

2026 

Relatório de Dados

A POSTERGAÇÃO DA PARENTALIDADE NO BRASIL

Um estudo conduzido por

mãe aos 40
Por uma Fertilidade Consciente

PiS
Parentⁱⁿ
SCIENCE 

Principais achados

A POSTERGAÇÃO É FREQUENTE

70,7%

postergaram ou estão postergando a parentalidade

Mas aparece com intensidade diferente:

MULHERES



HOMENS



88,8%

carreira ou educação

54,7%

falta de estabilidade financeira

OS MOTIVOS

TRABALHO

74,1%

consideram a postergação necessária para alcançar objetivos profissionais

ENTRE MULHERES, AS DIFERENÇAS RACIAIS APARECEM PRINCIPALMENTE NO AMBIENTE INSTITUCIONAL

● brancas
● negras

Sem suporte adequado

45,5%

54,5%

Políticas insuficientes

52,8%

58,7%

Não percebem valorização das mães

58,8%

66,1%

47,3%

tem forte preocupação com a concepção natural

57,1%

sentiram pressão de familiares, amigos ou da sociedade

A ESCOLHA

é atravessada por carreira, renda e suporte desigual.

O QUESTIONÁRIO

Este relatório apresenta os resultados da pesquisa **“A Postergação da Parentalidade: Explorando as Implicações do ‘Tempo Certo’”**, realizada pelo **Movimento Parent in Science** em parceria com a iniciativa **Mãe aos 40**. O estudo investigou experiências e percepções relacionadas à postergação da parentalidade e suas relações com a trajetória profissional, as condições de trabalho, a saúde, a fertilidade e o bem-estar emocional.

Foram coletadas informações sociodemográficas, como idade, região, raça/cor, estado civil, sexo, gênero, escolaridade e deficiência, além de dados sobre ocupação, parentalidade, postergação, motivações, apoio institucional, saúde reprodutiva, fertilidade e impactos emocionais. Participaram pessoas de todas as regiões do país, vinculadas ao setor público e privado, profissionais liberais, autônomos, proprietários de empreendimentos, militares e aposentados.

As análises são descritivas e apresentam frequências e percentuais para o conjunto da amostra e para grupos definidos por gênero e raça/cor. Nas comparações raciais, a categoria de pessoas negras reúne pessoas que se declararam pretas ou pardas.

O questionário foi disponibilizado online entre **5 de abril e 11 de setembro de 2024** e foram obtidas **2.116** respostas válidas. A amostra foi constituída por participação voluntária e os resultados apresentados referem-se exclusivamente às pessoas que responderam à pesquisa.

Perfil da Amostra

A pesquisa contou com **2.116** respondentes, distribuídos por todas as regiões do Brasil. Abaixo estão os detalhes principais sobre as características demográficas e socioeconômicas:

Idade: A idade média dos participantes é de 39,7 anos.

Gênero: A maioria dos participantes foi de mulheres (87,7%).

Cor/Raça: Entre os respondentes, 76,1% se identificaram como brancos, 17,5% como pardos e 4,4% como pretos. Participantes indígenas e amarelos representam, respectivamente, 0,4% e 1,6%.

Deficiência: 2,1% dos respondentes declararam ter algum tipo de deficiência.

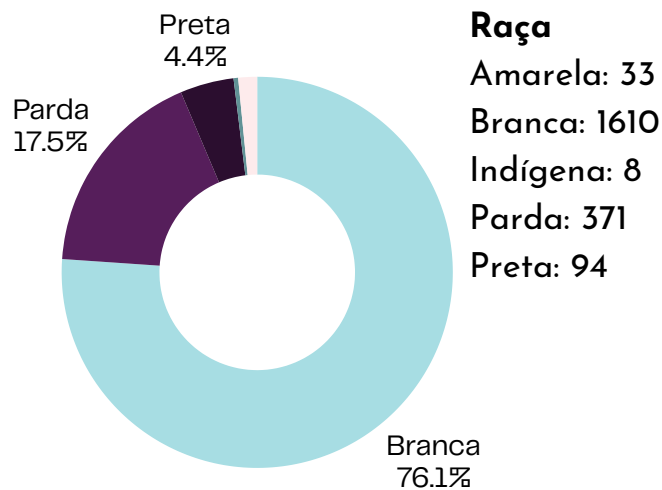
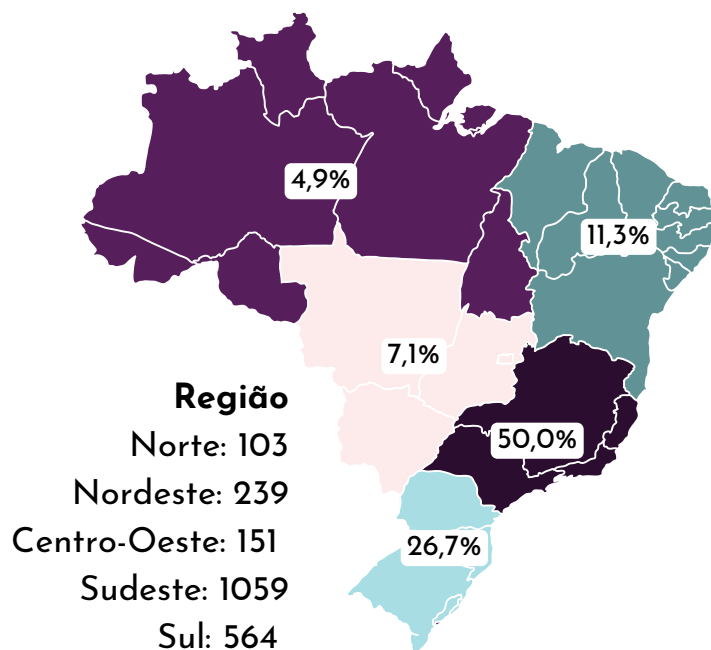
Estado Civil: Em relação ao estado civil, 53,4% são casados(as), 19,6% são solteiros(as), e 19,8% estão em união estável. Separados(as) ou divorciados(as) representam 6,7%, e viúvos(as) 0,5%.

Grau de instrução: A maioria dos respondentes tem pós-graduação (84,4%). Uma pequena fração tem apenas ensino médio (0,9%) ou superior (11,9%) completos.

Ocupação: 48,6% dos respondentes são servidores públicos, enquanto 22,2% são empregados do setor privado e 21,6% são profissionais liberais ou autônomos.

Dados

Respondentes: **2116**



Mulheres: 1856 (87,71%)

Homens: 255 (12,05%)

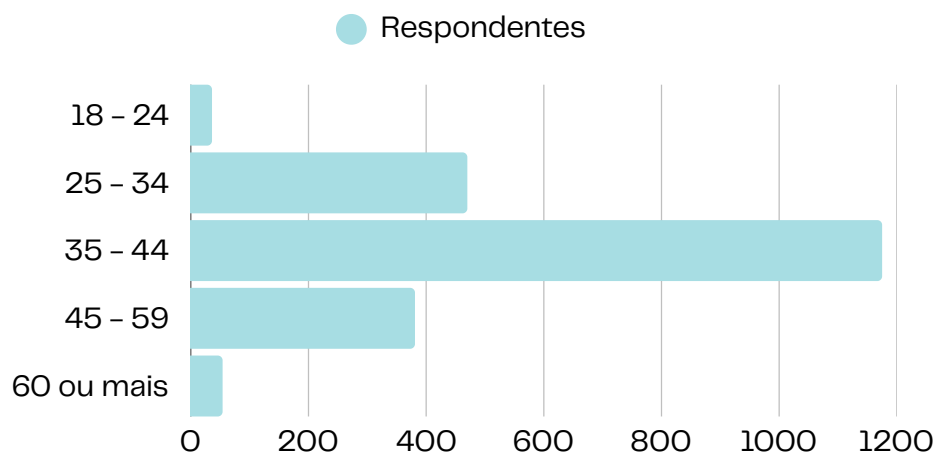
Não-binários: 5 (0,24%)

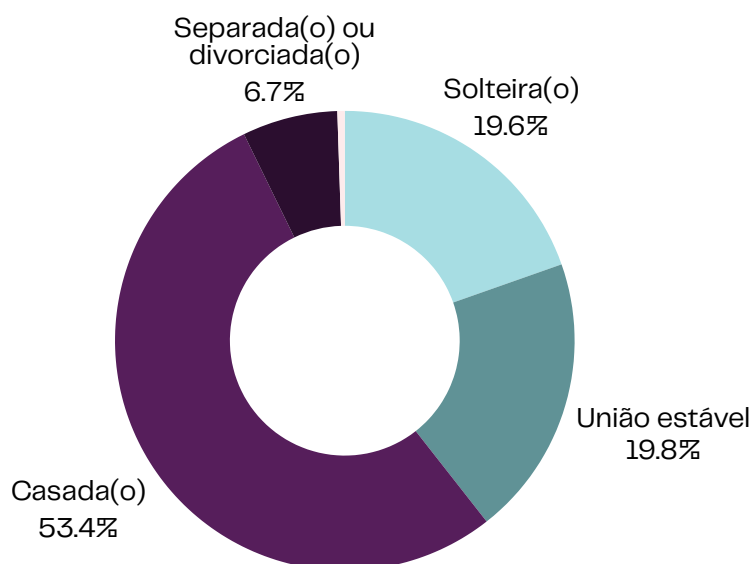


2,13%

PCD

Idade Média
39,7 anos





Estado Civil

Solteira(o): 415

União estável: 419

Casada(o): 1129

Separada(o)/divorciada(o): 142

Viúva(o): 11

Grau de instrução

Ensino fundamental completo: 2

Ensino médio completo: 19

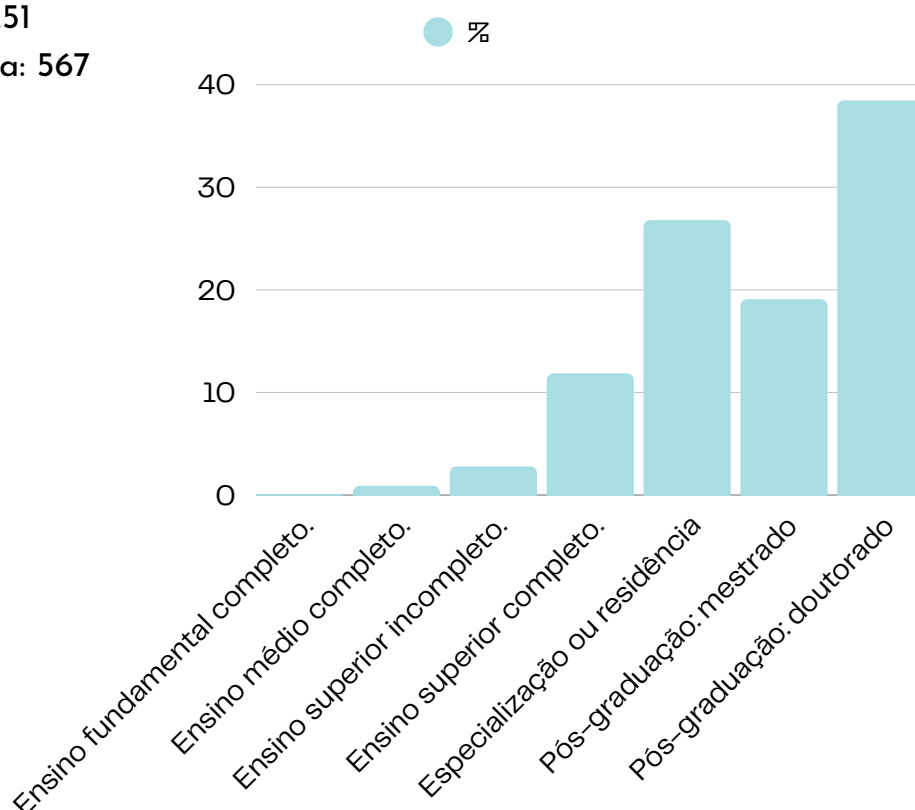
Ensino superior incompleto: 59

Ensino superior completo: 251

Especialização ou residência: 567

Mestrado: 404

Doutorado: 814



Ocupação

Proprietário(a) de empresa/ empreendimento/microempreendimento: 129

Empregado(a) do setor privado: 469

Profissional liberal ou autônomo(a): 457

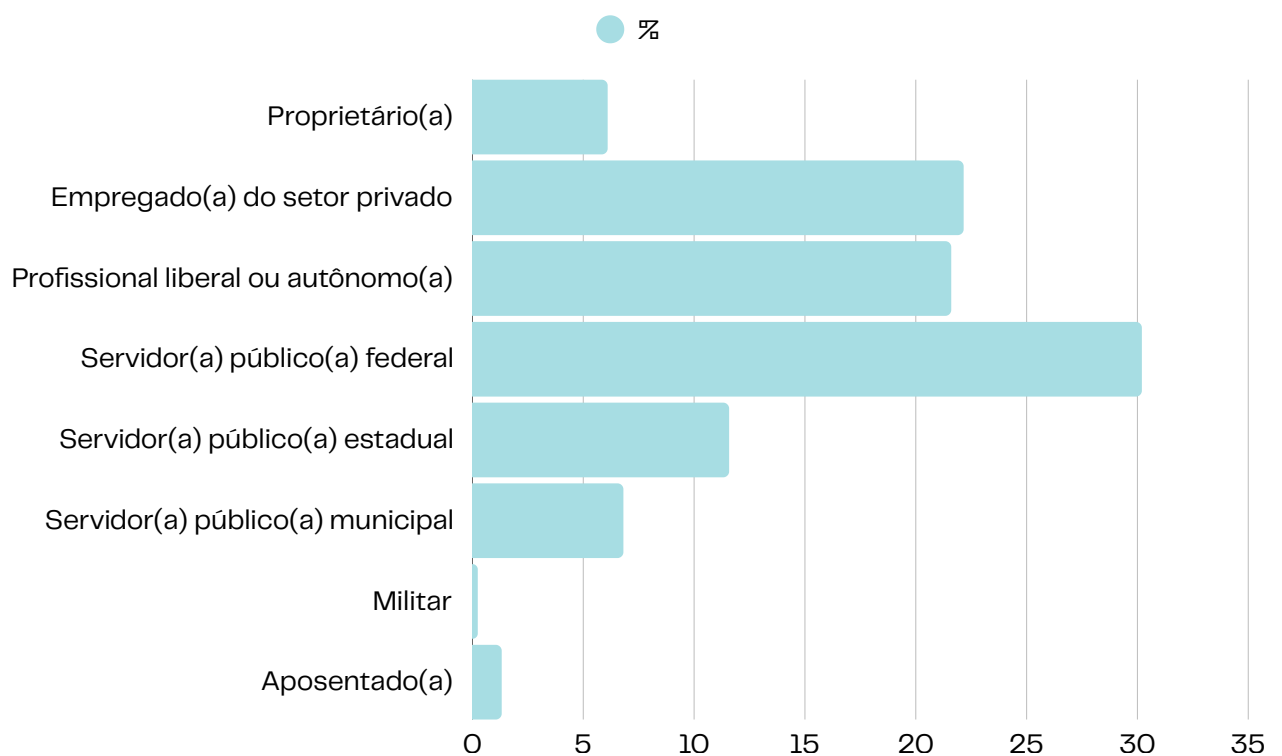
Servidor(a) público(a) federal: 639

Servidor(a) público(a) estadual: 245

Servidor(a) público(a) municipal: 144

Militar: 5

Aposentado(a): 28



Parentalidade

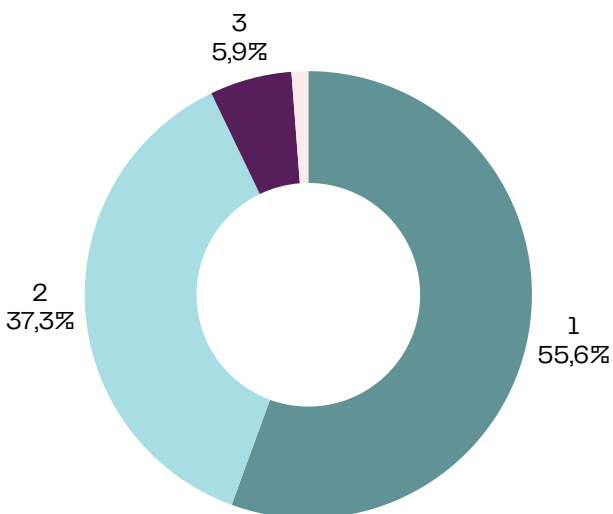
A maioria dos respondentes tem filhos (66,2%). Uma pequena diferença é observada entre homens (69,02%) e mulheres (65,95%).

Perfil de Parentalidade

- Número de Filhos: Mais da metade dos respondentes com filhos (55,6%) tem um filho, enquanto 37,3% têm dois filhos e 5,9% têm três. Apenas 1,2% têm quatro filhos ou mais filhos. Há uma diferença entre homens e mulheres, com mais mulheres (56,86%) tendo um filho do que homens (46,59%). Por outro lado, temos mais homens (9,09%) tendo 3 filhos do que mulheres (5,47%).
- Deficiência: Entre respondentes com filhos, 6,3% têm filhos com deficiência.

Dados

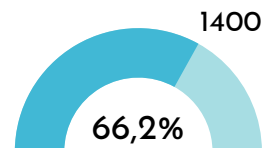
Respondentes: **2116**



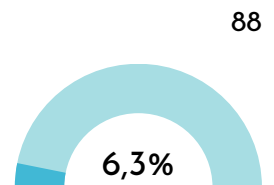
Número de filhos

1:	778
2:	522
3:	83
4:	13
5:	2
6 ou mais:	2

Tem filhos



Filhos com deficiência



Postergação

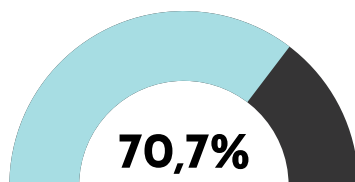
Abaixo mostramos uma análise sobre a postergação da parentalidade:

Postergação da Parentalidade: A maioria dos respondentes (70,7%) postergou ou está postergando a parentalidade. Esse comportamento foi mais comum entre mulheres (73,6%) do que entre homens (50,6%), sendo que mulheres brancas tiveram uma frequência de 74,5%, um pouco acima do que as mulheres negras (71,4%).

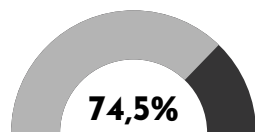
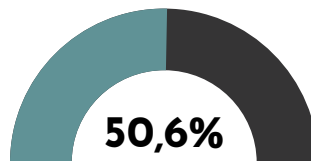
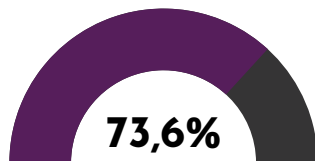
Escolha pela Postergação: Para 82,9% dos que postergaram, a decisão foi uma escolha pessoal, com percentuais semelhantes entre homens (83,7%) e mulheres (82,8%). Houve uma diferença entre homens brancos (81,7%) e negros (90,9%), assim como entre mulheres brancas (84,0%) e negras (79,1%).

Dados

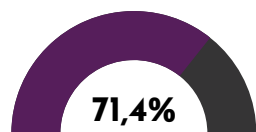
Respondentes: **2116**



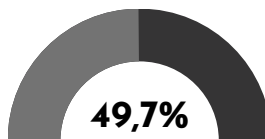
Postergou/está postergando



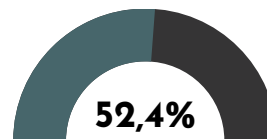
Mulheres
brancas



Mulheres
negras

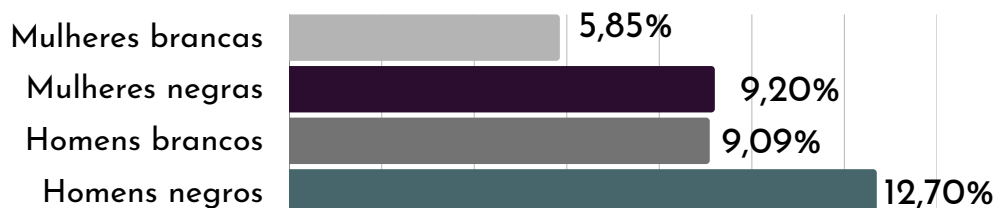


Homens
brancos

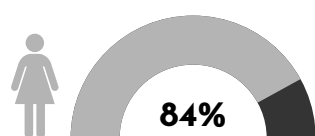
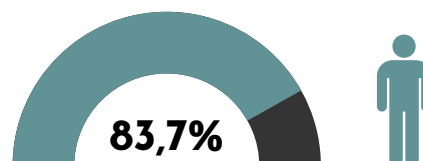
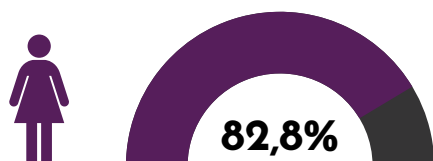
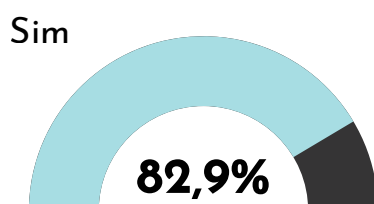


Homens
negros

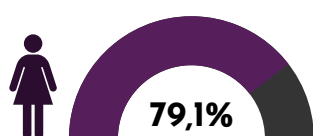
Nunca pensou em ter filhos



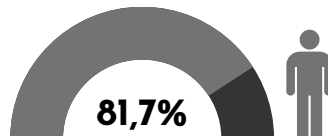
A postergação foi uma escolha



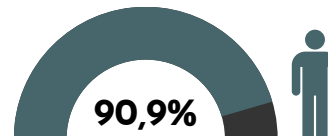
Mulheres
brancas



Mulheres
negras



Homens
brancos



Homens
negros

Motivação

Mais da metade dos respondentes (54,4%) declarou que sempre planejou adiar a parentalidade para alcançar objetivos pessoais ou profissionais. Esse motivo foi ainda mais frequente entre os homens (64,8%) do que entre as mulheres (53,3%).

Motivos para a Postergação da Parentalidade:

O principal motivo relatado para postergar a parentalidade foi a prioridade dada à carreira ou à educação, apontada por 88,8% dos respondentes. Em seguida, destacaram-se a falta de estabilidade financeira (54,7%), as dúvidas sobre querer ou não ter filhos (39,5%) e as restrições financeiras (32,6%).

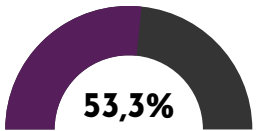
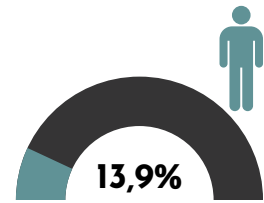
Entre os homens, os três principais motivos foram as prioridades de carreira ou educação (77,8%), a falta de estabilidade financeira (53,7%) e as restrições financeiras (43,5%). As prioridades de carreira ou educação foram mencionadas por 82,9% dos homens brancos e 66,7% dos homens negros. A falta de estabilidade financeira apresentou percentuais próximos entre homens brancos (55,3%) e negros (53,3%), enquanto as restrições financeiras foram mais frequentes entre homens brancos (47,4%) do que entre homens negros (33,3%). As dúvidas sobre querer ou não ter filhos foram mencionadas por 29,6% dos homens, com percentuais semelhantes entre homens brancos (29,0%) e negros (30,0%). A falta de um parceiro ou parceira ideal foi mais frequente entre homens negros (33,3%) do que entre homens brancos (15,8%). A falta de rede de apoio foi mencionada por 15,7% dos homens, sendo 18,4% entre os brancos e 10,0% entre os negros.

Entre as mulheres, as prioridades de carreira ou educação também lideraram (89,8%), seguidas pela falta de estabilidade financeira (54,8%) e pelas dúvidas sobre querer ou não ter filhos (40,5%). As prioridades de carreira ou educação apresentaram percentuais semelhantes entre mulheres brancas (89,9%) e negras (89,4%), assim como a falta de estabilidade financeira, mencionada por 55,5% das mulheres brancas e 52,9% das mulheres negras. As restrições financeiras foram mais mencionadas por mulheres negras (37,0%) do que por mulheres brancas (30,1%). As dúvidas sobre querer ou não ter filhos também foram mais frequentes entre mulheres negras (43,2%) do que entre mulheres brancas (39,8%), assim como a falta de um parceiro ou parceira ideal (22,9% contra 19,4%). A falta de rede de apoio foi mencionada por 22,6% das mulheres e apresentou o mesmo percentual entre mulheres brancas e negras, 22,5%.

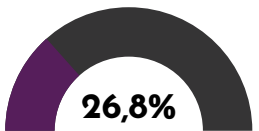
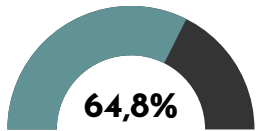
Dados



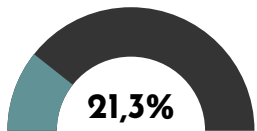
Eu não pensava em ter filhos, mas após uma idade mais avançada isto mudou.



Eu sempre planejei adiar a parentalidade para atingir certos objetivos pessoais ou profissionais.



Eu estava aberto(a) a ter filhos em uma idade mais jovem, mas circunstâncias pessoais, de saúde e/ou profissionais me levaram a adiar.



Motivos para a postergação

Questões de saúde ou condições médicas

Necessidade de priorizar a saúde mental

Preocupações com a estabilidade do relacionamento

Falta de um(a) parceiro(a) ideal

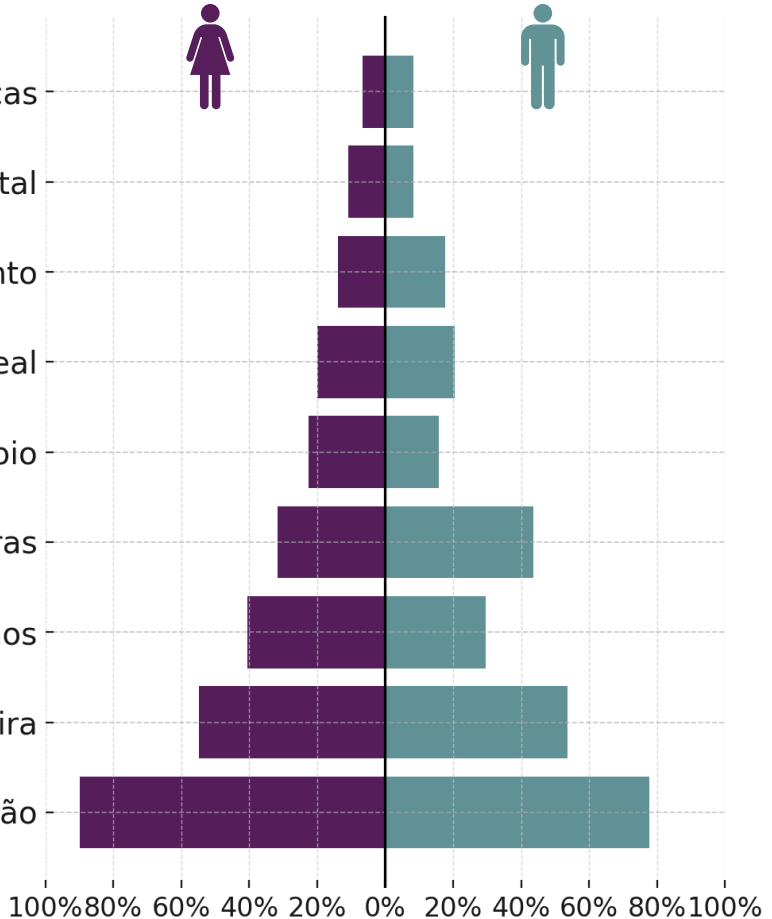
Falta de rede de apoio

Restrições financeiras

Dúvidas sobre querer ou não ter filhos

Falta de estabilidade financeira

Prioridades de carreira ou educação



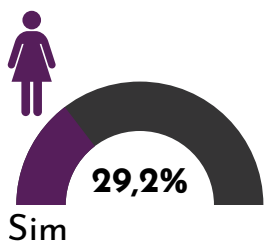
Apoio Institucional

Percepções sobre Apoio Institucional à Parentalidade.

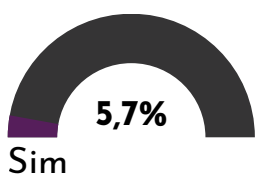
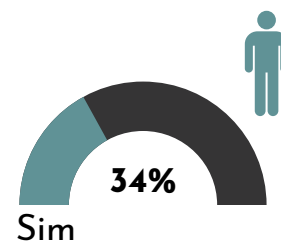
Suporte adequado para conciliar parentalidade e trabalho: Apenas 29,9% dos respondentes acreditam que sua instituição oferece suporte adequado, enquanto 46,8% disseram que não e 20,6% não têm certeza. Entre os homens, 34% avaliaram positivamente o suporte, com percentuais semelhantes entre homens brancos (34,4%) e negros (34,0%). Entre as mulheres, 29,2% avaliaram positivamente o suporte, mas o percentual foi maior entre mulheres brancas (31,0%) do que entre mulheres negras (24,2%). A ausência de suporte foi mencionada por 42,0% dos homens, sendo 41,4% entre os brancos e 44,0% entre os negros. Entre as mulheres, esse percentual chegou a 47,6%, com diferença entre mulheres brancas (45,5%) e negras (54,5%).

Suficiência das políticas institucionais de apoio à parentalidade: Somente 6,3% consideram as políticas plenamente suficientes, enquanto 53,4% afirmam que elas não são adequadas. Outros 32,7% avaliam que as políticas ajudam, mas poderiam ser ampliadas. Entre os homens, 10,4% consideram as políticas suficientes, com percentuais próximos entre homens brancos (10,8%) e negros (10,0%). Entre as mulheres, apenas 5,7% compartilham essa avaliação, sem diferença relevante entre mulheres brancas (5,6%) e negras (5,8%). A insuficiência das políticas foi apontada por 47,6% dos homens, sendo 49,0% entre os brancos e 44,0% entre os negros. Entre as mulheres, o percentual foi de 54,3%, chegando a 58,7% entre as mulheres negras e a 52,8% entre as mulheres brancas.

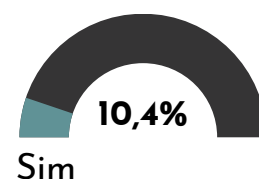
Dados



Você sente que sua instituição/empregador oferece suporte adequado para funcionários que desejam conciliar parentalidade e trabalho?



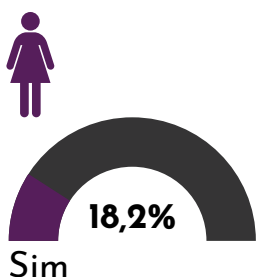
Você acredita que as políticas de apoio à parentalidade da sua instituição/empregador são suficientes para facilitar a conciliação entre trabalho e responsabilidades parentais?



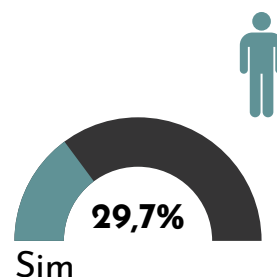
Apoio Institucional

Valorização das mães pelas instituições: A maioria dos respondentes (58,3%) não acredita que as instituições valorizem igualmente as necessidades das mães e das funcionárias que não têm filhos, enquanto apenas 19,7% percebem essa valorização. Entre os homens, 29,7% responderam que há valorização, sendo 31,2% entre os homens brancos e 26,0% entre os negros. Entre as mulheres, o percentual foi de apenas 18,2% e permaneceu semelhante entre mulheres brancas (18,4%) e negras (18,1%). A percepção de que não há valorização igualitária foi relatada por 43,9% dos homens, com percentuais próximos entre brancos (43,9%) e negros (46,0%). Entre as mulheres, chegou a 60,6%, sendo mais frequente entre mulheres negras (66,1%) do que entre mulheres brancas (58,8%).

Dados



Em sua opinião, sua instituição/empregador valoriza igualmente as necessidades de funcionárias que são mães em comparação com aquelas que não têm filhos?



Saúde e Fertilidade

Saúde física e postergação da parentalidade.

Impactos percebidos na fertilidade:

A maioria dos respondentes (63,1%) acredita que a postergação impacta tanto a fertilidade de homens quanto de mulheres. Apenas 2,7% disseram que não acreditam em impactos e 2,4% não souberam responder.

Informação sobre planejamento reprodutivo:

Cerca de 42,4% afirmaram ter sido informados por profissionais de saúde sobre planejamento familiar e reserva ovariana, enquanto 37,7% só descobriram sobre o declínio da fertilidade por conta própria. Apenas 4,7% disseram nunca ter tido contato com o tema. Entre as mulheres, a busca por informações por conta própria foi mais frequente entre as mulheres negras (41,4%) do que entre as brancas (34,8%).

Efeitos na saúde reprodutiva:

Para 21,8% dos respondentes, a postergação afetou a saúde reprodutiva de alguma forma, sendo o efeito muito maior para mulheres (23,2%) do que para homens (7,4%).

Experiência de perda gestacional:

25% relataram ter passado por perda gestacional, sendo a maioria relacionada a gravidez espontânea, não a tratamentos de fertilidade.

Medidas para preservação da fertilidade:

A maioria (73,7%) não tomou ou não pretende tomar medidas específicas para preservação da fertilidade. A criopreservação (congelamento de óvulos ou espermatozoides) foi considerada ou realizada por apenas 5,9% dos respondentes.

Percepções sobre criopreservação como benefício trabalhista:

24,7% dos respondentes considera a oferta desse benefício como uma iniciativa necessária para mulheres que adiam a maternidade por questões de carreira. Entre as mulheres, essa avaliação foi mais frequente entre as negras (30,8%) do que entre as brancas (24,4%). Por outro lado, 33% dos respondentes entendem essa medida como resultado de uma pressão institucional para adiar a maternidade.

Conhecimento sobre infertilidade:

Apenas 19% dos respondentes reconheceram corretamente que a infertilidade é considerada uma doença pela Organização Mundial da Saúde. A grande maioria (73,2%) afirmou não saber informar. Entre as mulheres, 20,4% responderam corretamente. Entre os homens, o percentual foi muito menor, com apenas 4,6% reconhecendo a informação como verdadeira.

Quem é mais afetado pela infertilidade:

A maior parte dos respondentes (67,8%) acredita que mulheres são mais afetadas pela infertilidade. Apenas 14,1% consideram que homens e mulheres são igualmente impactados. Esse padrão se repetiu nos dois grupos: 68,5% das mulheres e 61,1% dos homens indicaram que as mulheres são mais afetadas.

Realização de tratamento:

Somente 13,6% dos respondentes já recorreram a algum tratamento para engravidar, sendo 14,1% das mulheres e 9,3% dos homens.

Experiência com o tratamento:

Entre quem buscou tratamento, 49,7% relataram uma experiência positiva e acolhedora, obtendo sucesso no tratamento. Outros 21% também relataram experiência positiva, mesmo sem conseguir engravidar. Ainda, 29,3% relataram experiências negativas, com ou sem mudança de clínica ou profissional.

Motivos para interrupção do tratamento:

As razões mais mencionadas foram:

- Falta de condições emocionais para prosseguir (59,1%)
- Falta de dinheiro (50%)
- Falhas em tentativas anteriores (36,4%)

Necessidade de políticas públicas:

A maioria dos respondentes (88,2%) acredita que são necessárias políticas públicas para garantir o acesso a tratamentos de fertilidade tanto no SUS quanto por operadoras de saúde. Embora o apoio seja majoritário em ambos os grupos, há uma diferença importante: 89,6% das mulheres apoiam essa proposta, enquanto entre os homens esse número cai para 74,1%.

Percepções

Percepções sobre os impactos da postergação da parentalidade

Preocupação com a fertilidade natural:

47,3% dos respondentes concordam totalmente que adiar a parentalidade gerou preocupação com a possibilidade de não conseguir conceber naturalmente. Essa percepção é mais frequente entre mulheres (50,8%) do que entre homens (11,1%).

Pressão para recorrer a tratamentos de fertilidade:

Apenas 15,1% dos respondentes relataram sentir fortemente essa pressão. A concordância total foi maior entre mulheres (15,9%) do que entre homens (6,5%).

Impacto negativo na vida pessoal e na saúde:

23,8% concordam que a postergação teve impacto negativo em sua saúde física ou mental. A proporção é maior entre mulheres (25%) do que entre homens (12%).

Custos como barreira para preservar a fertilidade:

16,3% disseram concordar totalmente que os custos impediram o início ou continuidade de técnicas de preservação da fertilidade. Entre as mulheres, esse valor foi um maior (17,2%) do que entre os homens (7,4%). A diferença racial é relevante: 24,2% das mulheres negras concordam totalmente com essa afirmação, frente a 15,4% das mulheres brancas.

Postergação como estratégia para alcançar objetivos profissionais:

A maioria dos respondentes (74,1%) concorda com a ideia de que adiar a parentalidade foi ou será necessária para alcançar objetivos profissionais. Essa percepção é forte tanto entre mulheres (74,9%) quanto entre homens (65,7%).

Emoções em relação à postergação da parentalidade.

Sentimentos sobre a decisão:

Quase metade dos respondentes (45,9%) relatou sentimentos ambivalentes em relação à decisão de adiar a parentalidade, enquanto 43,6% estão satisfeitos. Apenas 8,9% sentem algum grau de arrependimento. Entre os homens, o nível de satisfação foi maior (58,3%) do que entre as mulheres (42,2%), enquanto mais mulheres (9,4%) expressaram arrependimento do que homens (4,6%).

Angústia emocional:

Metade dos participantes (49,3%) relatou sentir alguma angústia emocional, embora consigam lidar com ela. Apenas 12,7% sentem angústia significativa. A maioria dos homens (65,7%) afirmou não sentir angústia, em contraste com 35,3% das mulheres.

Pressão ou expectativas externas em relação à sua decisão de postergar a parentalidade:

A pressão de familiares, amigos ou da sociedade foi relatada por 57,1% dos respondentes. Essa percepção foi mais comum entre mulheres (59,1%) do que entre homens (36,1%). Entre as mulheres, foi relatada por 63,9% das mulheres negras e 57,7% das mulheres brancas.

Busca de apoio psicológico:

Cerca de 33,5% já buscaram apoio profissional para lidar com as consequências emocionais da postergação. A busca de apoio é mais comum entre mulheres (35,7%) do que entre homens (11,1%). A maioria dos homens (81,5%) não sente necessidade de apoio psicológico no momento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A postergação da parentalidade aparece neste estudo como uma experiência fortemente relacionada à vida profissional. Formação, construção da carreira, estabilidade financeira e condições de trabalho participam da definição do momento considerado possível para ter filhos. Embora a maioria dos participantes descreva a postergação como uma escolha, essa decisão é tomada dentro de limites concretos. O desejo de alcançar determinada posição profissional convive com vínculos de trabalho instáveis, custos elevados e pouco suporte para conciliar carreira e parentalidade.

Os resultados também mostram que essa experiência é diferente para mulheres e homens. Entre as mulheres, a postergação está mais associada à preocupação com a fertilidade, aos impactos sobre a saúde, à angústia e à pressão externa. Os homens demonstram maior satisfação com a decisão e relatam menos necessidade de apoio emocional. A responsabilidade pelo planejamento reprodutivo e pelas consequências do adiamento permanece mais concentrada nas mulheres, mesmo quando a parentalidade é apresentada como um projeto compartilhado.

As diferenças raciais são mais evidentes entre as mulheres quando se observam as condições institucionais. Mulheres negras avaliam de forma mais negativa o suporte oferecido, a suficiência das políticas existentes e a valorização profissional das mães. Também enfrentam com maior frequência barreiras financeiras para preservar a fertilidade e relatam mais pressão externa. Em contrapartida, a frequência da postergação e a importância atribuída à carreira e à formação são semelhantes entre mulheres negras e brancas. A raça, portanto, não diferencia todos os aspectos da experiência, mas acentua dificuldades relacionadas ao acesso, ao reconhecimento e ao suporte institucional.

O acesso à informação sobre fertilidade ainda depende, em grande parte, da busca individual. A orientação oferecida por profissionais de saúde não alcança uma parcela importante dos participantes, enquanto os métodos de preservação permanecem pouco utilizados e sujeitos a limitações econômicas. Esse cenário dificulta decisões reprodutivas informadas e amplia as desigualdades entre quem pode recorrer a acompanhamento especializado e quem depende exclusivamente dos serviços disponíveis ou de informações encontradas por conta própria.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No ambiente de trabalho, predominam avaliações negativas sobre o apoio à parentalidade e sobre a valorização das mães. Os dados indicam que muitas instituições ainda tratam as demandas familiares como questões privadas, sem rever práticas de avaliação, progressão e organização do trabalho. As políticas existentes são percebidas como limitadas e incapazes de reduzir os efeitos profissionais associados à maternidade.

Os resultados apontam para a necessidade de políticas públicas e institucionais que ampliem o acesso à informação e aos cuidados reprodutivos, reduzam as barreiras financeiras e ofereçam condições efetivas para conciliar trabalho e parentalidade. Essas ações precisam considerar as diferenças entre mulheres e homens e as desvantagens mais frequentes entre mulheres negras. Também devem alcançar quem decide ter filhos e quem opta pela postergação, sem transformar o momento da parentalidade em medida de comprometimento ou disponibilidade profissional.

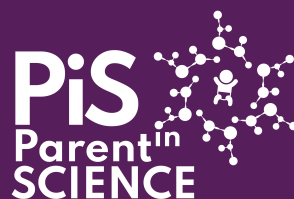
A interpretação dos resultados deve considerar o perfil específico da amostra, composta majoritariamente por mulheres, pessoas brancas e participantes com elevada escolaridade. A menor presença de homens negros limita especialmente as comparações raciais nesse grupo. Os achados descrevem as experiências dos participantes deste estudo e não podem ser generalizados para toda a população brasileira. Ainda assim, permitem identificar como trabalho, gênero, raça e condições econômicas interferem nas possibilidades de planejamento da parentalidade.

Este relatório reforça o que muitas já vivenciam, mas que ainda precisa ser legitimado como questão pública: o tempo da parentalidade não pode ser tratado como um dilema individual, tampouco como uma renúncia esperada. A postergação da parentalidade, quando se dá por falta de escolha real, revela falhas estruturais que exigem enfrentamento urgente. Mais do que reconhecer essa realidade, é preciso agir, com políticas públicas, com mudança cultural nas instituições, e com um compromisso real com a equidade de gênero no mundo do trabalho.

Um estudo conduzido por



contato@maeasos40.com.br



www.parentinscience.com
parentinscience@gmail.com

Como citar este documento:

MOVIMENTO PARENT IN SCIENCE; MÃE AOS 40.
A postergação da parentalidade no Brasil: relatório
de dados. 2026. Disponível em:
<https://www.parentinscience.com/documentos>.