v7.n9.2026

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

MIGRAÇÃO FEMININA EM ANGOLA: UMA ANÁLISE PSICOSSOCIAL E INTERSECCIONAL DAS VULNERABILIDADES, AUTONOMIA E TRANSFORMAÇÃO DAS RELAÇÕES DE GÉNERO

FEMALE MIGRATION IN ANGOLA: A PSYCHOSOCIAL AND INTERSECTIONAL ANALYSIS OF VULNERABILITIES, AUTONOMY, AND THE TRANSFORMATION OF GENDER RELATIONS

MIGRACIÓN FEMENINA EN ANGOLA: UN ANÁLISIS PSICOSOCIAL E INTERSECCIONAL DE LAS VULNERABILIDADES, LA AUTONOMÍA Y LA TRANSFORMACIÓN DE LAS RELACIONES DE GÉNERO

Catarina Esmeralda Chingufo Nunda[1]

e799094
https://doi.org/10.47820/recima21.v7i9.9094

PUBLICADO: 06/2026

RESUMO

A migração feminina representa uma dimensão estrutural das transformações demográficas, económicas e socioespaciais na África Subsariana, assumindo particular relevância no contexto angolano. O presente artigo analisa a migração feminina em Angola sob uma perspectiva psicossocial e interseccional, cumprindo o objectivo geral de examinar as suas motivações subjacentes, as vulnerabilidades laborais e ambientais associadas, e a sua efectiva contribuição para a autonomia económica das mulheres e a transformação das relações tradicionais de género. A metodologia adoptada baseia-se na revisão bibliográfica e documental de natureza qualitativa e exploratória, integrando dados demográficos nacionais com a literatura científica em psicologia social, sociologia e estudos de género. Os resultados demonstram que a mobilidade espacial feminina opera numa dialéctica complexa: se, por um lado, amplia a exposição das migrantes a estressores ocupacionais, ao sofrimento psíquico (ansiedade, depressão e somatização) e à precariedade habitacional nos musseques urbanos, por outro lado, actua como um catalisador de individuação, expansão do *self*, auto-eficácia e emancipação financeira. A articulação de identidades sociais de pertença, tais como os grupos de poupança rotativa (kixikila), as redes de solidariedade comunitária e as instituições religiosas, desempenha um papel crucial na atenuação do stress e na promoção da resiliência psicossocial. Conclui-se que as políticas públicas migratórias, urbanas e de protecção social em Angola devem superar abordagens estritamente assistencialistas ou fiscais, incorporando directrizes transversais sensíveis ao género e à saúde mental psicossocial que assegurem a formalização laboral, a segurança urbana e a cidadania plena das mulheres migrantes.

PALAVRAS-CHAVE: Migração Feminina. Psicologia Social. Sofrimento Psíquico. Autonomia Económica. Zungueiras.

ABSTRACT

Female migration represents a structural dimension of contemporary demographic, economic, and socio-spatial transformations in Sub-Saharan Africa, taking on particular relevance in the Angolan context. This article analyzes female migration in Angola from a psychosocial and intersectional perspective, with the general objective of examining its underlying motivations, the associated labor and environmental vulnerabilities, and its effective contribution to women's economic autonomy and the transformation of traditional gender relations.

[1] Professora doutora, escritora e pesquisadora. Chefe do Departamento de Psicologia da FCS-UAN.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

The methodology adopted is based on a qualitative and exploratory bibliographic and documentary review, integrating national demographic data with scientific literature in social psychology, sociology, and gender studies. The results demonstrate that female spatial mobility operates within a complex dialectic: on the one hand, it increases migrants' exposure to occupational stressors, psychological distress (anxiety, depression, and somatization), and housing precariousness in urban shantytowns (musseques); on the other hand, it acts as a catalyst for individuation, expansion of the self, self-efficacy, and financial emancipation. The articulation of social identities of belonging, such as rotating savings groups (kixikila), community solidarity networks, and religious institutions, plays a crucial role in mitigating stress and promoting psychosocial resilience. It is concluded that public migration, urban, and social protection policies in Angola must overcome strictly welfare-based or fiscal approaches, incorporating cross-cutting guidelines sensitive to gender and psychosocial mental health that ensure labor formalization, urban safety, and full citizenship of migrant women.

***KEYWORDS**: Female Migration. Social Psychology. Psychological Distress. Economic Autonomy. Zungueiras.*

RESUMEN
La migración femenina representa una dimensión estructural de las transformaciones demográficas, económicas y socioespaciales contemporáneas en el África Subsahariana, adquiriendo particular relevancia en el contexto angoleño. El presente artículo analiza la migración femenina en Angola desde una perspectiva psicosocial e interseccional, cumpliendo el objetivo general de examinar sus motivaciones subyacentes, las vulnerabilidades laborales y ambientales asociadas, y su efectiva contribución a la autonomía económica de las mujeres y a la transformación de las relaciones tradicionales de género. La metodología adoptada se basa en la revisión bibliográfica y documental de carácter cualitativo y exploratorio, integrando datos demográficos nacionales con la literatura científica en psicología social, sociología y estudios de género. Los resultados demuestran que la movilidad espacial femenina opera en una dialéctica compleja: si, por un lado, amplía la exposición de las migrantes a estresores ocupacionales, al sufrimiento psíquico (ansiedad, depresión y somatización) y a la precariedad habitacional en los musseques urbanos, por otro lado, actúa como un catalizador de individuación, expansión del yo, autoeficacia y emancipación financiera. La articulación de identidades sociales de pertenencia, tales como los grupos de ahorro rotatorio (kixikila), las redes de solidaridad comunitaria y las instituciones religiosas, desempeña un papel crucial en la mitigación del estrés y en la promoción de la resiliencia psicosocial. Se concluye que las políticas públicas migratorias, urbanas y de protección social en Angola deben superar enfoques estrictamente asistencialistas o fiscales, incorporando directrices transversales sensibles al género y a la salud mental psicosocial que garanticen la formalización laboral, la seguridad urbana y la ciudadanía plena de las mujeres migrantes.

***PALABRAS CLAVE**: Migración Femenina. Psicología Social. Sufrimiento Psíquico. Autonomía Económica. Zungueiras.*

INTRODUÇÃO

A mobilidade humana constitui uma das expressões mais dinâmicas e constitutivas da história social do continente africano. Longe de se restringir a um mero deslocamento geográfico entre pontos de origem e destino, a migração engloba processos subjectivos e relacionais

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

profundos, envolvendo a reestruturação identitária, a reorganização dos agregados familiares, a negociação de normas socioculturais e a reconfiguração das assimetrias intrapsíquicas e interpessoais de poder. Nas últimas décadas, a transição epistemológica nos estudos migratórios permitiu desconstruir a visão androcêntrica tradicional que interpretava o homem como o único migrante económico activo e a mulher como uma acompanhante passiva ou dependente familiar, inserindo a mulher no centro da análise enquanto sujeito de agência e desejo.

No contexto específico de Angola, a compreensão dos fluxos migratórios exige a articulação entre o percurso histórico do País e as suas repercussões na subjectividade da população. A trajectória territorial angolana é marcada pela sobreposição de dinâmicas complexas: a estruturação etnolinguística histórica, as distorções causadas pelo período colonial, o conflito armado pós-independência (1975–2002) que provocou deslocamentos internos compulsivos e forçou as mulheres a assumirem subitamente a chefia dos lares, e o posterior processo de reconstrução nacional caracterizado por uma urbanização acelerada e desequilibrada. O fim da guerra civil em 2002 consolidou novas trajectórias de mobilidade espacial, nas quais a busca por oportunidades económicas, a qualificação académica, a autonomia pessoal e a fuga a estruturas patriarcais rurais coercivas ultrapassaram a lógica primária de deslocação forçada.

Os dados do recenseamento geral da população e habitação de 2024, publicados pelo Instituto Nacional de Estatística (INE, 2024), evidenciam a dimensão dessas transformações demográficas. O País registou uma população residente de 36.604.681 habitantes, dos quais 18.672.696 são mulheres, representando cerca de 51% do total populacional. Além disso, a taxa de urbanização ascendeu a 65,5% em 2024, confirmando a concentração populacional contínua nas zonas urbanas e peri-urbanas. A província de Luanda, em particular, exerce uma centralidade demográfica avassaladora, albergando cerca de 24,1% da população total do País.

Neste cenário de transição demográfica e espacial, a inserção das mulheres migrantes nos territórios de acolhimento, especialmente nas áreas peri-urbanas informais conhecidas como musseques, ocorre num espaço atravessado por profundas ambiguidades psicossociais. Se a migração possibilita a inserção no mercado de trabalho informal, a geração de rendimento próprio, o incremento da auto-eficácia e o aumento do poder de negociação no seio familiar, por outro lado, expõe as mulheres à ausência de protecção social, ao stress de aculturação, à precariedade habitacional, ao assédio e a elevadas taxas de sofrimento psíquico. Diante deste panorama, o artigo estabelece como objectivo geral: analisar a migração feminina em Angola numa perspectiva psicossocial e interseccional, examinando as suas motivações, as

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

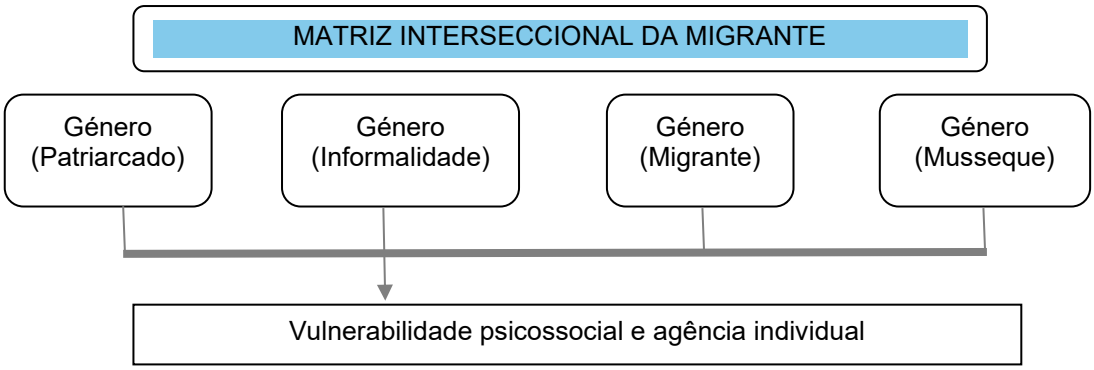
vulnerabilidades laborais e socioespaciais associadas, e a sua contribuição para a autonomia económica das mulheres e a transformação das relações tradicionais de género.

A problemática central investigada radica na seguinte interrogação: de que modo a migração feminina em Angola articula, simultaneamente, a vivência de estressores ocupacionais e vulnerabilidades psicossociais com a produção de novas formas de agência, reestruturação identitária e transformação das relações patriarcais de género? Para responder a este questionamento, o presente estudo adoptou uma abordagem teoricamente integrada, superando leituras estritamente economicistas ou vitimistas sobre a mobilidade das mulheres no espaço angolano.

1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO-EPISTEMOLÓGICO: PERSPECTIVA PSICOSSOCIAL E INTERSECCIONAL

A integração da psicologia social e da teoria interseccional nos estudos de migração e género altera substancialmente a compreensão da mobilidade humana, deslocando o foco dos meros agregados estatísticos para a dimensão subjectiva, relacional e estrutural dos sujeitos (Nunda, 2023).

Figura 1. Matriz interseccional da migrante



Fonte: Adaptado pela autora.

A teoria da interseccionalidade postula que as opressões e desvantagens sociais não actuam de forma isolada, mas interligam-se dinamicamente na produção das experiências humanas. No caso da mulher migrante em Angola, a sua posição social e psicológica é determinada pela convergência simultânea de múltiplos eixos de diferenciação:

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

a) Género: Estruturas patriarcais que impõem o trabalho de cuidado não remunerado e condicionam a autonomia decisória.
b) Classe socioeconómica: Inserção em posições precarizadas da economia informal sem garantias financeiras.
c) Estatuto migratório e espacial: Condição de migrante interna ou retornada residente num musseque desprovido de infra-estruturas públicas básicas.
d) Origem etnolinguística e cultural: Barreiras linguísticas e distanciamento dos referenciais culturais primários que podem desencadear discriminação no meio urbano de acolhimento.

Sob a perspectiva da psicologia social, o deslocamento migratório afecta a estrutura psíquica do indivíduo ao confrontá-lo com o afastamento dos seus referenciais socioculturais de origem. Este processo pode resultar no enfraquecimento ou ruptura da pele cultural — o envelope simbólico e comunitário que protege e dá sentido à existência do sujeito desde o seu nascimento —, gerando estados de vulnerabilidade psíquica, perda de coerência e stress de aculturação. O confronto quotidiano com o desconhecido, as barreiras de comunicação, a ausência da rede familiar primária e a exposição à discriminação urbana manifestam-se frequentemente sob a forma de sofrimento psíquico, traduzido em sintomas ansiosos, manifestações depressivas e somatizações (Coelho, 2021).

Todavia, a abordagem psicossocial recusa reduzir o sujeito migrante à condição de vítima passiva do sofrimento. Articulando o conceito de agência de Sen (1999) com as contribuições de Kabeer (1999) sobre o empoderamento feminino, a migração é compreendida como um acto deliberado de agência psicológica e social. A agência envolve a capacidade de negociação, tomada de decisão e resistência a normas coercivas, estruturando-se na interacção entre três dimensões indissociáveis:

1. Recursos: Acesso ao capital financeiro, humano, social e cognitivo.
2. Agência: A capacidade intencional de agir, fazer escolhas e desafiar assimetrias de poder.
3. Realizações: Os resultados concretos alcançados em termos de bem-estar, autonomia interpessoal e mobilidade social.

A migração surge, assim, como um acto deliberado de agência, mediante o qual a mulher busca redefinir as suas opções de vida, ainda que sob restrições estruturais severas. Além disso, a psicologia das relações familiares e da identidade permite interpretar a migração como um mecanismo de diferenciação emocional. Em muitos contextos rurais tradicionais, a forte fusão emocional e as normas de parentesco podem sufocar a individualidade da mulher. A migração

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

para o centro urbano opera, assim, como um corte emocional ou afastamento físico necessário para romper com a indiferenciação geracional, permitindo à mulher redefinir o seu projecto de vida, expandir o seu self e construir uma posição subjectiva autónoma frente aos seus próprios desejos e responsabilidades.

A teoria das redes migratórias, formulada por Massey *et al.* (1993), enfatiza que a mobilidade humana é sustentada por laços interpessoais que ligam migrantes, antigos migrantes e não-migrantes em áreas de origem e destino através de laços de parentesco, amizade e origem comunitária partilhada. Estas redes reduzem os custos monetários e os riscos psicológicos do deslocamento, facilitando o alojamento inicial e a inserção laboral no destino. No território de acolhimento, o stress decorrente da precariedade laboral e habitacional é mediado pelo papel das identidades sociais. As redes sociais e os grupos de pertença como as associações informais de crédito (kixikila), os grupos religiosos e as redes de vizinhança funcionam como amortecedores do stress, fornecendo suporte emocional, validação de pares e recursos práticos para o enfrentamento diário das adversidades.

1.1. Contexto histórico-territorial e impactos psicossociais nas mobilidades em Angola

Para apreender a complexidade da migração feminina angolana, é indispensável cruzar a sociologia das migrações com a teoria da interseccionalidade, proposta por Crenshaw (1989). A abordagem interseccional postula que as opressões e desvantagens sociais não actuam de forma isolada, mas interligam-se de modo dinâmico. No caso da mulher migrante em Angola, a sua posição social é determinada pela convergência simultânea de múltiplos eixos de diferenciação: género; classe socioeconómica; estatuto migratório (migrante interna, retornada ou imigrante estrangeira); origem etnolinguística; e localização espacial (residência em musseque versus cidade urbanizada).

A configuração do espaço migratório angolano resulta de transformações históricas e territoriais que moldaram as dinâmicas sociodemográficas e a saúde psicossocial das suas populações. A análise da mobilidade feminina em Angola exige a caracterização de quatro grandes fases históricas, correlacionando os contextos macroestruturais com as suas implicações na dimensão subjectiva e familiar das mulheres.

Durante o período colonial, a imposição do trabalho forçado masculino e a edificação de uma estrutura urbana segregada concebiam a cidade como um espaço de dominação administrativa e patronal europeia, relegando as mulheres africanas à esfera da reprodução de subsistência no meio rural. O conflito armado pós-independência (1975–2002) desestruturou violentamente esta organização. Milhões de pessoas, na condição de deslocados internos,

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

procuraram refúgio nas capitais provinciais e, sobretudo, em Luanda. Neste cenário de crise humanitária e ruptura dos tecidos comunitários, muitas mulheres viram-se na obrigação de assumir subitamente a liderança económica e emocional dos lares devido à morte, desaparecimento ou conscrição militar dos homens, desencadeando processos acentuados de adaptação psicológica sob condições de traumatização extrema.

Tabela 1. Fases históricas da migração

Fase Histórica	Período Temporal	Dinâmicas Migratórias Dominantes	Papel, Status e Impacto Psicossocial na População Feminina
Pré-colonial	Anterior ao Séc. XIX	Expansão dos povos Bantu e rotas comerciais regionais de longa distância.	Participação na produção agrícola e comércio comunitário; identidade ancorada em redes de parentesco matrilinear ou patrilinear.
Colonial	Séc. XIX até 1975	Trabalho forçado (contrato), trabalho serviçal e urbanização colonial segregada.	Restrição da mobilidade feminina para as cidades; confinamento rural; sofrimento derivado da fractura familiar pela conscrição masculina.
Conflito armado	1975 a 2002	Deslocamentos internos compulsivos massivos (deslocados de guerra) do interior para o litoral.	Emergência forçada da mulher como chefe do lar; exposição a traumas psíquicos, luto e violência; desenvolvimento de resiliência de emergência.
Pós-guerra	2002 ao presente	Migração laboral rural-urbana, interprovincial e transfronteiriça; urbanização acelerada.	Autonomização dos fluxos femininos; busca de auto-eficácia; protagonismo na economia informal urbana (zunga); stress de aculturação.

Fonte: Adaptado pela autora.

Com a consolidação da paz em 2002, o deslocamento espacial adquiriu contornos predominantemente socioeconómicos, educativos e de mobilidade social. Contudo, a atracção exercida pelas cidades litorais resultou num crescimento demográfico desordenado que superou a capacidade estatal de provisão habitacional e sanitária. O crescimento demográfico exponencial de Luanda e de cidades secundárias como Benguela, Lubango, Huambo e Cuito superou a capacidade de planeamento urbano e de provisão de infra-estruturas básicas. Cain (2005) e os estudos desenvolvidos pela organização Development Workshop (DW, 2005) demonstraram que a expansão urbana angolana se realizou fundamentalmente através da autoconstrução em áreas informais conhecidas como musseques.

Os musseques caracterizam-se pela escassez crónica de água potável, saneamento básico, energia eléctrica, postos de saúde e redes de ensino formal. É precisamente nesses

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

territórios peri-urbanos que se fixa a maioria das mulheres migrantes. Sob o ponto de vista psicossocial, habitar o musseque significa viver sob a ameaça contínua de estressores ambientais: a insalubridade, o dispêndio de energia física para obter água, a insegurança da posse da terra e o estigma associado ao espaço periférico, elementos que realimentam o sentimento de margem e exclusão (André, 2022).

2. METODOLOGIA

A presente investigação configura-se como um estudo de revisão bibliográfica e documental, de natureza qualitativa, exploratória e analítica. A abordagem metodológica foi estruturada para transitar de uma leitura estritamente sociológica e económica da migração angolana para um enquadramento psicossocial e interseccional. O levantamento bibliográfico e documental organizou-se em eixos teóricos e empíricos, envolvendo artigos científicos, livros, relatórios institucionais e dados estatísticos.

Tratando-se de uma pesquisa de revisão, o estudo reconhece as limitações decorrentes da escassez de dados quantitativos sobre a saúde mental e a trajectória psicossocial específicas das mulheres migrantes em Angola. Para superar esta lacuna, a análise articula qualitativamente os agregados demográficos disponíveis com os resultados empíricos sobre o stress ocupacional e o suporte social nas redes informais de trabalho.

3. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A decisão migratória feminina em Angola resulta da interacção entre condicionalismos macroestruturais de escassez e motivações microindividuais de ordem psicológica e relacional. As principais forças motrizes identificadas na literatura dividem-se em categorias que articulam factores económicos e dinâmicas intrapsíquicas.

Tabela 2. Dimensão socioeconómica e psicossocial

Categorias Motivacionais	Descrição Socioeconómica	Dimensão Psicossocial e Interseccional
Geração de rendimento directo e sobrevivência	Escassez de empregos formais e baixa produtividade da agricultura de subsistência no meio rural.	Aumento do sentimento de auto-eficácia; transição de um estado de passividade para a percepção de capacidade de provimento familiar.
Acesso à educação e qualificação	Concentração das instituições de ensino secundário e superior no litoral e capitais provinciais.	Aspiração de ascensão social; reconfiguração da identidade

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

		individual e busca por validação cognitiva e profissional.
Diversificação do risco familiar	Envio da mulher ao centro urbano para gerar liquidez complementar no quadro das redes translocais.	Cumprimento de deveres morais intergeracionais; risco de endividamento simbólico e cobrança emocional pela família de origem.
Diferenciação emocional e ruptura patriarcal	Fuga a normas tradicionais coercivas, casamentos precoces ou arranjados e ritos de iniciação rígidos.	Distanciamento físico como estratégia de resolução de fusões emocionais familiares; busca por anonimato e expansão do *self*.

Fonte: Adaptado pela autora.

A análise das motivações demonstra que a migração não se reduz a uma resposta mecânica à pobreza económica. A mobilidade actua frequentemente como um vector de individuação psicológica. Em diversos contextos rurais, as expectativas tradicionais restringem a capacidade de a mulher decidir sobre a sua vida afectiva, reprodutiva e financeira. A mudança para o meio urbano oferece um ambiente de relativo anonimato que possibilita o questionamento de papéis prescritos e a construção de uma nova identidade. Todavia, essa busca por emancipação gera custos afectivos: o distanciamento físico da rede primária pode suscitar sentimentos de ambivalência, solidão e culpa pelo abandono temporário dos referenciais comunitários.

A economia informal angolana representa o principal ecossistema de absorção da força de trabalho feminina migrante. Segundo dados analisados pela Organização Internacional do Trabalho e pelo Instituto Nacional de Estatística (2021), apesar das expectativas de mobilidade e realização pessoal, a vivência das mulheres migrantes nos territórios urbanos de acolhimento é atravessada por elevadas vulnerabilidades socioeconómicas e institucionais. O mercado informal representa o principal destino laboral dessas mulheres, absorvendo entre 73% e 80% das trabalhadoras em Angola e ultrapassando 95% no caso das migrantes com menor escolaridade formal. Neste ecossistema informal, destacam-se três modalidades ocupacionais dominantes exercidas por mulheres: as vendedoras ambulantes (zungueiras), as comerciantes de bancada fixas ou de feira (quitandeiras) e as doleiras informais (kínguilas) (Carvalho, 2019).

Carvalho (2012) demonstra que a denominada zungarização da economia urbana não constitui um mero sintoma de atraso económico, mas sim uma resposta estrutural à incapacidade do sector formal de gerar postos de trabalho assalariados para a população em crescimento. A investigação do autor revela que o rendimento auferido por estas mulheres comerciantes de rua é quase integralmente reinvestido na reprodução social do lar: compra de alimentos, pagamento de propinas escolares dos filhos, aquisição de medicamentos e compra de terrenos para a autoconstrução da habitação própria.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

A zungarização do comércio de rua em cidades como Luanda não é apenas uma estratégia de sobrevivência económica, mas um cenário de produção contínua de stress ocupacional. A rotina diária das zungueiras envolve a travessia de espaços urbanos hostis carregando bacias pesadas, num esforço físico limite agravado pela insegurança jurídica e policial. A constante ameaça de perda das mercadorias por acção dos fiscais municipais representa a iminência da ruína financeira e da incapacidade de alimentar a própria família.

Sob a perspectiva psicossocial, a permanência prolongada sob esses agentes estressores provoca alterações profundas no bem-estar físico e mental das mulheres. A ansiedade manifesta-se através de um estado permanente de vigilância e medo de agressões ou apreensões. A literatura demonstra que a falta de protecção social e a violência institucional vivenciada nas ruas resultam em episódios depressivos, sentimentos de desamparo e manifestações somáticas que afectam directamente a qualidade de vida dessas trabalhadoras e dos seus dependentes (Ramos *et al.*, 2024).

Tabela 3. A informalidade urbana

Categoria Ocupacional	Modalidade de Actividade	Estressores Ocupacionais e Ambientais	Manifestações de Sofrimento Psíquico e Riscos à Saúde
Zungueiras	Comércio ambulante itinerante na via pública com transporte de mercadorias à cabeça.	Exposição diária ao assédio municipal, apreensão de mercadorias, violência física/verbal, extorsão, risco de atropelamento e caminhadas exaustivas.	Sofrimento psíquico acentuado; ansiedade crónica; hipervigilância; exaustão emocional; depressão e queixas somáticas (dores corporais, cefaleias).
Quitandeiras	Venda em bancadas fixas nos mercados de bairro ou praças informais.	Flutuação de preços, perda de produtos perecíveis, precariedade das instalações (exposição ao sol e chuva) e forte concorrência.	Stress financeiro acumulado; angústia por endividamento; contudo, beneficiam de maior estabilidade relacional no mercado.
Kínguilas	Câmbio manual de divisas e microfinança informal na via pública.	Riscos elevados de assaltos, instabilidade cambial, estigmatização legal e exposição constante ao perigo de rua.	Elevada tensão psicológica e alerta contínuo; desenvolvimento de estratégias defensivas e postura de autoprotecção rígida.

Fonte: Adaptado pela autora.

Apesar da severidade das vulnerabilidades laborais, a mulher migrante desenvolve estratégias sofisticadas de enfrentamento individual e colectivo. O sofrimento psíquico é

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

atenuado e ressignificado através do recurso a identidades sociais e redes de suporte mútuo (José, 2024).

Entre as estratégias psicossociais de resistência e adaptação destacam-se:

- Grupos de kixikila: As redes informais de poupança e crédito rotativo ultrapassam a função monetária. Operam como grupos de apoio psicossocial, nos quais as mulheres partilham angústias, constroem laços de confiança interpessoal, celebram conquistas e garantem socorro financeiro em momentos de crise.
- Comunidades religiosas e igrejas: O envolvimento em redes eclesiais oferece uma estrutura de acolhimento afectivo e reconstrução da esperança. A fé e a pertença a grupos comunitários proporcionam conforto espiritual para metabolizar o stress e ressignificar as agruras do quotidiano.
- Mecanismos de solidariedade e kilapi: A prática do kilapi (venda a crédito baseada na confiança interpessoal) e a entreajuda na guarda dos filhos entre vizinhas no musseque tecem uma rede de segurança interpessoal que reduz o isolamento social.

Concomitantemente, os estudos de Rodrigues (2018) chamam a atenção para as ambiguidades deste processo de emancipação. A conquista da autonomia financeira não se traduz automaticamente na abdicação das tarefas domésticas por parte da sociedade patriarcal. Pelo contrário, a mulher migrante passa a suportar uma pesada dupla jornada de trabalho: longas horas dedicadas ao comércio informal de rua ou a serviços precários, somadas à responsabilidade exclusiva pelos cuidados domésticos, pela gestão da água e da comida, e pela prestação de cuidados aos filhos e familiares idosos.

Tabela 4. Experiência migratória

Dimensão da Experiência Migratória	Manifestações da Vulnerabilidade Estrutural e Psicossocial	Indicadores de Autonomia, Agência e Transformação Social
Mercado de trabalho	Informalidade sem protecção social; exposição diária ao assédio e extorsão na rua.	Acesso a liquidez financeira autónoma; participação em redes de crédito rotativo (kixikila).
Espaço urbano e habitação	Residência em musseques insalubres; escassez de água e saneamento; estigma socioespacial.	Acumulação de capital para aquisição de lotes e autoconstrução habitacional; conquista de tecto próprio.
Relações familiares e género	Sobrecarga extrema pela dupla jornada; sobreposição do trabalho de cuidado não remunerado; tensão conjugal.	Transição para a condição de provedora principal; aumento da capacidade de decisão e poder de negociação no lar.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Saúde mental e subjectividade	Stress de aculturação, ansiedade, desgaste físico e episódios de sofrimento psíquico.	Expansão do self; desenvolvimento de resiliência psicossocial e redefinição da identidade de mulher autónoma.
Dinâmicas intergeracionais	Riscos de reprodução da precariedade nos filhos; sofrimento decorrente da maternidade à distância.	Alocação prioritária do rendimento na escolarização e saúde dos dependentes; projecção de mobilidade social.

Fonte: Adaptado pela autora.

A entrada massiva das mulheres migrantes na geração do rendimento monetário reconfigura a dinâmica de poder nas famílias. Nos casos em que os homens enfrentam o desemprego estrutural e perdem a capacidade de exercer o papel tradicional de únicos provedores, a mulher migrante assume a sustentação económica da casa. Essa transição de dependente para provedora altera os equilíbrios interpessoais: a mulher passa a deter maior voz na alocação dos recursos financeiros, na educação dos filhos e na organização do espaço doméstico. Este processo de emancipação, contudo, não está isento das ambiguidades psicossociais associadas à dupla jornada de trabalho, anteriormente descritas.

Tabela 5. Implicações para políticas públicas e intervenções psicossociais

Eixo Institucional	Diagnóstico do Problema	Propostas de Intervenção Integrada
Atenção psicossocial e saúde mental	Invisibilidade do sofrimento psíquico e ausência de cuidados de saúde mental direccionados às trabalhadoras informais.	Criação de serviços comunitários de escuta psicossocial e apoio à saúde mental nos centros de saúde municipais e feiras urbanas.
Segurança humana e direitos trabalhistas	Violência institucional, assédio municipal e extorsão frequente contra vendedoras ambulantes (zungueiras).	Formação em direitos humanos para agentes policiais e fiscais; regulamentação protegida do comércio de rua.
Transição formal e protecção social	Exclusão de mais de 95% das migrantes informais de benefícios de reformas, licença de maternidade e seguro de saúde.	Expansão e simplificação do Programa de Reconversão da Economia Informal (PREI) com inclusão efectiva no INSS.
Infra-estrutura urbana e apoio social	Sobrecarga das mães migrantes por falta de saneamento, água canalizada e creches nos musseques.	Investimento público prioritário em saneamento básico e criação de uma rede de creches comunitárias nos bairros peri-urbanos. (DW, 2005)
Produção estatística desagregada	Insuficiência de dados estatísticos nacionais	Institucionalização de registos censitários e administrativos

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

	desagregados por sexo, status migratório e saúde psicossocial.	periódicos com marcadores interseccionais pelo INE e SME.

Fonte: Adaptado pela autora.

A migração primária feminina dá origem a arranjos de famílias translocais e à maternidade à distância. Ao fixar-se na cidade, a mulher frequentemente deixa os seus filhos sob a custódia da rede alargada de parentesco no interior (avós ou tias) até estabilizar a vida urbana. O envio contínuo de remessas financeiras para o meio rural destina-se à nutrição, saúde e educação das crianças. Do ponto de vista afectivo, essa separação gera sentimentos de culpa e tristeza de parte a parte, mitigados pelo uso de tecnologias móveis que mantêm a presença materna e a gestão parental à distância. As constatações do presente estudo evidenciam que a actuação estatal e das organizações da sociedade civil em Angola deve transitar de intervenções puramente assistenciais ou punitivas para políticas integradas que contemplem a dimensão psicossocial e a dignidade das trabalhadoras migrantes.

A implementação de espaços de acolhimento psicossocial e o fortalecimento de redes comunitárias nas zonas periféricas são urgentes para minorar o impacto do stress ocupacional e favorecer a integração saudável das migrantes no tecido urbano. Com base nos contributos de Carvalho (2012) e Cain (2005), os autores defendem a necessidade imperiosa de erradicar as práticas de assédio e extorsão contra as vendedoras ambulantes (zungueiras), promovendo acções de formação em direitos humanos para agentes da fiscalização municipal e forças policiais. No âmbito urbano e fundiário, o Estado deve assegurar a regularização fundiária e a segurança da posse da terra para as populações de baixos rendimentos nos musseques, protegendo as mulheres contra despejos arbitrários e permitindo o fortalecimento dos seus patrimónios familiares.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise da migração feminina em Angola sob uma perspectiva psicossocial e interseccional demonstra que a mobilidade espacial das mulheres ultrapassou definitivamente os velhos paradigmas da dependência passiva e do mero acompanhamento familiar. A mulher migrante angolana afirma-se contemporaneamente como um sujeito histórico complexo, cuja trajectória é moldada pela tensão dialéctica entre vulnerabilidades estruturais severas e o exercício contínuo de agência individual e colectiva.

Ao deslocarem-se para os centros urbanos e inserirem-se na economia informal enquanto zungueiras, quitandeiras e kínguilas, as mulheres enfrentam estressores ambientais e

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

ocupacionais intensos, caracterizados pela segregação nos musseques, pela desprotecção social e pela violência institucional, factores que desencadeiam elevadas taxas de sofrimento psíquico, ansiedade e exaustão. Contudo, é nesse mesmo ambiente adverso que as migrantes reconstroem as suas identidades, geram autonomia financeira, assumem a chefia dos lares, investem na mobilidade intergeracional dos filhos e desafiam as hierarquias patriarcais tradicionais.

A capacidade de superação e a resiliência psicossocial das migrantes assentam significativamente nas redes de pertença e identidades sociais, como os grupos de kixikila, as igrejas e a solidariedade comunitária, que operam como amortecedores do stress e espaços de validação humana. Compreender a mulher migrante implica recusar visões reducionistas que a rotulam exclusivamente como vítima desamparada ou como agente totalmente emancipado num mercado desregulado. Por fim, a transformação da realidade social angolana exige a consolidação de políticas públicas transversais, descentralizadas e genuinamente sensíveis ao género e à saúde mental. Promover a formalização gradual do trabalho informal com garantias de segurança social, assegurar o respeito pelos direitos humanos no espaço público e investir em infra-estruturas comunitárias e na atenção psicossocial nos musseques constituem passos indispensáveis para converter os riscos inerentes ao processo migratório em oportunidades efectivas de cidadania, dignidade e empoderamento para todas as mulheres em Angola.

REFERÊNCIAS

André, Á. (2022). O fenômeno das zungueiras, a segregação urbana e a consolidação dos musseques em Luanda, Angola. Labor & Engenho, 16, e022007.

Cain, A. (2005). TERRA: Reforma sobre terra urbana em Angola no período pós-guerra (Occasional Paper No. 6). Development Workshop.

Carvalho, P. de. (2012). A zungarização do comércio na cidade de Luanda e a exclusão social. Revista Angolana de Sociologia, (8), 15–32.

Carvalho, P. de. (2019). Cidade de Luanda com crise de autoridade. Club-K Angola.

Coelho, M. N. (2021). Migrações contemporâneas em Angola: Culturas e identidades construídas e reconstruídas. Cadernos CERU, 32(2), 61–78.

Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the intersection of race and sex: A black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics. University of Chicago Legal Forum, 1989(1), 139–167.

Development Workshop [DW]. (2005). Estudo do direito à terra peri-urbana e saneamento em Luanda. Development Workshop.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Instituto Nacional de Estatística [INE]. (2024). Recenseamento Geral da População e Habitação. Resultados definitivos. INE.

José, E. G. (2024). O Sofrimento Laboral: Estudo sobre as condições de trabalho que afectam os trabalhadores. Academicus Magazine, 2(2), 96–113. https://doi.org/10.4314/academicus.v2i2.7

Kabeer, N. (1999). Resources, agency, achievements: Reflections on the measurement of women's empowerment. Development and Change, 30(3), 435–464.

Massey, D. S., Arango, J., Hugo, G., Kouaouci, A., Pellegrino, A., & Taylor, J. E. (1993). Theories of international migration: A review and appraisal. Population and Development Review, 19(3), 431–466.

Nunda, C. E. C. (2023). A migração interna feminina: O mercado informal, necessidades motivacionais e as melhores condições de vida. Kilunji Editora.

Ramos, M. V., Lima, M. L. S. A. P. de, & Veloso, H. C. da G. F. (2024). Causas do stress no dia-a-dia da venda ambulante das zungueiras de Luanda: Um estudo qualitativo. Academicus Magazine, 2(1), 68–80.

Rodrigues, C. U. (2018). Migração, movimento e urbanização em Angola e Moçambique.

Sen, A. (1999). Development as Freedom. Oxford University Press.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.