

IX ENCONTRO VIRTUAL DO CONPEDI

**DIREITO INTERNACIONAL DOS DIREITOS
HUMANOS I**

Todos os direitos reservados e protegidos. Nenhuma parte destes anais poderá ser reproduzida ou transmitida sejam quais forem os meios empregados sem prévia autorização dos editores.

Diretoria - CONPEDI

Presidente - Profa. Dra. Samyra Haydêe Dal Farra Naspolini - FMU - São Paulo

Diretor Executivo - Prof. Dr. Orides Mezzaroba - UFSC - Santa Catarina

Vice-presidente Norte - Prof. Dr. Jean Carlos Dias - Cesupa - Pará

Vice-presidente Centro-Oeste - Prof. Dr. José Querino Tavares Neto - UFG - Goiás

Vice-presidente Sul - Prof. Dr. Leonel Severo Rocha - Unisinos - Rio Grande do Sul

Vice-presidente Sudeste - Profa. Dra. Rosângela Lunardelli Cavallazzi - UFRJ/PUCRio - Rio de Janeiro

Vice-presidente Nordeste - Prof. Dr. Raymundo Juliano Feitosa - UNICAP - Pernambuco

Representante Discente: Prof. Dr. Abner da Silva Jaques - UPM/UNIGRAN - Mato Grosso do Sul

Conselho Fiscal:

Prof. Dr. José Filomeno de Moraes Filho - UFMA - Maranhão

Prof. Dr. Caio Augusto Souza Lara - SKEMA/ESDHC/UFMG - Minas Gerais

Prof. Dr. Valter Moura do Carmo - UFERSA - Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Fernando Passos - UNIARA - São Paulo

Prof. Dr. Edinilson Donisete Machado - UNIVEM/UENP - São Paulo

Secretarias

Relações Institucionais:

Prof. Dra. Claudia Maria Barbosa - PUCPR - Paraná

Prof. Dr. Heron José de Santana Gordilho - UFBA - Bahia

Profa. Dra. Daniela Marques de Moraes - UNB - Distrito Federal

Comunicação:

Prof. Dr. Robison Tramontina - UNOESC - Santa Catarina

Prof. Dr. Liton Lanes Pilau Sobrinho - UPF/Univali - Rio Grande do Sul

Prof. Dr. Lucas Gonçalves da Silva - UFS - Sergipe

Relações Internacionais para o Continente Americano:

Prof. Dr. Jerônimo Siqueira Tybusch - UFSM - Rio Grande do Sul

Prof. Dr. Paulo Roberto Barbosa Ramos - UFMA - Maranhão

Prof. Dr. Felipe Chiarello de Souza Pinto - UPM - São Paulo

Relações Internacionais para os demais Continentes:

Profa. Dra. Gina Vidal Marcilio Pompeu - UNIFOR - Ceará

Profa. Dra. Sandra Regina Martini - UNIRITTER / UFRGS - Rio Grande do Sul

Profa. Dra. Maria Claudia da Silva Antunes de Souza - UNIVALI - Santa Catarina

Educação Jurídica

Profa. Dra. Viviane Coêlho de Séllos Knoerr - Unicuritiba - PR

Prof. Dr. Rubens Beçak - USP - SP

Profa. Dra. Livia Gaigher Bosio Campello - UFMS - MS

Eventos:

Prof. Dr. Yuri Nathan da Costa Lannes - FDF - São Paulo

Profa. Dra. Norma Sueli Padilha - UFSC - Santa Catarina

Prof. Dr. Juraci Mourão Lopes Filho - UNICHRISTUS - Ceará

Comissão Especial

Prof. Dr. João Marcelo de Lima Assafim - UFRJ - RJ

Profa. Dra. Maria Creusa De Araújo Borges - UFPB - PB

Prof. Dr. Antônio Carlos Diniz Murta - Fumec - MG

Prof. Dr. Rogério Borba - UNIFACVEST - SC

D597

Direito internacional dos direitos humanos I [Recurso eletrônico on-line] organização CONPEDI

Coordenadores: Sérgio Tibiriçá Amaral; William Paiva Marques Júnior; Andre Pires Gontijo – Florianópolis: CONPEDI, 2026.

Inclui bibliografia

ISBN: 978-65-5274-603-0

Modo de acesso: www.conpedi.org.br em publicações

Tema: Constituição, Processo e Justiça Social: o papel da jurisdição constitucional na efetivação de direitos

2. Direito internacional. 3. Direitos humanos. IX Encontro Virtual do CONPEDI (2: 2026: Florianópolis, Brasil).

CDU: 34



Conselho Nacional de Pesquisa
e Pós-Graduação em Direito Florianópolis
Santa Catarina – Brasil
www.conpedi.org.br

IX ENCONTRO VIRTUAL DO CONPEDI

DIREITO INTERNACIONAL DOS DIREITOS HUMANOS I

Apresentação

A presente coletânea é composta dos trabalhos aprovados, apresentados e debatidos no Grupo de Trabalho: “Direito Internacional dos Direitos Humanos I”, no âmbito do IX Encontro Virtual do CONPEDI, realizado entre os dias 22 a 26 de junho de 2026, em formato integralmente virtual, e que teve como temática central: “Constituição, Processo e Justiça Social: o papel da jurisdição constitucional na efetivação de direitos”.

Os trabalhos expostos desenvolveram de forma verticalizada diversas temáticas atinentes ao Direito Internacional dos Direitos Humanos, especialmente alguns dos clamores do contexto contemporâneo de transpandemia (pós-pandemia), quais sejam: as demandas inadiáveis no campo da hermenêutica da Corte Interamericana de Direitos Humanos, os impactos da crise do multilateralismo na reconfiguração do papel dos direitos humanos, o compromisso com as pautas dos povos originários e os fluxos migratórios. As pesquisas ora apresentadas funcionam como canais indispensáveis nos debates e propostas das pendências existentes nos campos indicados e na busca de soluções efetivas para as problemáticas indicadas.

Adriana Biller Aparicio, Nathan Gonçalves da Silva e Yasmim Melaré, destacam a relevância do Direito Internacional dos Direitos Humanos ao analisarem as violações de direitos humanos contra o Povo Xetá no Brasil à luz da Justiça de Transição, no texto intitulado: “POVO XETÁ E VIOLAÇÕES DE DIREITOS: UMA ANÁLISE A PARTIR DA JUSTIÇA DE TRANSIÇÃO E DO DIREITO INTERNACIONAL DOS DIREITOS HUMANOS”.

Catharina Orbage de Britto Taquary Berino, Eneida Orbage de Britto Taquary e Arthur

como regra geral, consolidada pela Lei nº 15.358, de 24 de março de 2026 (Lei Antifacção), à luz do controle de convencionalidade.

Ronaira Costa Ribeiro, no texto: A COOPERAÇÃO INTERNACIONAL COMO DEVER JURÍDICO DO DIREITO INTERNACIONAL HUMANITÁRIO”, analisa como o Direito Internacional Humanitário contribui para a promoção da cooperação jurídica internacional. Esta que pode ser conceituada como uma assistência mútua entre os Estados para efetivação de atos de natureza jurisdicional ou não, porquanto englobam atos de natureza diversa, mas todos destinados a satisfazer um direito subjacente a um conflito de interesses.

Juliana Casimiro Milioli no texto: “DIREITO DAS CRIANÇAS E ADOLESCENTES NAS RELAÇÕES FAMILIARES À LUZ DA RELATORIA DA COMISSÃO INTERAMERICANA DE DIREITOS HUMANOS (2013) E O CORPUS JURIS INTERNACIONAL”, investiga como o Estado brasileiro pode assegurar a proteção integral dos direitos de crianças e adolescentes no contexto das relações familiares, com ênfase no direito à vida digna, ao cuidado, à convivência familiar e comunitária, bem como à proteção contra abusos, negligência e violência.

Eneida Orbage de Britto Taquary , Catharina Orbage de Britto Taquary Berino e Kaic Pirola Rodrigues, no texto: “O PAPEL DA CORTE INTERAMERICANA DE DIREITOS HUMANOS NA PROTEÇÃO DAS LÍNGUAS INDÍGENAS: COMO A CORTE PODE GARANTIR DIREITOS LINGÜÍSTICOS COMO PARTE DA IDENTIDADE CULTURAL DOS POVOS ORIGINÁRIOS”, mencionam e incorporam o debate contemporâneo acerca do processamento perante a Corte Interamericana de Direitos Humanos (IDH) da proteção da diversidade linguística das comunidades indígenas da América Latina e Caribe. A necessidade de proteção da diversidade linguística das Américas, se torna importante para evitar a extinção das diversas línguas e parte essencial da cultura dos povos referenciados.

A pesquisa “JUSTIÇA DE TRANSIÇÃO COM PERSPECTIVA DE GÊNERO: ANÁLISE

DEMOCRACIA COMO DIREITO HUMANO E FUNDAMENTAL SUBJETIVO NO ÂMBITO DO SISTEMA INTERAMERICANO DE DIREITOS HUMANOS”, enfatizam as relações entre Direito Constitucional e Direito Internacional a partir da tese segundo a qual a democracia constitui um direito humano fundamental subjetivo, articulando três dimensões interconectadas: o marco teórico da democracia como direito, com base na literatura científica brasileira, latino-americana e estrangeira; a jurisprudência da Corte Interamericana de Direitos Humanos e dos tribunais superiores brasileiros sobre o tema e a análise da tríade estrutural - corrupção, erosão democrática e violação de direitos humanos -, especificamente abordada pela Comissão Interamericana de Direitos Humanos em seu marco regulatório pós-Resolução n. 1/2018.

Matheus Cavalcante Lima e William Paiva Marques Júnior, no texto: “PROTEÇÃO INTERNACIONAL DA ÁGUA: GARANTIA DE EFETIVIDADE DE DIREITOS HUMANOS”, abordam a relevância da proteção internacional da água apresenta reflexos sobre a gestão dos recursos hídricos no Brasil. O estudo investiga como a comunidade internacional e o Brasil desenvolvem seus arranjos institucionais na busca de conter os avanços do desperdício da água.

Ian Ferrare Meier e Alice Rocha da Silva, na pesquisa “ADPF N° 320: O FUTURO DA ANISTIA BRASILEIRA E DO CONFLITO ENTRE O SUPREMO TRIBUNAL FEDERAL E A CORTE INTERAMERICANA DE DIREITOS HUMANOS”, destacam as constantes transformações do Direito Internacional, com ênfase no conflito diametral entre a decisão do Supremo Tribunal Federal na Arguição de Descumprimento de Preceito Fundamental nº 153 e a sentença da Corte Interamericana de Direitos Humanos no caso Gomes Lund e outros (“Guerrilha do Araguaia”) vs. Brasil no que tange à Lei nº 6.683, de 28 de agosto de 1979 (Lei de Anistia Brasileira).

João Pedro Beltrão Pereira aborda criticamente a existência e a perpetuação da impunidade sistemática no processo penal brasileiro, especialmente em razão da morosidade processual e

ao cuidado, no texto: “O AUTOCUIDADO COMO CATEGORIA POLÍTICO-JURÍDICA NA OC-31/25: PESSOAS CUIDADORAS NÃO REMUNERADAS ENTRE AUTONOMIA E INSTRUMENTALIZAÇÃO”.

Maria Beatriz Franca Diniz e Fernanda do Nascimento Grangeão, no texto: “OS OBSTÁCULOS À SEGURANÇA HUMANA NA SOMÁLIA: UMA ANÁLISE DA FRAGILIDADE ESTATAL CONTEMPORÂNEA”, enfrentam a falência da Somália na aplicação da segurança humana e dos direitos fundamentais em seu território.

Maria Lucia de Paula Oliveira, em sua pesquisa: “POLÍTICAS PÚBLICAS MIGRATÓRIAS E “«O DIREITO À HOSPITALIDADE UNIVERSAL» COMO UMA BASE FILOSÓFICA PARA O DIREITO À LIVRE MOVIMENTAÇÃO GLOBAL” destaca que as políticas migratórias parecem caminhar para um momento de elevação das fronteiras nacionais, com supressão do reconhecimento de direitos de migrantes e estrangeiros em geral.

No encerramento, foi apresentada a pesquisa “O INCIDENTE DE DESLOCAMENTO DE COMPETÊNCIA (IDC) E O COMPROMISSO DO SUPERIOR TRIBUNAL DE JUSTIÇA (STJ) COM O DIREITO INTERNACIONAL DOS DIREITOS HUMANOS”, de William Paiva Marques Júnior, enfatizando do Incidente de Deslocamento de Competência (IDC) no âmbito do STJ, com especial enfoque que o instituto visa federalizar investigações e processos de graves infrações humanitárias, assegurando o cumprimento das obrigações externas assumidas pelo Brasil perante a comunidade internacional.

Com grande satisfação os coordenadores apresentam a presente obra, agradecendo aos autores /pesquisadores envolvidos em sua produção pelas profícuas reflexões surgidas e debatidas, bem como reiteram e louvam a dedicação e competência de toda a equipe do CONPEDI pela organização e realização do exitoso e inovador evento, desta vez realizado integralmente em formato virtual.

Prof. Dr. William Paiva Marques Júnior- UFC (Universidade Federal do Ceará)

**O AUTOCUIDADO COMO CATEGORIA POLÍTICO-JURÍDICA NA OC-31/25:
PESSOAS CUIDADORAS NÃO REMUNERADAS ENTRE AUTONOMIA E
INSTRUMENTALIZAÇÃO**

**SELF-CARE AS A POLITICAL-LEGAL CATEGORY IN AO-31/25: UNPAID
CAREGIVERS BETWEEN AUTONOMY AND INSTRUMENTALIZATION**

Juliana de Souza Barros ¹

Resumo

O artigo analisa o alcance do autocuidado na Opinião Consultiva nº 31/25 da Corte Interamericana de Direitos Humanos, com atenção à proteção das pessoas cuidadoras não remuneradas. Parte-se do problema de saber se o autocuidado deve ser compreendido como instrumento para manter a pessoa cuidadora apta a continuar cuidando ou como direito próprio, vinculado à dignidade, à autonomia, ao tempo, ao descanso, à saúde e à participação social. A hipótese sustentada é a de que a OC-31/25 representa avanço relevante ao reconhecer o autocuidado como dimensão do direito humano ao cuidado, mas deixa em aberto uma tensão dogmática entre uma leitura funcional e uma leitura emancipatória. Por meio de pesquisa qualitativa, bibliográfica e documental, com abordagem jurídico-teórica, o artigo articula a posição majoritária da Corte, o voto individual de Ferrer Mac-Gregor e o referencial feminista sobre cuidado, divisão sexual do trabalho, reprodução social e pobreza de tempo. Conclui-se que a proteção adequada das pessoas cuidadoras não remuneradas exige uma interpretação emancipatória do autocuidado, capaz de impedir sua instrumentalização e de reconhecê-las como titulares de direitos próprios.

Palavras-chave: Direito humano ao cuidado, Autocuidado, Pessoas cuidadoras não remuneradas, Corte interamericana de direitos humanos, Divisão sexual do trabalho

Abstract/Resumen/Résumé

This article examines the scope of self-care in Advisory Opinion No. 31/25 of the Inter-American Court of Human Rights, with particular attention to the protection of unpaid caregivers. The research addresses whether self-care should be understood as an instrument

unpaid caregivers requires an emancipatory interpretation of self-care, capable of preventing its instrumentalization and of recognizing caregivers as holders of rights of their own.

Keywords/Palabras-claves/Mots-clés: Human right to care, Self-care, Unpaid caregivers, Inter-american court of human rights, Sexual division of labor

1. INTRODUÇÃO

O reconhecimento do cuidado como direito humano autônomo pela Opinião Consultiva nº 31/25 da Corte Interamericana de Direitos Humanos representa inflexão significativa na compreensão jurídica das relações de cuidado. Ao estruturar esse direito a partir do direito de *cuidar*, do direito de *ser cuidado* e do direito ao *autocuidado*, a Corte desloca o cuidado da esfera estritamente privada, familiar e feminizada para o campo das obrigações estatais de direitos humanos (Corte IDH, 2025). Essa passagem, contudo, não elimina todas as ambiguidades normativas envolvidas no tema. Ao contrário, torna mais visível uma tensão específica: o autocuidado deve ser compreendido como instrumento para manter a pessoa cuidadora apta a continuar cuidando ou como direito próprio, vinculado à dignidade, à autonomia, ao tempo, ao descanso, à saúde e à participação social de quem cuida?

A questão é especialmente relevante quando se considera a situação das pessoas cuidadoras não remuneradas. Historicamente, a provisão cotidiana de cuidado foi sustentada por trabalho doméstico e familiar atribuído majoritariamente às mulheres, tratado como extensão natural do afeto, da maternidade ou da solidariedade familiar. Essa naturalização ocultou a dimensão laboral, econômica e política do cuidado, produzindo sobrecarga física, psíquica, temporal e social para quem cuida. Como observa a literatura feminista, a organização social do cuidado não apenas distribui tarefas; ela estrutura posições sociais, define possibilidades de autonomia e condiciona o acesso a recursos, tempo e participação pública (Biroli, 2015; Tronto, 1993).

A incorporação do autocuidado à gramática dos direitos humanos permite enfrentar essa invisibilização, desde que não seja reduzida a uma técnica de recomposição da força de cuidado. Em outros termos, o problema não está apenas em reconhecer que quem cuida também precisa cuidar de si. A questão fundamental está em saber se esse reconhecimento protege a pessoa cuidadora como sujeito de direitos próprios ou se apenas preserva sua capacidade de continuar disponível às necessidades alheias. A distinção importa porque, sem uma leitura emancipatória, o autocuidado pode ser absorvido pela mesma lógica que historicamente instrumentalizou mulheres cuidadoras no interior das famílias.

Diante desse cenário, o artigo enfrenta o seguinte problema: em que medida a compreensão do autocuidado na OC-31/25 da Corte Interamericana de Direitos Humanos permite proteger as pessoas cuidadoras não remuneradas como titulares de direitos próprios, e não apenas como agentes funcionais da provisão de cuidado a terceiros?

A hipótese sustentada é a de que a OC-31/25 representa avanço relevante ao reconhecer o autocuidado como dimensão do direito humano ao cuidado, mas deixa em aberto uma tensão dogmática. De um lado, o autocuidado pode ser interpretado de modo funcional, como condição para preservar a capacidade da pessoa cuidadora de continuar prestando cuidado. De outro, pode ser compreendido de modo emancipatório, como direito próprio da pessoa cuidadora à preservação de sua saúde física e mental, de seu tempo, de seu descanso, de sua autonomia e de sua participação social. Sustenta-se que, para proteger adequadamente as pessoas cuidadoras não remuneradas, deve prevalecer a segunda leitura, por ser mais compatível com a dignidade humana, a igualdade de gênero, a autonomia pessoal e a lógica dos direitos humanos.

O objetivo geral do artigo é analisar a tensão entre uma concepção funcional e uma concepção emancipatória do autocuidado na OC-31/25 da Corte Interamericana de Direitos Humanos, com atenção à proteção das pessoas cuidadoras não remuneradas como titulares de direitos próprios. Como objetivos específicos, busca-se: (i) reconstruir a relação entre cuidado não remunerado, pobreza de tempo e autonomia comprometida; (ii) examinar o reconhecimento do autocuidado como dimensão do direito humano ao cuidado na OC-31/25; (iii) distinguir a leitura funcional da leitura emancipatória do autocuidado; e (iv) problematizar os riscos de sua compreensão como simples instrumento de manutenção da capacidade de cuidar.

A relevância da pesquisa situa-se em três planos. No plano teórico, o artigo contribui para a densificação dogmática do autocuidado como categoria jurídica ainda em construção no Sistema Interamericano de Direitos Humanos. No plano normativo, examina as consequências interpretativas da OC-31/25 para a proteção de pessoas cuidadoras não remuneradas, grupo historicamente invisibilizado pela organização social do cuidado. No plano político-institucional, a pesquisa oferece distinção analítica útil para avaliar políticas públicas de cuidado: se elas protegem quem cuida como sujeito de direitos ou se apenas reforçam sua disponibilidade permanente para cuidar de terceiros.

A metodologia adotada é qualitativa, de natureza bibliográfica e documental, com abordagem jurídico-teórica e análise crítica de normas, documentos institucionais e referências doutrinárias pertinentes. A pesquisa toma como eixo a OC-31/25 da Corte Interamericana de Direitos Humanos, em diálogo com contribuições da teoria feminista do cuidado, da crítica à divisão sexual do trabalho, do Direito Internacional dos Direitos Humanos e da literatura sobre autonomia, dependência, vulnerabilidade e pobreza de tempo. O procedimento analítico consiste na interpretação sistemática da categoria do autocuidado, com especial atenção à

distinção entre sua leitura funcional e sua leitura emancipatória no contexto da proteção das pessoas cuidadoras não remuneradas.

O artigo organiza-se em três seções. A primeira examina a relação entre cuidado não remunerado, pobreza de tempo e autonomia comprometida, demonstrando como a naturalização do cuidado como responsabilidade feminina restringe a vida, o corpo, o tempo e a participação social de quem cuida. A segunda analisa o reconhecimento do autocuidado na OC-31/25, destacando sua importância para a construção do direito humano ao cuidado e a ambiguidade dogmática que ainda marca seu conteúdo. A terceira desenvolve a distinção entre a concepção funcional e a concepção emancipatória do autocuidado, sustentando que apenas esta última reconhece as pessoas cuidadoras não remuneradas como titulares de direitos próprios e permite enfrentar sua histórica instrumentalização nas relações de cuidado.

1. CUIDADO NÃO REMUNERADO, POBREZA DE TEMPO E AUTONOMIA COMPROMETIDA

O cuidado constitui dimensão ordinária e indispensável da vida humana. Todas as pessoas, em diferentes momentos e intensidades, dependem de cuidado para viver, desenvolver-se, enfrentar situações de vulnerabilidade, recuperar a saúde ou sustentar vínculos cotidianos. A infância, a velhice, a deficiência, a doença e outras condições de dependência tornam essa realidade mais evidente, mas não a esgotam. A interdependência é elemento constitutivo da vida social, embora tenha sido sistematicamente ocultada por concepções de sujeito autônomo que pressupõem indivíduos disponíveis para o trabalho, a participação pública e a realização pessoal sem considerar as redes materiais e afetivas que tornam essa disponibilidade possível (Biroli, 2015; Tronto, 1993).

A invisibilização do cuidado decorre, em grande medida, de sua localização histórica no espaço doméstico e familiar. Ao ser associado ao amor, à maternidade, à vocação feminina ou à solidariedade privada, o cuidado foi afastado da linguagem do trabalho, da justiça e dos direitos, em processo atravessado pela divisão sexual do trabalho e pela desvalorização histórica do trabalho reprodutivo (Hirata; Kergoat, 2007; Federici, 2017; Fraser, 2016). Essa operação produziu dupla consequência. De um lado, permitiu que atividades indispensáveis à reprodução cotidiana da vida fossem desvalorizadas econômica e socialmente. De outro, concentrou sobre as mulheres a responsabilidade por tarefas que sustentam a vida familiar, a força de trabalho, a sociedade e a economia, embora permaneçam frequentemente não remuneradas, não

reconhecidas e não redistribuídas, apesar de constituírem condição de possibilidade da reprodução social (Federici, 2017; Fraser, 2016).

A crítica feminista do cuidado permitiu desnaturalizar essa organização. Pautassi observa que o cuidado deve ser compreendido a partir de um “enfoque de direitos”, e não como mera necessidade social ou resposta assistencial. Essa formulação desloca o lugar jurídico do problema: se o cuidado é direito, não pode permanecer dependente da disponibilidade privada das famílias ou da disposição moral das mulheres. A passagem do cuidado à linguagem dos direitos implica reconhecer titulares, deveres, responsabilidades, critérios de igualdade, mecanismos de implementação e formas de controle (Pautassi, 2007; Pautassi, 2018).

Esse deslocamento é relevante porque a naturalização do cuidado como obrigação feminina não apenas distribui tarefas de forma desigual; ela organiza o tempo social de modo assimétrico. A pessoa que cuida sem remuneração frequentemente dispõe de menos tempo para trabalho remunerado, formação educacional, descanso, lazer, participação política, convivência social e cuidado de si, o que revela a persistência da divisão sexual do trabalho e sua articulação com desigualdades de gênero, raça e classe (Biroli, 2015; Hirata, 2014). Nesse sentido, a pobreza de tempo (Vickery, 1977) não deve ser compreendida como problema individual de organização da rotina, mas como expressão de uma estrutura social que transfere a determinados sujeitos, sobretudo mulheres, o custo invisível da reprodução cotidiana da vida.

Biroli demonstra que as relações de cuidado são determinantes para as possibilidades de acesso a recursos e participação política. A análise democrática torna-se restrita quando ignora que tempo, redes de contato e disponibilidade subjetiva para participar da vida pública são produzidos também no cotidiano das relações domésticas e familiares. Em seus padrões privatizados e mercantilizados, o cuidado contribui para a reprodução de desigualdades e injustiças, pois define quem terá tempo socialmente disponível e quem permanecerá absorvido pela sustentação silenciosa da vida alheia (Biroli, 2015).

Essa leitura permite compreender a pobreza de tempo como restrição concreta de autonomia. A autonomia não se realiza apenas pela titularidade formal de direitos, mas pelas condições materiais que permitem escolher, circular, descansar, estudar, trabalhar, participar e projetar a própria vida. A pessoa cuidadora não remunerada pode ser juridicamente livre e, ao mesmo tempo, estar materialmente capturada por uma rotina de disponibilidade permanente. A ausência de apoio público, a insuficiência de serviços, a baixa corresponsabilização masculina e a expectativa social de que mulheres permaneçam disponíveis para cuidar limitam a autodeterminação de quem cuida.

A ética do cuidado recebeu formulação seminal em Gilligan, ao questionar teorias tradicionais do desenvolvimento moral que tomavam experiências masculinas como parâmetro universal e ao evidenciar uma voz moral estruturada pela atenção às relações, às responsabilidades e à não violência (Gilligan, 1982). Todavia, para os fins deste artigo, é necessário avançar de uma ética relacional do cuidado para uma compreensão política do cuidado, capaz de enfrentar sua distribuição desigual e sua vinculação histórica às mulheres. Nesse ponto, Tronto oferece o deslocamento teórico necessário: ao afirmar que o cuidado deve ocupar lugar central na teoria política, a autora desloca o debate da moral privada para a organização social do poder (Tronto, 1993).

Essa crítica é fundamental para evitar que o cuidado seja romantizado. Cuidar pode envolver afeto, vínculo, responsabilidade e reconhecimento, mas também pode significar sobrecarga, renúncia, exaustão, isolamento e perda de oportunidades. A linguagem do amor familiar, quando mobilizada de forma acrítica, tende a ocultar as assimetrias de poder que estruturam o cuidado não remunerado. O problema, portanto, não é negar a dimensão relacional do cuidado, mas impedir que ela sirva para justificar a absorção integral da vida da pessoa cuidadora pela necessidade de terceiros.

A partir desse enquadramento, o autocuidado adquire relevância jurídica própria. Se o cuidado não remunerado restringe tempo, descanso, saúde, autonomia e participação social, o autocuidado não pode ser reduzido a recomendação individual de bem-estar. Não se trata de aconselhar a pessoa cuidadora a organizar melhor sua rotina ou reservar momentos para si, como se o problema decorresse de escolha pessoal. O autocuidado, em perspectiva de direitos humanos, exige condições sociais e institucionais que permitam à pessoa cuidadora deixar de estar permanentemente disponível para o cuidado alheio.

A formulação latino-americana do direito ao cuidado, desenvolvida por Pautassi, antecipa esse deslocamento ao afirmar que o cuidado compreende o direito de cuidar, de ser cuidado e de cuidar de si. A inclusão do autocuidado nessa tríplice dimensão impede que a pessoa cuidadora seja concebida apenas como instrumento de proteção de terceiros. Ao contrário, ela própria passa a ser titular de uma pretensão jurídica à preservação de sua integridade, de seu tempo, de sua autonomia e de sua dignidade (Pautassi, 2018; Pautassi, 2023).

Esse ponto assume especial importância para a proteção das pessoas cuidadoras não remuneradas. Enquanto o direito de ser cuidado focaliza a pessoa que recebe apoio e o direito de cuidar focaliza as condições de exercício da atividade de cuidado, o autocuidado desloca o

olhar para a vida própria de quem cuida. Ele permite perguntar se a pessoa cuidadora tem condições reais de descansar, cuidar da saúde, participar da vida social, manter vínculos, estudar, trabalhar, exercer lazer e construir projeto de vida não inteiramente subordinado às necessidades de terceiros.

A Lei nº 15.069/2024, ao instituir a Política Nacional de Cuidados no Brasil, incorpora essa mesma arquitetura ao afirmar que o direito ao cuidado compreende o direito a ser cuidado, a cuidar e ao autocuidado. Em diálogo com o Marco Conceitual da Política Nacional de Cuidados, a lei reconhece o cuidado como trabalho indispensável à sustentação e à reprodução da vida humana, da sociedade e da economia, além de prever como objetivo o reconhecimento, a redução e a redistribuição do trabalho não remunerado do cuidado, realizado primordialmente pelas mulheres (Brasil, 2024a; Brasil, 2024b).

Permanece, contudo, a questão central sobre o modo como o autocuidado será compreendido. Se for tratado apenas como mecanismo para preservar a saúde mínima da pessoa cuidadora e evitar o colapso da rede familiar de cuidado, sua função continuará sendo instrumental. Nessa leitura, quem cuida recebe proteção apenas porque precisa continuar cuidando. Por outro lado, se o autocuidado for compreendido como dimensão do direito humano ao cuidado, sua função será emancipatória: proteger a pessoa cuidadora como sujeito de tempo, corpo, saúde, descanso, autonomia, participação social e projeto de vida próprio.

Essa distinção prepara o exame da OC-31/25. O reconhecimento majoritário fornece a base normativa segundo a qual o autocuidado envolve tempo, espaço, recursos, autonomia, vida digna e deveres estatais progressivos. Entretanto, a potência transformadora desse reconhecimento dependerá da interpretação atribuída ao autocuidado. A seção seguinte examina precisamente esse ponto, analisando como a OC-31/25 incorpora o autocuidado à estrutura do direito humano ao cuidado e quais ambiguidades dogmáticas permanecem abertas em sua formulação.

2. O AUTOCUIDADO NA OC-31/25 E SUA AMBIGUIDADE DOGMÁTICA

A Opinião Consultiva nº 31/25 da Corte Interamericana de Direitos Humanos consolida, no Sistema Interamericano, uma formulação jurídica do cuidado como direito humano autônomo. A consulta apresentada pela Argentina já partia da premissa de que o cuidado deveria ser compreendido simultaneamente como necessidade, trabalho e direito, abrangendo três dimensões essenciais: oferecer cuidados, receber cuidados e exercer

autocuidado (Corte IDH, 2025). Essa tríplice formulação possui relevância dogmática porque impede que o cuidado seja reduzido à prestação dirigida às pessoas em situação de dependência. Ao incluir o direito de cuidar e o direito ao autocuidado, a arquitetura interamericana desloca também a pessoa cuidadora para o campo da proteção jurídica.

A Corte reconhece que a desigual distribuição dos trabalhos de cuidado antecede e explica diferenças de gênero no gozo de direitos humanos. O pedido consultivo registra que o papel social tradicional das mulheres como provedoras de cuidados e responsáveis pelo trabalho doméstico limitou sua entrada no mercado formal, restringiu sua autonomia econômica e reduziu o tempo disponível para lazer, educação, participação política e autocuidado (Corte IDH, 2025). Essa formulação aproxima a OC-31/25 da crítica feminista do cuidado, pois reconhece que a desigualdade não se manifesta apenas na ausência de renda, mas também na captura do tempo, do corpo e da disponibilidade subjetiva de quem cuida.

A posição majoritária da Corte opera em dois movimentos. O primeiro consiste em reconhecer o cuidado como direito humano autônomo, articulado a diversos direitos previstos na Convenção Americana e em instrumentos interamericanos, como vida, integridade pessoal, saúde, família, infância, liberdade, honra, dignidade, igualdade, trabalho e seguridade social (Corte IDH, 2025). O segundo consiste em densificar esse direito por meio de obrigações estatais associadas à igualdade e não discriminação, ao trabalho, à seguridade social, à saúde e à educação, inclusive em relação às pessoas que realizam trabalho de cuidado não remunerado.

Nesse contexto, o autocuidado aparece como uma das dimensões constitutivas do direito ao cuidado. A formulação mais expressiva da posição majoritária encontra-se no parágrafo 118, no qual a Corte associa autocuidado a bem-estar integral, necessidades físicas, mentais, emocionais, espirituais e culturais, bem como à disponibilidade de tempo, espaço e recursos. Segundo a Corte:

O direito ao autocuidado implica o direito de quem cuida e de quem é cuidado de buscar seu próprio bem-estar e de atender às suas necessidades físicas, mentais, emocionais, espirituais e culturais. Essa dimensão reconhece a importância de que as pessoas tenham tempo, espaço e recursos para cuidar de si mesmas, exercer sua autonomia e levar uma vida digna. Por esse motivo, o Estado deve adotar, de acordo com sua obrigação de desenvolvimento progressivo, medidas que lhes permitam ter condições de realizar ações de autocuidado de forma autônoma em benefício de seu aprimoramento físico, espiritual, mental e cultural. Essas ações devem levar em consideração os obstáculos que as pessoas pertencentes a grupos historicamente discriminados têm enfrentado na prestação e no recebimento de cuidados. Em particular, os Estados devem adotar medidas especialmente destinadas a garantir que as mulheres cuidadoras e as pessoas idosas contem com as condições necessárias para realizar ações de autocuidado, de acordo com os princípios de corresponsabilidade social e familiar. (Corte IDH, 2025, par. 118)

A passagem é especialmente expressiva porque impede reduzir o autocuidado a prática privada de bem-estar ou a recomendação individual de organização da vida. Ao falar em tempo, espaço, recursos, autonomia e vida digna, a Corte situa o autocuidado no campo das condições materiais de exercício dos direitos humanos. Para pessoas cuidadoras não remuneradas, tal formulação possui especial relevância: cuidar de si não é apenas desejar descanso, saúde ou tempo próprio, mas dispor de condições sociais e institucionais que permitam interromper a disponibilidade permanente para o cuidado alheio.

Apesar desse avanço, a posição majoritária conserva uma moldura predominantemente relacional. O autocuidado é definido como direito “de quem cuida e de quem é cuidado”, isto é, permanece formulado no interior das relações concretas de cuidado (Corte IDH, 2025, par. 118). Essa delimitação não esvazia sua importância, mas abre uma tensão dogmática: o autocuidado seria uma dimensão do direito ao cuidado apenas para sujeitos vinculados a uma relação de cuidado, ou uma expressão mais ampla da autonomia pessoal e da dignidade de toda pessoa?

Essa questão é enfrentada de modo mais explícito no voto individual do juiz Eduardo Ferrer Mac-Gregor. Seu voto reconhece a importância da OC-31/25, mas chama atenção para a necessidade de ampliar a compreensão do autocuidado. Para ele, limitar essa dimensão a quem exerce tarefas de cuidado ou a quem se encontra em situação de dependência pode contrariar a própria premissa de universalidade do cuidado como necessidade humana e condição indispensável para a vida digna (Ferrer Mac-Gregor, 2025).

O trecho central do voto individual é especialmente relevante para o presente artigo, pois identifica o risco de uma compreensão utilitária do autocuidado:

Embora a presente OC-31 reconheça o autocuidado como uma dimensão ou conteúdo do direito ao cuidado, sua conceituação parece limitada exclusivamente àqueles que exercem tarefas de cuidado ou se encontram em situação de dependência. Essa restrição parece contradizer a própria premissa de que o cuidado constitui uma necessidade humana universal e uma condição indispensável para uma vida digna. A partir dessa perspectiva, a dimensão do direito ao autocuidado não deveria depender de uma relação prévia de dependência ou de função de cuidado, mas sim ser projetada como uma expressão inerente da autonomia pessoal e do direito ao desenvolvimento integral de toda pessoa, em qualquer etapa de sua vida.

O autocuidado não é apenas uma condição para sustentar as relações de cuidado existentes, mas representa, em si mesmo, parte essencial do direito fundamental de preservar o bem-estar físico, mental, emocional e espiritual, independentemente de a pessoa cuidar ou ser cuidada. Limitar sua titularidade impede o reconhecimento de que todas as pessoas precisam, em algum grau e momento, buscar condições para seu bem-estar, o que é essencial para sua agência, autonomia e plena participação na vida comunitária. Essa visão limitada corre o risco de reproduzir uma visão utilitária do autocuidado, com o objetivo de tornar mais eficientes as relações de cuidado, em vez de compreendê-lo como um fim em si mesmo. (Ferrer Mac-Gregor, 2025, pars. 77-78)

A divergência não deve ser lida como oposição absoluta entre maioria e voto individual. A posição majoritária reconhece o autocuidado como dimensão do direito humano ao cuidado e impõe ao Estado deveres progressivos voltados à criação de condições para seu exercício. O voto de Ferrer Mac-Gregor, por sua vez, tensiona o alcance dessa dimensão e propõe sua universalização como expressão da autonomia pessoal e do desenvolvimento integral. A diferença está no centro de gravidade da proteção: enquanto a maioria formula o autocuidado no interior da relação entre quem cuida e quem é cuidado, o voto individual o projeta como direito de toda pessoa à preservação de seu próprio bem-estar.

Essa tensão é particularmente fecunda para pensar as pessoas cuidadoras não remuneradas. O problema não consiste em negar que elas estejam inseridas em relações concretas de cuidado; ao contrário, é precisamente essa inserção que torna sua proteção urgente. O ponto é evitar que sua titularidade ao autocuidado seja compreendida apenas como mecanismo para preservar a continuidade da função que desempenham. Quando o autocuidado é justificado somente porque permite que a pessoa cuidadora continue cuidando, sua proteção permanece condicionada à utilidade que desempenha na manutenção da rede de cuidado. Seu tempo, sua saúde e seu descanso são reconhecidos não por sua dignidade própria, mas por sua contribuição à proteção de terceiros.

A leitura emancipatória proposta neste artigo parte da formulação majoritária da OC-31/25, mas incorpora a advertência do voto individual. O autocuidado das pessoas cuidadoras não remuneradas deve ser protegido porque essas pessoas são titulares de direitos próprios, e não apenas porque sua exaustão comprometeria o cuidado de terceiros. Essa distinção é dogmaticamente relevante. A primeira leitura preserva a pessoa cuidadora como meio; a segunda a reconhece como fim. A primeira pode aliviar a sobrecarga sem questionar sua distribuição; a segunda exige enfrentar as condições sociais que transformaram determinadas pessoas, sobretudo mulheres, em sujeitos permanentemente disponíveis para cuidar.

Essa compreensão dialoga diretamente com Pautassi, para quem o cuidado como direito exige abandonar a lógica da assistência e da disponibilidade familiar, convertendo necessidades historicamente privatizadas em obrigações públicas e sociais (Pautassi, 2007; Pautassi, 2018). Também se aproxima de Biroli, ao evidenciar que a organização do cuidado determina o acesso ao tempo, aos recursos e à participação democrática (Biroli, 2015). Por fim, encontra ressonância em Tronto, para quem o cuidado deve ser pensado politicamente, a partir da distribuição desigual de responsabilidades e da pergunta sobre quem cuida de quem, em quais condições e com quais custos (Tronto, 1993).

A ambiguidade dogmática da OC-31/25, portanto, não fragiliza o direito ao autocuidado. Ao contrário, abre espaço para sua densificação interpretativa. O reconhecimento interamericano fornece a base normativa segundo a qual o autocuidado envolve tempo, espaço, recursos, autonomia, vida digna e deveres estatais progressivos. O voto individual, por sua vez, formula a advertência crítica de que essa dimensão não pode ser reduzida a instrumento de eficiência das relações de cuidado. A partir dessa leitura conjunta, torna-se possível distinguir duas concepções de autocuidado: uma funcional, centrada na preservação da capacidade de cuidar, e outra emancipatória, centrada na proteção da pessoa cuidadora como titular de dignidade, autonomia, saúde, descanso e participação social.

Essa distinção será desenvolvida na seção seguinte. Sua finalidade não é apenas classificar interpretações possíveis da OC-31/25, mas demonstrar que a proteção das pessoas cuidadoras não remuneradas depende de uma leitura que impeça sua absorção integral pela necessidade alheia. O autocuidado, em chave de direitos humanos, não pode ser concebido como intervalo funcional entre jornadas de cuidado. Deve ser compreendido como dimensão do direito ao cuidado que afirma a existência própria de quem cuida.

3. AUTOCUIDADO COMO DIREITO PRÓPRIO E A CRÍTICA À INSTRUMENTALIZAÇÃO DA PESSOA CUIDADORA

A leitura conjunta da posição majoritária da OC-31/25 e do voto individual de Ferrer Mac-Gregor permite formular uma distinção dogmática relevante para a proteção das pessoas cuidadoras não remuneradas: o autocuidado pode ser compreendido em chave *funcional* ou em chave *emancipatória*. Essa distinção não é meramente terminológica. Ela define se a pessoa cuidadora será protegida como sujeito de direitos próprios ou apenas como condição de continuidade da prestação de cuidado a terceiros.

A leitura funcional compreende o autocuidado como instrumento de preservação da capacidade de cuidar. Nessa perspectiva, descanso, saúde, tempo próprio e apoio emocional aparecem como medidas relevantes porque evitam o esgotamento da pessoa cuidadora e asseguram a continuidade da rede familiar ou comunitária de cuidado. O limite dessa concepção está em condicionar a proteção de quem cuida à utilidade que essa pessoa desempenha para terceiros. Assim, o centro da preocupação não é propriamente sua autonomia, mas a manutenção da relação de cuidado.

O problema dessa interpretação está em sua proximidade com a lógica histórica que naturalizou a disponibilidade permanente das mulheres para cuidar. Se a pessoa cuidadora recebe proteção apenas para seguir cuidando, sua posição social não é substancialmente deslocada. O discurso jurídico apenas substitui a antiga exigência moral de dedicação familiar por uma linguagem contemporânea de apoio ao cuidado, sem romper com a instrumentalização de quem cuida. O autocuidado, nesse caso, converte-se em intervalo de recomposição entre jornadas de cuidado, e não em expressão de liberdade, dignidade e projeto de vida próprio.

A crítica feminista do cuidado ajuda a compreender esse risco. Tronto demonstra que o cuidado deve ser pensado como questão política, atravessada por relações de poder, e não como disposição moral privada. A pergunta sobre quem cuida, em quais condições e com quais custos permite revelar a distribuição desigual das responsabilidades de cuidado e sua relação com gênero, raça e classe (Tronto, 1993). Se o autocuidado for interpretado apenas como técnica de sustentação dessas relações, ele poderá estabilizar justamente a distribuição desigual que deveria enfrentar.

Biroli, por sua vez, permite compreender que o cuidado privatizado compromete as condições de participação democrática. A disponibilidade para a vida pública, para o trabalho remunerado, para a formação educacional e para a construção de redes sociais depende da distribuição concreta do tempo e dos encargos cotidianos. Quando o cuidado absorve de forma desproporcional a vida de determinados sujeitos, sobretudo mulheres, a igualdade formal de direitos convive com restrições materiais profundas à autonomia e à participação (Biroli, 2015). Por isso, o autocuidado não pode ser concebido apenas como descanso mínimo para continuar exercendo uma função familiar. Deve ser compreendido como condição de acesso a uma vida não inteiramente subordinada à necessidade alheia.

A leitura emancipatória parte de premissa diversa. Nela, o autocuidado é compreendido como direito próprio da pessoa cuidadora à preservação de sua integridade, de sua saúde física e mental, de seu tempo, de seu descanso, de sua autonomia e de sua participação social. A pessoa cuidadora não é protegida porque sua exaustão comprometeria o bem-estar de terceiros, mas porque é sujeito de dignidade. Essa leitura desloca o cuidado da gramática da disponibilidade para a gramática dos direitos.

A contribuição de Pautassi é central para esse deslocamento. Ao formular o cuidado a partir de um enfoque de direitos, a autora sustenta que sua juridificação exige passar da indeterminação moral ou assistencial para a identificação de obrigações, garantias e responsabilidades concretas. O cuidado como direito não se limita a reconhecer necessidades;

ele transforma essas necessidades em pretensões juridicamente relevantes e em deveres compartilhados entre Estado, famílias, mercado e comunidade (Pautassi, 2007; Pautassi, 2018; Pautassi, 2023). Nesse percurso, o autocuidado ocupa posição especialmente sensível, porque torna visível a pessoa cuidadora como titular de tempo e vida próprios. A distinção pode ser sistematizada no seguinte quadro:

Quadro 1 — Duas leituras possíveis do autocuidado das pessoas cuidadoras não remuneradas

Critério	Leitura <i>funcional</i> do autocuidado	Leitura <i>emancipatória</i> do autocuidado
Pergunta central	Como preservar quem cuida para que continue cuidando?	Como proteger quem cuida como titular de direitos próprios?
Pessoa cuidadora	Suporte da vida de terceiros.	Sujeito de dignidade, autonomia e projeto de vida.
Tempo	Recomposição da capacidade de cuidar.	Tempo próprio para descanso, participação, formação, lazer e vida pessoal.
Saúde	Condição para evitar o colapso da prestação de cuidado.	Direito à integridade física, mental e emocional de quem cuida.
Descanso	Pausa instrumental para continuidade da função de cuidar.	Direito à interrupção da disponibilidade permanente.
Família	Reforça a centralidade da família como espaço natural de cuidado.	Questiona a privatização familiar do cuidado e exige corresponsabilidade.
Risco jurídico-político	Reproduzir a instrumentalização histórica das mulheres cuidadoras.	Deslocar quem cuida da posição de meio para a posição de sujeito.
Compatibilidade com a OC-31/25	Parcial e insuficiente, pois reconhece o autocuidado, mas pode subordiná-lo à continuidade das relações de cuidado.	Mais adequada à ideia de tempo, espaço, recursos, autonomia e vida digna.

Fonte: elaboração própria, com base na OC-31/25, do voto individual de Ferrer Mac-Gregor e do referencial teórico feminista sobre cuidado, reprodução social, divisão sexual do trabalho e pobreza de tempo.

A primeira leitura não deve ser descartada por completo, pois ela identifica um problema real: a sobrecarga de cuidado adoece, esgota e compromete a continuidade da vida familiar e comunitária. A insuficiência dessa leitura está em parar nesse ponto. O fato de a exaustão da pessoa cuidadora afetar terceiros não pode ser o fundamento principal de sua proteção. Em perspectiva de direitos humanos, a pessoa cuidadora não remunerada não deve ser protegida apenas porque é necessária aos outros, mas porque sua própria vida importa.

Essa diferença altera o conteúdo normativo do autocuidado. Na leitura funcional, políticas e medidas de apoio tendem a ser avaliadas por sua capacidade de manter a rede de cuidado em funcionamento. Podem bastar ações de orientação, capacitação, suporte psicológico episódico ou descanso pontual, desde que preservem minimamente a capacidade da pessoa cuidadora. Na leitura emancipatória, tais medidas podem ser necessárias, mas são insuficientes se não vierem acompanhadas de redistribuição efetiva de responsabilidades, redução da

sobrecarga, acesso a serviços, proteção da saúde, tempo próprio, participação social e reconhecimento da pessoa cuidadora como sujeito autônomo.

O cuidado familiar não remunerado costuma ser apresentado como expressão de amor, obrigação moral ou destino feminino. Essa linguagem dificulta a percepção de que há trabalho, renúncia, tempo consumido e oportunidades perdidas. Quando o autocuidado é incorporado sem crítica, corre-se o risco de apenas recomendar à pessoa cuidadora que cuide melhor de si dentro da mesma estrutura que a sobrecarrega. A perspectiva emancipatória, ao contrário, desloca a pergunta para as condições sociais do cuidado: quem assume o cuidado quando a cuidadora descansa, estuda, trabalha, participa politicamente, adoece?

A OC-31/25 oferece base normativa para essa leitura mais exigente. A posição majoritária associa autocuidado a tempo, espaço, recursos, autonomia e vida digna (Corte IDH, 2025, par. 118). O voto de Ferrer Mac-Gregor, ao advertir contra uma visão utilitária, reforça que o autocuidado deve ser compreendido como fim em si mesmo, e não como instrumento de eficiência das relações de cuidado (Ferrer Mac-Gregor, 2025, pars. 77-78). A articulação entre esses dois momentos permite interpretar o autocuidado das pessoas cuidadoras não remuneradas como direito que impede sua absorção integral pela função de cuidar.

Essa interpretação também é mais coerente com o princípio da igualdade e da não discriminação. Se a sobrecarga de cuidado recai historicamente sobre mulheres, especialmente em contextos marcados por desigualdades de raça, classe, território, idade e deficiência, uma concepção meramente funcional do autocuidado tende a reproduzir desigualdades sob aparência de proteção. Ela melhora as condições de permanência da pessoa cuidadora na função que lhe foi socialmente atribuída, mas não necessariamente redistribui tempo, responsabilidades e oportunidades. A leitura emancipatória, por sua vez, exige enfrentar a estrutura que torna algumas pessoas socialmente disponíveis para cuidar e outras socialmente autorizadas a não cuidar.

Por isso, a proteção ao autocuidado deve ser compreendida como dimensão de desprivatização do cuidado. Desprivatizar não significa negar a importância dos vínculos familiares ou comunitários, mas impedir que tais vínculos sirvam como justificativa para a transferência silenciosa de custos sociais às mulheres e às famílias. O direito ao autocuidado exige que o cuidado deixe de ser organizado pela disponibilidade presumida de determinadas pessoas e passe a ser estruturado por corresponsabilidade, redistribuição e reconhecimento da interdependência em chave democrática.

Essa leitura permite evitar dois reducionismos. O primeiro consiste em transformar o autocuidado em prescrição individual de bem-estar, como se a pessoa cuidadora pudesse resolver sua sobrecarga por escolhas pessoais de rotina, disciplina emocional ou gestão do tempo. O segundo consiste em reduzi-lo a instrumento de política pública voltado à eficiência da rede de cuidado. Em ambos os casos, o autocuidado perde sua densidade de direito humano. Contra essas reduções, a leitura emancipatória o compreende como pretensão a condições materiais e relacionais que permitam à pessoa cuidadora não ser inteiramente capturada pela necessidade alheia.

A Lei nº 15.069/2024 evidencia a relevância doméstica dessa discussão ao afirmar que o direito ao cuidado compreende o direito a ser cuidado, a cuidar e ao autocuidado, além de prever o reconhecimento, a redução e a redistribuição do trabalho não remunerado do cuidado, realizado primordialmente pelas mulheres (Brasil, 2024a). Embora a análise da política brasileira ultrapasse o objeto específico deste artigo, a positivação nacional reforça a necessidade de interpretar o autocuidado de modo compatível com a OC-31/25. Se o autocuidado for absorvido por uma leitura funcional, sua incorporação normativa poderá conviver com a permanência da disponibilidade feminina para cuidar. Se for compreendido em chave emancipatória, poderá operar como critério crítico para avaliar se políticas de cuidado realmente protegem quem cuida como sujeito de direitos próprios.

Em síntese, a distinção entre instrumentalização e emancipação permite densificar o alcance do autocuidado na proteção das pessoas cuidadoras não remuneradas. A pessoa que cuida não pode ser juridicamente percebida apenas a partir da necessidade de quem recebe cuidado. Sua saúde, seu tempo, seu descanso, sua autonomia e sua participação social não são acessórios da relação de cuidado, mas dimensões de sua própria dignidade. Assim, a leitura emancipatória do autocuidado é a mais adequada ao sentido transformador do direito humano ao cuidado: deslocar quem cuida da posição de meio silencioso da reprodução social para a condição de sujeito de direitos.

4. CONCLUSÃO

O reconhecimento do cuidado como direito humano autônomo pela OC-31/25 da Corte Interamericana de Direitos Humanos constitui avanço relevante na juridificação de uma dimensão historicamente privatizada, familiarizada e feminizada da vida social. Ao afirmar que o direito ao cuidado compreende o direito de cuidar, o direito de ser cuidado e o direito ao

autocuidado, a Corte insere no campo das obrigações internacionais de direitos humanos uma atividade indispensável à sustentação da vida, mas tradicionalmente invisibilizada como trabalho e como problema de justiça.

O artigo buscou examinar, nesse contexto, em que medida a compreensão do autocuidado na OC-31/25 permite proteger as pessoas cuidadoras não remuneradas como titulares de direitos próprios, e não apenas como agentes funcionais da provisão de cuidado a terceiros. Para tanto, partiu-se da premissa de que a organização social do cuidado não distribui apenas tarefas, mas também tempo, autonomia, oportunidades e possibilidades de participação social. Quando o cuidado não remunerado recai desproporcionalmente sobre mulheres, sobretudo em contextos atravessados por desigualdades de raça, classe, território, idade e deficiência, a titularidade formal de direitos convive com restrições concretas à vida pública, ao descanso, à saúde e ao projeto de vida.

A análise permitiu demonstrar que o autocuidado ocupa posição dogmaticamente sensível na arquitetura do direito humano ao cuidado. Na formulação majoritária da OC-31/25, ele é associado a tempo, espaço, recursos, autonomia, vida digna e deveres estatais progressivos (Corte IDH, 2025, par. 118). Essa compreensão impede reduzi-lo a prática individual de bem-estar e permite situá-lo no campo das condições materiais de exercício dos direitos humanos. Contudo, a posição majoritária formula o autocuidado predominantemente no interior da relação entre quem cuida e quem é cuidado, o que abre espaço para uma tensão interpretativa sobre seu alcance.

O voto individual de Ferrer Mac-Gregor explicita essa tensão ao advertir que o autocuidado não deve ser compreendido apenas como condição para sustentar relações de cuidado existentes, mas como dimensão inerente da autonomia pessoal, da agência e do desenvolvimento integral de toda pessoa. Sua crítica à visão utilitária do autocuidado permite evidenciar o risco de que essa categoria seja mobilizada apenas para tornar mais eficientes as relações de cuidado, em vez de ser reconhecida como fim em si mesma (Ferrer Mac-Gregor, 2025, pars. 77-78).

Com base nessa tensão, o artigo distinguiu duas leituras possíveis do autocuidado. A leitura *funcional* protege a pessoa cuidadora porque sua exaustão compromete a continuidade da rede de cuidado. Nessa chave, saúde, descanso e tempo próprio aparecem como meios de recomposição da capacidade de cuidar. Embora identifique um problema real, essa leitura permanece insuficiente, pois tende a preservar quem cuida em razão da utilidade de sua função. A leitura *emancipatória*, por sua vez, compreende o autocuidado como direito próprio da pessoa

cuidadora à integridade física e mental, ao descanso, ao tempo, à autonomia, à participação social e ao projeto de vida. Nessa perspectiva, quem cuida não é protegido porque deve continuar cuidando, mas porque é titular de dignidade própria.

Conclui-se, portanto, que a proteção das pessoas cuidadoras não remuneradas exige uma interpretação emancipatória do autocuidado. Essa leitura é mais compatível com a tradição latino-americana do cuidado como direito, com a crítica feminista à divisão sexual do trabalho, com a compreensão democrática do cuidado e com os parâmetros da OC-31/25. O autocuidado, assim compreendido, não é pausa funcional entre jornadas de cuidado, nem recomendação individual de bem-estar. É dimensão do direito humano ao cuidado que impede a absorção integral da pessoa cuidadora pela necessidade alheia.

Essa conclusão possui implicações relevantes para a interpretação de políticas públicas de cuidado, inclusive no contexto brasileiro. A Lei nº 15.069/2024, ao afirmar que o direito ao cuidado compreende o direito a ser cuidado, a cuidar e ao autocuidado, e ao prever o reconhecimento, a redução e a redistribuição do trabalho não remunerado do cuidado, realizado primordialmente por mulheres, deve ser lida à luz dessa chave emancipatória (Brasil, 2024a). Políticas de cuidado que mencionem o autocuidado, mas não enfrentem a disponibilidade permanente, a pobreza de tempo, a sobrecarga e a instrumentalização de quem cuida, correm o risco de reconhecer formalmente a pessoa cuidadora sem deslocá-la da posição de suporte silencioso da reprodução social.

A contribuição central do artigo reside em demonstrar que o alcance transformador do autocuidado depende da pergunta que orienta sua interpretação. Quando a pergunta se limita a como manter quem cuida em condições de continuar cuidando, o direito ao autocuidado é absorvido pela lógica funcional da provisão de cuidado. Quando a pergunta se volta a como proteger quem cuida como sujeito de direitos próprios, o autocuidado pode operar como categoria de desprivatização, redistribuição e reconhecimento.

REFERÊNCIAS

BIROLI, Flávia. Responsabilidades, cuidado e democracia. **Revista Brasileira de Ciência Política**, Brasília, n. 18, p. 81-117, set./dez. 2015. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0103-335220151804>.

BRASIL. **Lei nº 15.069, de 23 de dezembro de 2024**. Institui a Política Nacional de Cuidados. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 24 dez. 2024a.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome; Ministério das Mulheres. **Marco conceitual da Política Nacional de Cuidados do Brasil**. Brasília, DF: MDS; Ministério das Mulheres, 2024b.

CORTE IDH. **Parecer Consultivo OC-31/25, de 12 de junho de 2025**. O conteúdo e o alcance do direito ao cuidado e sua inter-relação com outros direitos. Solicitado pela República da Argentina. San José: Corte IDH, 2025.

FEDERICI, Silvia. **Calibã e a bruxa: mulheres, corpo e acumulação primitiva**. Tradução: Coletivo Sycorax. São Paulo: Elefante, 2017.

FERRER MAC-GREGOR POISOT, Eduardo. Voto individual do juiz Eduardo Ferrer Mac-Gregor Poisot. In: CORTE INTERAMERICANA DE DERECHOS HUMANOS. **Parecer Consultivo OC-31/25, de 12 de junho de 2025**. O conteúdo e o alcance do direito ao cuidado e sua inter-relação com outros direitos. Solicitado pela República da Argentina. San José: Corte IDH, 2025.

FRASER, Nancy. Contradictions of capital and care. **New Left Review**, London, n. 100, p. 99-117, July/Aug. 2016.

GILLIGAN, Carol. **In a different voice: psychological theory and women's development**. Cambridge: Harvard University Press, 1982.

HIRATA, Helena. Gênero, classe e raça: interseccionalidade e consubstancialidade das relações sociais. **Tempo Social**, São Paulo, v. 26, n. 1, p. 61-73, 2014.

HIRATA, Helena; KERGOAT, Danièle. Novas configurações da divisão sexual do trabalho. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, v. 37, n. 132, p. 595-609, set./dez. 2007.

PAUTASSI, Laura C. **El cuidado como cuestión social desde un enfoque de derechos**. Santiago de Chile: CEPAL, 2007. Série Mujer y Desarrollo, n. 87.

PAUTASSI, Laura. Do “boom” do cuidado ao exercício de direitos. **Sur: Revista Internacional de Direitos Humanos**, São Paulo, v. 13, n. 24, p. 35-42, 2016.

PAUTASSI, Laura C. El cuidado como derecho: un camino virtuoso, un desafío inmediato. **Revista de la Facultad de Derecho de México**, Ciudad de México, t. 68, n. 272, p. 717-742, set./dez. 2018.

PAUTASSI, Laura. **De la polisemia a la norma: el derecho humano al cuidado**. 1. ed. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Fundación Medifé Edita, 2023. Colección Horizontes del Cuidado, n. 8.

TRONTO, Joan C. **Moral boundaries: a political argument for an ethic of care**. New York: Routledge, 1993.

VICKERY, Clair. The time-poor: a new look at poverty. **The Journal of Human Resources**, Madison, v. 12, n. 1, p. 27-48, 1977.