionality, identity politics, and violence against women of color. *Stanford Law Rev.* 1991;43(6):1241-1299. Disponível em: <https://blogs.law.columbia.edu/critique1313/files/2020/02/1229039.pdf>
3. Davis A. Mulheres, raça e classe. São Paulo: Boitempo; 2016. Disponível em: <https://piape.prograd.ufsc.br/files/2020/07/Angela-Davis-Mulheres-ra%C3%A7a-e-classe-Boitempo.pdf>
4. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Síntese de indicadores sociais. Rio de Janeiro: IBGE; 2023. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/trabalho/9221-sintese-de-indicadores-sociais.html>
5. Veras RM, Araújo RP da S, Passos VBC de, Jesus ML de, Permisán CG, Vargas MG. Interseccionalidade gênero-raça-classe na formação de profissionais de saúde na UFBA, Brasil. *Ciênc saúde coletiva* [Internet]. 2025;30(5):e02132025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232025305.02132025>
6. Organização Pan-Americana da Saúde. Saúde mental, gênero e determinantes sociais. Brasília: OPAS; 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/en/topics/social-determinants-health>
7. Reis CE, Zanello V. Gênero e Saúde Mental: uma análise dos comentários postados no YouTube. *Cadernos GenDiv* [Internet]. 28º de dezembro de 2024 [citado 1º de janeiro de 2026];10(1):145-67. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/cadgendiv/article/view/52471>
8. Farmer P. Pathologies of power: health, human rights, and the new war on the poor. Berkeley: University of California Press; 2004. Disponível em: <https://deg.paulus.com.br/4743.pdf>
9. Freire P. Pedagogia da autonomia. São Paulo: Paz e Terra; 1996. Disponível em: <https://nepegeo.paginas.ufsc.br/files/2018/11/Pedagogia-da-Autonomia-Paulo-Freire.pdf>
10. Charon R. Narrative medicine: honoring the stories of illness. New York: Oxford University Press; 2006. Disponível em: [https://api.pageplace.de/preview/DT0400.9780199759859\\_A23609472/preview-978019-9759859\\_A23609472.pdf](https://api.pageplace.de/preview/DT0400.9780199759859_A23609472/preview-978019-9759859_A23609472.pdf)
11. Brasil. Ministério da Saúde. Política Nacional de Saúde Mental. Brasília: MS; 2017.
12. Geshme – Grupo de Semiologia e Humanidades Médicas. Diversicast em “A luta silenciosa”: Saúde mental das mães solo [Vídeo]. YouTube; 2025. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=NSn3UUuOyGo> [Acesso em 27 dez 2025].
13. Maeyama MA. Educação médica crítica, reflexiva e de qualidade: experiências, vivências e olhares. São José dos Pinhais: Editora Brazilian Journals, 2020. Disponível em: <https://brazilianjournals.com.br/assets/ebooks/60a954176f93ac8ffa2b4c1e5bafbc17.pdf>



Esta obra está licenciado com uma Licença [Creative Commons Atribuição-NãoComercial 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).