

## **AS MULHERES E O TRABALHO DO CUIDADO: SOBRECARGA, AMOR OU UMA PROBLEMÁTICA INVISÍVEL?**

MUJERES Y TRABAJO DE CUIDADOS: ¿SOBRECARGA, AMOR O UN PROBLEMA INVISIBLE?

WOMEN CARE WORK: OVERLOAD, LOVE OR AN INVISIBLE PROBLEM?

### **GUEDES, RAQUEL DA SILVA**

Licenciada e Bacharel em História pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), doutoranda em História da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE).

E-mail: [raquel.silva.guedes@gmail.com](mailto:raquel.silva.guedes@gmail.com)

### **BEZERRA, SABRINA RAFAEL**

Graduação em História pela Universidade Estadual da Paraíba, graduação em Direito pela Universidade Estadual da Paraíba, Mestrado em História pela Universidade Federal da Paraíba e Doutoranda em História pelo PPGH/UFPE na área de História e Memória.

E-mail: [sabra.rb@gmail.com](mailto:sabra.rb@gmail.com)

### **SILVA, FÁBIO RONALDO DA**

Professor do curso de Jornalismo da Universidade do Estado da Bahia/DCH III - Juazeiro (BA). Pós-doutorando em História pelo PPGH/UFCG. Doutor em História pelo PPGH/UFPE. Mestre em História pelo PPGH/UFCG

E-mail: [fabiosilva@uneb.br](mailto:fabiosilva@uneb.br)

#### **RESUMO**

Frequentemente, mencionamos a sobrecarga de trabalho como a resultante da acumulação de serviços provenientes de um ou mais cargos profissionais exercidos simultaneamente, caracterizados por exigências e prazos excessivos. É sabido que essa configuração pode ocasionar problemas de saúde, como Burnout ou estafa, além de poder gerar litígios judiciais entre as partes envolvidas. Contudo, existe uma nuance do excesso de carga que é de conhecimento público, mas que carece de debate e políticas públicas eficazes no Brasil para mitigar o problema: a sobrecarga de trabalho das mulheres dentro e fora do lar. Isso acontece devido a uma construção cultural e política que atribui os cuidados maternos e domésticos/familiares como atividades de responsabilidade majoritariamente feminina. Essas atividades não possuem períodos de descanso nem férias, propiciam situações de abuso e não são adequadamente delimitadas nos projetos de lei, resultando em interrupções nas carreiras profissionais, desvalorização salarial, restrição de acesso a cargos e concursos, estresse, desemprego, falta de suporte financeiro e outras consequências. Surge, então, a indagação: como essas demandas foram se estabelecendo, qual é a sua alimentação, como estão sendo mantidas atualmente e quais são as implicações disso?

PALAVRAS-CHAVE: : Sobrecarga de mulheres; trabalhos de cuidado; invisibilidade; projetos político-sociais.

#### **RESUMEN**

Frequentemente, mencionamos la sobrecarga de trabajo como el resultado de la acumulación de servicios provenientes de uno o más cargos profesionales ejercidos simultáneamente, caracterizados por exigencias y plazos excesivos. Se sabe que esta configuración puede ocasionar problemas de salud, como el Burnout o agotamiento, además de poder generar litigios judiciales entre las partes involucradas. Sin embargo, existe una nuance del exceso de carga que es de conocimiento público, pero que carece de debate y políticas públicas efectivas en Brasil para mitigar el problema: la sobrecarga de trabajo de las mujeres dentro y fuera del hogar. Esto sucede debido a una construcción cultural y política que atribuye los cuidados maternos y domésticos/familiares como actividades de responsabilidad mayoritariamente femenina. Estas actividades no tienen períodos de descanso ni vacaciones, propician situaciones de abuso y no están adecuadamente delimitadas en los proyectos de ley, lo que resulta en interrupciones en las carreras profesionales, desvalorización salarial, restricción de acceso a cargos y concursos, estrés, desempleo, falta de apoyo financiero y otras consecuencias. Surge, entonces, la pregunta: ¿cómo se fueron estableciendo estas demandas, cuál es su alimentación, cómo se están manteniendo actualmente y cuáles son las implicaciones de esto?.

PALABRAS CLAVES: Sobrecarga de las mujeres; trabajo de cuidado; invisibilidad; proyectos político-sociales.

**ABSTRACT**

Often, we mention workload overload as the result of the accumulation of tasks from one or more professional positions held simultaneously, characterized by excessive demands and deadlines. It is known that this configuration can cause health problems, such as burnout or exhaustion, and may lead to legal disputes among the involved parties. However, there is a nuance of excess workload that is publicly known but lacks effective debate and public policies in Brazil to mitigate the problem: the workload overload of women both inside and outside the home. This occurs due to a cultural and political construct that attributes maternal and domestic/family care as predominantly female responsibilities. These activities have no periods of rest or holidays, foster situations of abuse, and are not adequately defined in legislation, resulting in interruptions in professional careers, salary devaluation, restricted access to positions and competitions, stress, unemployment, lack of financial support, and other consequences. The question then arises: how did these demands develop, what sustains them, how are they currently being maintained, and what are the implications of this?

**KEYWORDS:** Overload of women; care work; invisibility; political-social projects.



## Introdução: Uma história do trabalho doméstico

Refletir sobre a sobrecarga de trabalho em suas distintas nuances demanda compreender a origem do trabalho como atividade produtiva e sua incorporação no cotidiano humano como uma necessidade vinculada a questões econômicas, as quais foram e continuam sendo moldadas por desdobramentos políticos. Nesse contexto, o trabalho institucionalizado emerge como uma categoria central que está condicionada a forças produtivas específicas, adaptando-se a características distintas em cada momento histórico e contribuindo para a formação de uma concepção mental.

Iniciando nos modelos tradicionais, sob a influência dos pensamentos tayloristas e fordistas, foram desenvolvidas técnicas de organização e modernização que culminaram no acúmulo de capital, na hierarquização de funções e na consideração das necessidades físicas dos trabalhadores dentro das empresas. Posteriormente, transitou para o modelo japonês, que focou em equipamentos e monitoramento de baixo custo, antes de chegar aos modelos psicossociais. Estes últimos refletiram na estrutura social que permeia o mundo do trabalho e na percepção do trabalhador como membro de um grupo, dotado de criticidade em relação às atividades desempenhadas e necessidade de desenvolver habilidades para lidar com situações inesperadas.

Essas transformações conduziram à criação de modelos empresariais que precisavam aderir a relações sociais capazes de estabelecer um processo de confiança e cooperação para promover o crescimento (Dias, Lima & Reis, 2021).

Diante das evoluções de pensamentos e observações, tornou-se evidente a necessidade de examinar os processos de formação do subjetivo daqueles que trabalham e o ambiente social daqueles que desempenham funções laborais sob uma perspectiva pluridisciplinar. Essa abordagem busca concentrar-se na análise indivíduo-sociedade, observando os efeitos dos meios, as relações com os outros e as singularidades dos sujeitos. Quando essas questões são aplicadas ao mundo do trabalho, surgem reflexões sobre os desafios no campo político e social. Torna-se imperativo ponderar sobre a humanização e subjetivação das experiências limites, considerando a criatividade e a sublimação. Isso ocorre dentro do contexto do trabalho como instituição, que molda hábitos e relações, bem como no significado do trabalho e na cultura que o envolve (Lhuillier, 2014).

Essas definições nos proporcionam alguns parâmetros para reflexão. O primeiro deles diz respeito à maneira como o trabalho, embora seja uma atividade existente desde os primórdios, só foi concebido como uma atividade laboral após as revoluções industriais e o crescimento fabril. Isso implica que a organização logística que integra o campo do trabalho foi moldada pelo desenvolvimento capitalista, dividindo desde o início de forma silenciosa o que deveria ser reconhecido como trabalho remunerado e trabalho servil. Isso nos leva ao segundo ponto: a desconsideração das atividades domésticas realizadas pelas mulheres como trabalho reconhecido. Isso inclui as mulheres casadas nos moldes patriarcais, aquelas que trabalhavam fora e ainda gerenciavam os lares, bem como aquelas que viviam em regimes de escravidão ou semiescravidão.

Assim, percebe-se que a concepção do trabalho como uma atividade regulamentada já apresentava claramente traços de exclusão social e exploração desde sua formação inicial. Desde os estágios primordiais, a pessoa que trabalhava não era considerada como uma peça fundamental para o desenvolvimento da função proposta, mas sim como mão de obra para uma produção em larga escala. Isso resultou no desenvolvimento do mercado de trabalho baseado na logística da exploração da jornada de trabalho e na sobrecarga de atividades, tanto dentro das fábricas quanto fora delas, nas demandas pessoais.

Nesse contexto, o próprio conceito de carga de trabalho é desafiador de definir, pois engloba diversas facetas. Por exemplo, Seligmann-Silva (1994) conceitua carga de trabalho como o conjunto de esforços empregados para atender às demandas das tarefas, abrangendo esforços físicos, cognitivos e emocionais. Por sua vez, Lima (2010, p. 2) descreve a carga de trabalho como “uma complexa função de: duração da atividade, ritmo e intensidade do esforço, tipo de tarefa, estratégias de regulação [...], ciclos e pausas”, relacionando-se a um desgaste maior ou menor do trabalhador.

Dessa forma, a sobrecarga no âmbito do trabalho ocorre muitas vezes porque o trabalho ultrapassa o prescrito, transformando-se em trabalho real – atividades adicionais não formalmente designadas e/ou não remuneradas. Além disso, as funções laborais extrapolam o espaço empresarial e invadem outros ambientes, como o lar.

Blanch (2012, p.73) destaca que a sobrecarga de trabalho pode ser quantitativa - manifestando-se no aumento da jornada de trabalho - e qualitativa - refletindo no aumento da intensidade e complexidade da tarefa - através do



“procedimento de compactar a carga e a complexidade”. Em síntese, o autor (p.74) define sobrecarga de trabalho como um estado no qual um trabalhador “se sente incapaz de satisfazer eficaz e pontualmente às demandas quantitativas e qualitativas de sua tarefa”.

Nota-se, assim, que todas as atividades realizadas fora do ambiente empresarial são desconsideradas nesse conceito. Torna-se relevante questionar as razões pelas quais o trabalho interno realizado externamente ao espaço físico da empresa não se enquadra nas definições de sobrecarga, bem como quem executa essas tarefas e quais são as implicações disso na sociedade. Isso porque a definição parece culpabilizar o trabalhador pela incapacidade, em vez de considerar o estresse e cansaço como fatores contribuintes.

Vamos agora considerar essa sobrecarga para além das responsabilidades exigidas pelo ambiente ocupacional. Nesse contexto, Márcia Leite (2023) destaca que, ao separar o trabalho reprodutivo do produtivo, o capitalismo designou às mulheres a responsabilidade pelo trabalho de cuidado doméstico e familiar, sem garantir remuneração por essas atividades. Contudo, é crucial reconhecer que essa “escolha” também foi influenciada pela estrutura do patriarcado, alimentada pelo sistema político e econômico, como aponta Lerner (2019).

Assim, torna-se evidente que houve uma divisão sexual do trabalho baseada na ideia de que as mulheres desempenhariam funções relacionadas à reprodução e aos cuidados do lar por amor. Isso explicaria a subserviência financeira e a falta de autonomia experimentada pelo escopo feminino, ao mesmo tempo em que se revela como uma estrutura que alimenta um sistema de sobrecarga, cobranças e exploração.

É conhecido que essas estruturas se solidificam e persistem por meio de diferenciações de classe. Enquanto em países europeus, a classe média podia estabelecer uma divisão de tarefas por gênero, proporcionando aos homens a oportunidade de trabalhar fora de casa e às mulheres os cuidados com os filhos e a casa, em países subdesenvolvidos, devido aos elevados índices de pobreza, as mulheres necessitavam de empregos remunerados além de gerenciar as responsabilidades de mães, donas de casa e esposas. Vale ressaltar que essa realidade era uma obrigação para mulheres negras em várias regiões do mundo.

Essa necessidade automaticamente gerou a chamada dupla jornada de trabalho. Entretanto, os debates sobre essa realidade não eram intensos, já que o conceito de dupla jornada era suavizado pelo discurso que associava o cuidado ao amor.

No Brasil, essa situação adquiriu uma expressão significativa e abrangente após o fim da abolição da escravatura. Diante do desemprego enfrentado pelas mulheres negras, a principal forma de inserção delas no mercado de trabalho foi por meio do trabalho doméstico, uma ocupação mal remunerada e carente de regulamentação legal, configurando novas formas de exploração e abuso (Leite, 2023). Dessa forma, de maneira abrangente, o Brasil passou a lidar com a exploração do trabalho feminino e com a dupla jornada exercida por mulheres de forma oficial, resultando na sobrecarga de trabalho<sup>1</sup>.

Para Carla Bassanezi, no livro “Mulheres dos Anos Dourados”, os discursos conservadores da época viam o trabalho fora do lar como uma ameaça para as mulheres. Isso se devia ao receio de que elas pudessem se desviar de seu caminho natural, que era o casamento, e ainda corressem o risco de perder sua característica mais valorizada, a feminilidade. O trabalho feminino era percebido como uma dupla jornada, uma vez que as mulheres que buscavam emprego precisavam estar cientes de que seu trabalho principal era o lar, e delas não se poderia abdicar dessa responsabilidade.

Entre os anos 1945 e 1964, preconceitos excluíaam desse mercado muitas mulheres (várias qualificadas e com suficiente preparo educacional). Porém, a evolução do emprego feminino foi sem dúvida um dos fatores de maior influência no conjunto das transformações por que passaram as relações homem-mulher e os significados de gênero nessa época (Pinsky, 2014, p.176).

Os setores que apresentavam maior crescimento para o trabalho das mulheres estavam frequentemente vinculados ao que poderia ser associado ao lar ou à feminilidade. Esses eram cargos que designavam à mulher um papel de auxiliar, e as escolhas profissionais eram limitadas pelas noções preestabelecidas do que era considerado masculino ou feminino para determinadas carreiras.

Conforme a autora menciona, entre as décadas de 1940 e 1970, as mulheres, especialmente aquelas em idade que abrange seu período fértil, experimentaram altas taxas de participação em atividades laborais. No entanto, mesmo na



década de 1960, os salários femininos não avançaram em comparação aos salários masculinos, persistindo pouca diferença na remuneração oferecida às mulheres.

No pós-guerra, era comum que as mulheres trabalhassem, mas, ainda de acordo com a autora, aquelas pertencentes à classe média muitas vezes interrompiam suas carreiras ao se casarem. Conforme observa Pinsky (2014, p. 177), “Para a maioria esmagadora delas, o casamento está em primeiro plano e nem estudos nem profissão fazem com que ele seja adiado ou rejeitado”. Isso indica que, mesmo diante de oportunidades educacionais e profissionais, para muitas mulheres da classe média, o casamento permanecia como prioridade, levando à interrupção de suas atividades laborais.

Diante da perspectiva familiar da época, o trabalho não era considerado de grande importância para as mulheres. Os estudos eram vistos como meio de aprimorar a habilidade de cuidar dos filhos e acompanhar o marido em eventos sociais, não necessariamente para construir uma carreira. Em muitos casos, os pais ou maridos não aceitavam que as mulheres frequentassem a faculdade ou buscassem uma carreira, embora houvesse exceções a essa norma. Por exemplo, em famílias de baixa renda, o pai podia incentivar que sua filha trabalhasse para ajudar nas despesas domésticas.

O controle exercido por maridos, pais e irmãos sobre as mulheres diminuiu consideravelmente quando elas trabalham fora de casa. Contudo, ou por isso mesmo, elas devem cuidar de sua reputação comportando-se de maneira a não ‘reduzir as oportunidades para o casamento’ (grifos da autora) ou desagradar o marido (Pinsky, 2014, p.178).

A Segunda Guerra Mundial, sem dúvida, desempenhou um papel crucial em duas mudanças sociais significativas: o breve afastamento das mulheres de seus lares e seu retorno, posteriormente, com um papel mais destacado. Os preconceitos tradicionalistas persistiram por anos, continuando a proferir discursos que valorizavam o papel da mulher no lar, e buscando novas formas de vigilância sobre elas.

Silvia Federici (2021) argumenta que para compreendermos como o trabalho doméstico foi naturalizado para as mulheres, é necessário retroceder algumas décadas antes da Primeira Guerra Mundial, até a Inglaterra, durante a estabelecida Revolução Industrial. Com a revolução industrial, toda a família passou a trabalhar nas fábricas. Mulheres e crianças trabalhavam exaustivamente, assim como os homens, porém, recebiam salários mais baixos, o que tornava a sua mão de obra mais requisitada. No entanto, uma mudança começou a acontecer quando as taxas de mortalidade infantil e adulta se tornaram um problema social e de produção.

Diante da necessidade de ter pessoas saudáveis e crianças que sobrevivessem até a idade adulta para serem os futuros trabalhadores, a produtividade estava ameaçada. Por esse motivo, governantes, empresários, sindicatos e trabalhadores homens começaram a impor às mulheres o papel de cuidar do lar. A vida das mulheres nas fábricas estava ameaçando a lógica da família burguesa e o regime de produtividade. Ao não estarem em casa para manter o lar confortável e limpo, cuidar dos filhos e manter o marido longe dos vícios, as mulheres trabalhadoras eram vistas como uma ameaça à ordem social.

Assim, a ideia de que o lugar natural das mulheres era o lar começou a ser imposta, pois a imagem da mulher que trabalhava fora era associada a problemas familiares e sociais, como filhos malcuidados, alimentação inadequada e acidentes causados pela falta de supervisão. O trabalho das mulheres nas fábricas estava interferindo na concepção tradicional de família e produtividade, e a imposição do trabalho doméstico como responsabilidade exclusiva das mulheres surgiu como uma resposta a essas preocupações.

Para persuadir as mulheres a abandonarem seus empregos, autonomia, amizades e vida independente em prol do trabalho exclusivo no lar, sem remuneração, foi necessário, em primeiro lugar, conscientizar os homens de que essa mudança seria benéfica para eles. Argumentou-se que, ao as mulheres deixarem o mercado de trabalho, os salários dos homens aumentariam, permitindo-lhes prover financeiramente a família de maneira mais eficaz. Além disso, a justificativa incluía a ideia de que mulheres e crianças não competiriam mais por empregos, supostamente resolvendo problemas relacionados à oferta de trabalho. Também se prometia que essa transição acabaria com as crises na vida doméstica. Esses argumentos buscavam apresentar a mudança como vantajosa para a estabilidade econômica e social, visando convencer as mulheres a abraçarem o papel tradicional de cuidadoras e donas de casa.



Daí a expulsão gradual das mulheres e crianças das fábricas, a introdução do salário familiar, a instrução das mulheres nas virtudes da vida doméstica; em resumo, um novo regime reprodutivo em um novo “contrato social” que na época da Primeira Guerra Mundial havia se tornado norma nos países industriais. Nos Estados Unidos, tal contrato atingiu o auge na década anterior ao início da guerra, com a ascensão do fordismo, naquela que é chamada de “era progressista”

De acordo com sua lógica, o investimento na reprodução da classe trabalhadora corresponderia a uma produtividade elevada, com a dona de casa encarregada de garantir que o salário fosse bem gasto, que o trabalhador estivesse bem cuidado para ser consumido por outro dia de trabalho e que as crianças fossem bem-preparadas para seu futuro destino de trabalhadores e trabalhadoras (Federici, 2021, 166).

Conforme argumenta a autora, a distinção entre donas de casa, operárias fabris e prostitutas criou divisões nítidas de lugares designados para as mulheres ocuparem. As donas de casa recebiam respeito e admiração como uma suposta compensação por sua mão de obra explorada sem remuneração. Este “acordo”, persistiu de muitas maneiras até os anos 1960/1970, quando uma nova geração de mulheres começou a rejeitá-lo. Essa rejeição marcou o início de mudanças significativas nas percepções e expectativas em relação às mulheres e seu papel na sociedade (Federici, 2021).

Apesar dos avanços conquistados na segunda metade do século XX até os dias atuais, como o livre acesso ao ensino superior para mulheres, o direito a um ensino básico gratuito e a abertura do mercado de trabalho para mulheres profissionais ou pesquisadoras acadêmicas, o patriarcado cultural que destina às mulheres o trabalho de cuidado ainda resulta em mais de 70% do feminino enfrentando sobrecarga e adoecimento. Em uma análise comparativa, dados da Revista Forbes indicam que mais de 75% do trabalho não remunerado é realizado por mulheres, que se veem na obrigação de cuidar do lar, filhos, idosos, parentes e companheiros, totalizando até 12,5 bilhões de horas diárias. Isso destaca a persistência de desafios relacionados à equidade de gênero e à distribuição justa das responsabilidades domésticas.

No Brasil, as mulheres dedicam aproximadamente 25 horas semanais a trabalhos de cuidado, enquanto os homens investem apenas 11 horas nessa atividade. Mesmo em países mais igualitários em termos de gênero, as mulheres ainda dedicam de uma a cinco horas a mais do que os homens a essas responsabilidades. Vale notar que, após as mudanças políticas, econômicas e sociais ocorridas no Brasil após a Revolução de 1930 e a promulgação da CLT em 1943, as mulheres pobres, brancas e, principalmente, as negras, continuaram a se inserir em atividades remuneradas associadas ao trabalho de cuidado. No entanto, raramente conseguiram acessar os direitos trabalhistas e previdenciários reconhecidos a partir desse período, uma situação que persiste até os dias atuais (Leite, 2023).

Conforme apontado por Pazello e Fernandes (2004), metade das mulheres que alcançam a pós-graduação tendem a abandonar suas pesquisas devido às demandas da maternidade. Além disso, é possível observar diferenças de comportamento entre profissionais que estão em processo de maternidade e aquelas que não têm filhos. Esses pressupostos acarretam alterações no mercado e na vida das mulheres, sendo utilizados como base para construção de discursos por empresas, muitas vezes resultando na não contratação de mulheres e/ou na exclusão de gestantes e puérperas.

Essa situação ocorre porque foram elaboradas análises que argumentam que quanto mais bem executada uma atividade for, mais tempo ela demanda. Isso representa um desafio para a logística empresarial, que muitas vezes não está disposta a conceder o tempo necessário para mães que precisam conciliar os cuidados com os filhos e o trabalho. Essa postura resulta em demissões, desvalorização e adoecimento de algumas mulheres, devido à incompreensão e aos estigmas associados a essas circunstâncias.

Nesse contexto, a sobrecarga resultante do acúmulo de trabalhos tem ocasionado problemas físicos, como estafa e estresse, além de transtornos psicológicos como ansiedade, pânico e depressão. Esses quadros de doenças impactam diretamente na baixa autoestima e na sensação de esgotamento das mulheres. A exaustão emocional engloba sentimentos como desesperança, solidão, depressão, raiva, impaciência, irritabilidade, tensão, diminuição de empatia, sensação de baixa energia, fraqueza, preocupação, aumento da suscetibilidade para doenças, cefaleias, náuseas, tensão muscular, dor lombar ou cervical, e distúrbios do sono (Cherniss, 1980a; Organização Mundial da Saúde, 1998). Esses



sintomas são frequentemente descritos por mulheres envolvidas em atividades de cuidado, trabalho remunerado e maternidade, uma vez que estão sob a sensação de esgotamento.

Conforme Hirata (2022, p. 30), o trabalho de cuidado é definido como “trabalho material técnico e emocional moldado por relações sociais de sexo, de classe, de raça/etnia entre diferentes protagonistas: os provedores e as provedoras e os beneficiários e as beneficiárias do cuidado, assim como todos aqueles e aquelas que supervisionam ou prescrevem o trabalho”. Assim, o cuidado não se limita apenas a uma atitude atenciosa; ele engloba um conjunto de atividades materiais e relações destinadas a atender concretamente às necessidades dos outros. Pode também ser descrito “como uma relação de serviço, de apoio e de assistência, remunerada ou não, que implica um senso de responsabilidade pela vida e bem-estar dos outros”.

Desse modo, esse trabalho tem o objetivo de debater os principais motivos que mantêm a estrutura do trabalho de cuidado e da sobrecarga como forma de exploração e limitação ao feminino, gerando adoecimento e a precarização da mulher no mercado. Apresentará como estruturas políticas e econômicas se valem desse mecanismo a partir do viés de leis trabalhistas e da manutenção de uma cultura de diferença que geram e impulsionam a diferença de gênero, o feminicídio e os abusos morais, sociais e sexuais. Discutirá ainda como essa problemática é invisibilizada e rentável para algumas camadas sociais, bem como impacta as mulheres, sejam elas cientistas, profissionais e/ou dos lares que se veem precarizadas pelo discurso e pelos limites do cuidado.

Assim sendo, este trabalho tem como objetivo debater os principais motivos que perpetuam a estrutura do trabalho de cuidado e a sobrecarga como formas de exploração e limitação das mulheres, resultando em adoecimento e na precarização da mulher no mercado de trabalho. Ele irá abordar como as estruturas políticas e econômicas se beneficiam desse mecanismo, analisando as leis trabalhistas e a manutenção de uma cultura que gera e perpetua a desigualdade de gênero, o feminicídio e os abusos morais, sociais e sexuais. Além disso, será discutido como essa problemática é invisibilizada e lucrativa para certos estratos sociais, bem como o impacto que tem sobre as mulheres, sejam elas cientistas, profissionais ou responsáveis pelo lar, que se veem precarizadas pelos discursos e pelas limitações impostas pelo trabalho de cuidado.

### **O trabalho doméstico tem gênero: a sobrecarga das mulheres**

Discutir a construção do trabalho de cuidado é compreender as relações de gênero estabelecidas entre homens e mulheres. É crucial destacar que, desde as formações sociais iniciais, foi estabelecida uma relação de poder que colocava a mulher, enquanto aquela capaz de dar à luz, como um ser mais frágil que tinha, devido aos cuidados, a obrigação biológica de gerir, cuidar, alimentar e prover. É reconhecido que essa construção contribuiu para a vulnerabilidade sexual que incita a violência de gênero. No entanto, é igualmente importante lembrar que, com a formação dos estados nacionais e o desenvolvimento social, a perpetuação desses costumes, considerados como normais, proporcionou o respaldo para enquadrar cada setor da sociedade em um lugar específico como meio de controle das pessoas e de ganhos políticos consequentes.

Segundo Simone de Beauvoir (1980, p.10), compreender a relação de conquista, espaço e poder entre masculino e feminino demanda retroceder à formação da história e aos discursos dirigidos à mulher, pois, por muito tempo, “o homem foi o Sujeito, o absoluto; a mulher é o Outro”. O aspecto perigoso nessa relação é que ela não se baseia em solidariedade e companheirismo, mas, de acordo com Hegel (1992), quando se descobre na consciência de si uma hostilidade fundamental em relação a qualquer outra consciência, o sujeito só se afirma ao se opor, ou seja, ele se estabelece como essencial e coloca o outro como objeto. Dessa forma, cria-se uma relação de alteridade a partir da diferenciação, responsável por (re)construir/(re)produzir a alteridade, por definir quem é o “outro” e torná-lo identificável, (in)visível e previsível (Hall, 1999), um mecanismo que contribuiu para a dualidade entre o masculino e o feminino.

Todas essas construções contribuíram para a consolidação do patriarcado, um sistema social no qual os homens mantêm o poder primário e predominam em funções de liderança política, autoridade moral, privilégio social e controle das propriedades, estendendo-se ao domínio da família, onde o pai detém autoridade sobre as mulheres e as crianças, conforme apontado por Lerner (2019). No entanto, é importante destacar que a perpetuação desses padrões se torna uma construção cultural, marcada por raízes informativas, práticas, costumes e ideologias pensadas e implementadas na sociedade.



Apesar da crença comum de que a cultura sempre esteve presente e, portanto, seria difícil de modificar, a construção cultural é derivada de um projeto político e social imposto pela governamentalidade, conceito compreendido por Foucault como:

[...] conjunto constituído pelas instituições, os procedimentos, análises e reflexões, os cálculos e as táticas que permitem exercer essa forma bem específica, embora muito complexa, de poder que tem por alvo principal a população, por principal forma de saber a economia política e por instrumento técnico essencial os dispositivos de segurança. Em segundo lugar, por “governamentalidade” entendo a tendência, a linha de força que, em todo o Ocidente, não parou de conduzir, e desde há muito, para a preeminência desse tipo de poder que podemos chamar de “governo” sobre todos os outros-soberania, disciplina- e que trouxe, por um lado, o desenvolvimento de toda uma série de aparelhos específicos de governo [e por outro lado], o desenvolvimento de toda uma série de saberes. Enfim, por “governamentalidade” creio que se deveria entender o processo, ou antes, o resultado do processo pela qual o Estado de justiça da Idade Média, que nos séculos XV e XVI se tornou o Estado administrativo, viu-se pouco a pouco “governamentalizado” (Foucault 2008, p. 143- 144).

Dessa forma, o conceito de governamentalidade refere-se ao regime de poder e às características de sua tecnologia que, a partir do século XVIII, passaram a ter como foco principal a população, ou seja, a biopolítica. No entanto, apesar de estar relacionado às técnicas de governo subjacentes à formação do Estado Moderno, ao longo das obras foucaultianas, esse conceito passa a abordar também a maneira como são conduzidas as condutas dos indivíduos, abrangendo todas as relações de poder existentes. Assim, não existe estrutura cultural sem respaldo político, e a análise dessas estruturas revela que a predominância patriarcal, a divisão de trabalho, os discursos sobre os custos da maternidade criaram regimes de poder estabelecidos pela restrição ao acesso ao conhecimento e/ou pela eliminação de oportunidades igualitárias. Refletir sobre o cuidado apenas no contexto das mulheres, manter essa estrutura sem apoio e/ou remuneração, e invisibilizar essa lacuna para obter ganhos são elementos que contribuíram para a formação de marcas sociais.

Vejamos no gráfico da figura 1, as consequências dessas estruturas:

**Fig 1: Percentual de mulheres que afirmam ter realizado atividades de cuidado com filho(a)s**



Fonte: Pesquisa Nacional por Amostras de Domicílios continuada Anual -IPEA 2019 Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/multidominio/turismo/17270-pnad-continua.html> Acesso em: 12/11/2023.



Conforme o IPEA (2019), aproximadamente 85% a 90% das mulheres costumam auxiliar e monitorar crianças em atividades pessoais, e cerca de 75% a 80% delas afirmam estar envolvidas em atividades educacionais, brincadeiras e transporte para outros lugares. Esses elevados índices comprovam que as atividades de cuidado são uma parte significativa da rotina de muitas mães e cuidadoras, ocupando uma parte considerável de seu tempo pessoal.

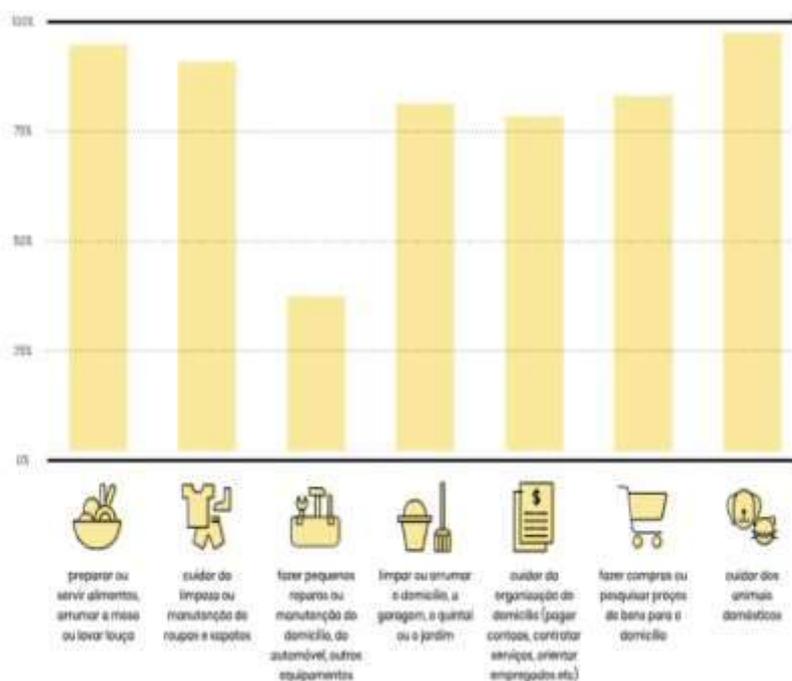
Entende-se que o trabalho de cuidado envolve atividades essenciais para a manutenção de famílias e comunidades, sendo fundamentais para a cultura, economia e organização política. Essas atividades são indispensáveis para garantir a acumulação capitalista, como destacado por Fraser (2017). Portanto, é previsto que o capitalismo encontre uma rentabilidade econômica em manter essa estrutura, explorando diretamente as mulheres.

Além disso, o gráfico apresentado mostra que, em relação aos cuidados realizados por meio de tarefas domésticas, cerca de 76% a 98% das mulheres afirmam ter a responsabilidade de preparar comida, cuidar das roupas, realizar a limpeza, organizar as contas do lar, fazer compras e cuidar de animais, sendo a participação em serviços de reparo a única área com uma baixa taxa de envolvimento.

Os números evidenciam que, por não resultar em mercadoria, o trabalho ou serviço doméstico realizado em prol do próprio grupo familiar é percebido como uma expressão de respeito, reciprocidade e obediência. No entanto, é pouco valorizado, mesmo quando contribui para liberar outros membros da família para atividades remuneradas, conforme destacado por Conceição, Bárbara e Queiroz (2021).

A divisão entre o masculino e o feminino se organizou, de acordo com Bourdieu (2014), em torno da oposição entre o interior e o exterior, ou seja, entre a casa, responsável pela educação das crianças, e o mundo do trabalho. Essa forma canônica, estabelecida pela burguesia, delinea a divisão entre o universo da empresa, voltado para o lucro, e o universo da casa, voltado para a reprodução biológica. Vejamos na figura 2, a quantidade de mulheres que afirmam realizar atividades de cuidado.

**Fig. 2: Percentual de mulheres que afirmam ter realizado atividades de cuidado**

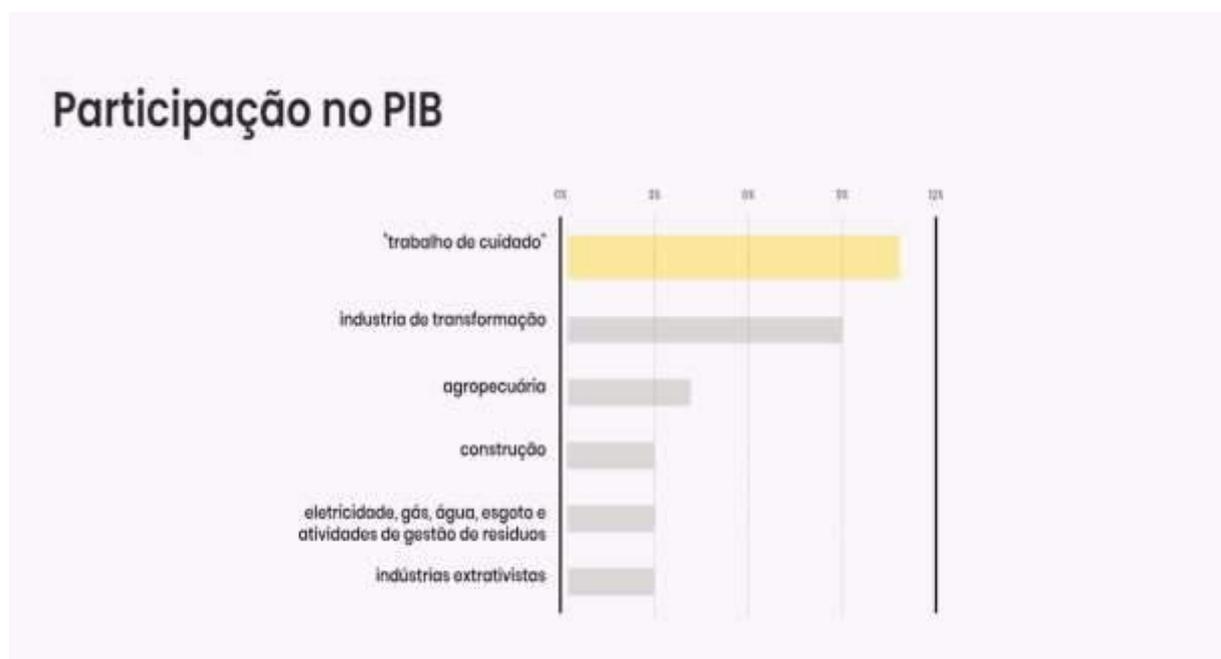


Fonte: Pesquisa Nacional por Amostras de Domicílios continuada Anual -IPEA 2019 Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/multidominio/turismo/17270-pnad-continua.html> Acesso em: 12/11/2023.



As consequências dessas estruturas são evidenciadas por números, pois é possível visualizar, na figura 3, a rentabilidade da manutenção da exploração econômica. Os trabalhos de cuidado em regime de horas correspondem, em média, a 11% do Produto Interno Bruto (PIB) no Brasil, como mostrado na tabela abaixo. Isso significa que ter 11% das principais atividades realizadas por pessoas não remuneradas promove o redirecionamento de verbas, estabelece parâmetros econômicos, sustenta formas servis de trabalho por meio da exploração e desvaloriza quem pratica essas atividades, assim como desvaloriza a própria atividade. Segundo Perez (2001), o cuidado familiar e doméstico é tradicionalmente relegado às mulheres, colocando o cuidado pessoal em segundo plano. Enquanto Sorj (2004) alerta que a maioria das mulheres cônjuges ocupa funções no mercado informal, não tem carteira assinada, e a remuneração recebida muitas vezes não é suficiente para atender a todas as necessidades. Além disso, muitas mulheres desempregadas acabam cuidando do lar.

**Fig. 3: Participação das atividades de cuidado no Produto Interno Bruto - PIB**



Fonte: Pesquisa Nacional por Amostras de Domicílios continuada Anual -IPEA 2019 Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/multidominio/turismo/17270-pnad-continua.html> Acesso em: 12/11/2023.

Ao todo, as mulheres dedicam, em média, cinco horas por dia a trabalhos não remunerados que não geram autonomia, conforme informado na figura 4, em comparação com apenas duas horas dedicadas pelos homens. Nesse sentido, há uma divisão de tempo entre a mulher profissional, a esposa e a mãe para tentar dar conta de todas as atividades dentro e fora do lar. Isso, segundo Lourenço, Ramos e Cruz (2008), gera a falta de equilíbrio nos horários designados, podendo acarretar diversos problemas na qualidade de vida e na saúde da mulher, sendo a depressão<sup>ii</sup> e a ansiedade<sup>iii</sup> dois expoentes amplificados pela extensa carga horária de trabalho.

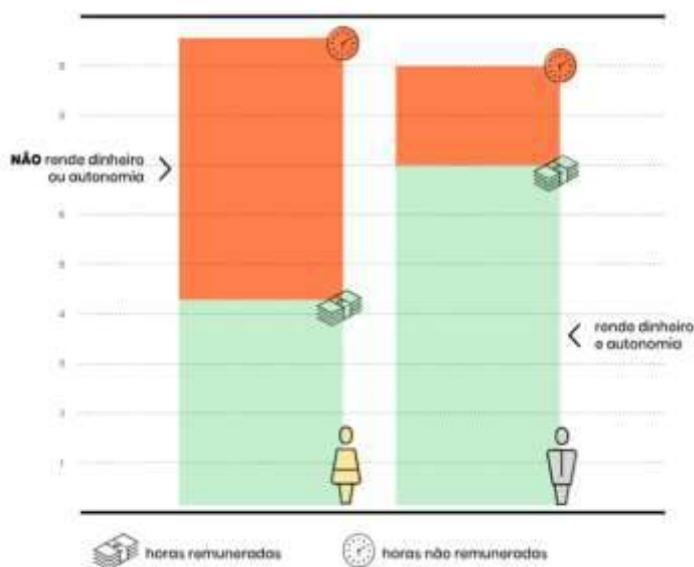
Conceição, Bárbara e Queiroz (2021) destacam que a qualidade de vida é reduzida à medida que as mulheres sacrificam horários de lazer, autocuidado, qualificação e perdem oportunidades de progressão na carreira por estarem demasiadamente envolvidas em questões domésticas. Esse cenário produz ansiedade, medo, tensão e insegurança, que podem evoluir para transtornos psicológicos. Castillo *et al.* (2000) mencionam que a distribuição de transtornos psicológicos afeta principalmente pessoas do sexo feminino, pois estão mais expostas a ambientes e têm um tempo mínimo para o lazer e cuidado pessoal. Os sintomas da depressão, de acordo com DSM-5 (2014), incluem aspectos emocionais, físicos, motivacionais e cognitivos, resultando em perda de motivação, isolamento social, desvalorização de si mesma e, em certos casos, pensamentos suicidas. Esses sintomas são observados em mulheres sobrecarregadas de trabalho e/ou sujeitas à precarização do mesmo, de acordo com pesquisas do IPEC (2019).

Nesse sentido, as mulheres profissionais acadêmicas não estão livres da dupla ou tripla jornada de trabalho, que envolve tanto as responsabilidades domésticas quanto o cuidado com os filhos. Essa obrigação atribuída às mulheres pelos



papéis de gênero não faz distinção de classe ou conhecimento. Por esse motivo, observamos no gráfico abaixo como as mulheres no Brasil têm se destacado ao ingressar em cursos superiores, sendo maioria quando jovens e solteiras. No entanto, à medida que chegam à maturidade, esses números diminuem, especialmente em cargos de poder ou na busca de doutorado e livre-docência, pois o cuidado com filhos, casa e familiares absorve parte significativa de seu tempo, impedindo uma realização profissional plena.

Fig. 4: Diferença do quantitativo de horas remuneradas e não remuneradas entre homens e mulheres



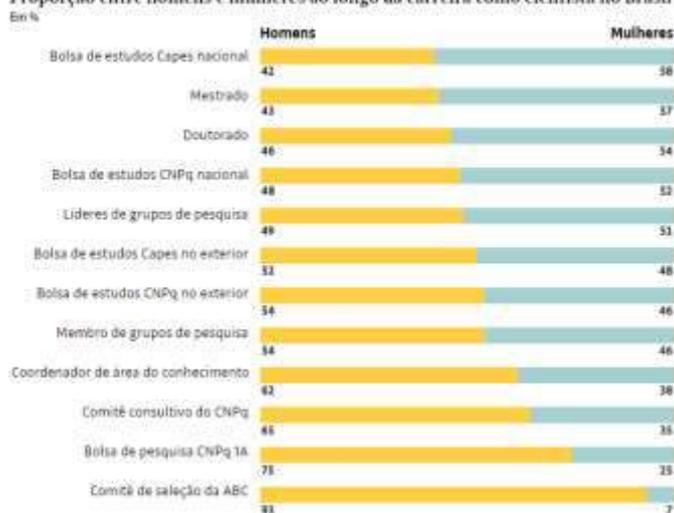
Fonte:

Tendências nas horas dedicadas ao trabalho e lazer: uma análise da alocação do tempo no Brasil- IPEA 2019 Disponível em: <https://repositorio.ipea.gov.br/handle/11058/9310> Acesso em: 12/11/2023.

Dessa forma, as cientistas mulheres acabam sendo minoria ou quase nenhuma na ocupação de cargos importantes, como em comitês consultivos do CNPq, Bolsa de pesquisa CNPq e comitê de seleção ABC. Apenas recentemente uma mulher assumiu a liderança na Academia de Ciência Brasileira, o que representa uma grande conquista. Isso ocorre porque alcançar posições de destaque ou cargos altos para as mulheres cientistas exige que elas provem seu mérito em dobro em comparação com os homens, como destacou em entrevista à *Folha de São Paulo* a cientista Cristina Garcia, diretora de pesquisa avançada da L'Oréal América Latina. Em suas palavras: "Para uma mulher conquistar espaço no mundo científico, como em qualquer outro lugar, ela precisa provar muito mais o seu valor do que um homem<sup>iv</sup>".

### O lugar das cientistas no mercado de trabalho

Proporção entre homens e mulheres ao longo da carreira como cientista no Brasil



### A legislação brasileira e a mulheres

O papel das mulheres na sociedade brasileira foi e continua sendo influenciado pelas dinâmicas de poder presentes nas relações de gênero. Conforme destacado por Lâris Ramalho Cortês (2013), o Código Civil de 1916 refletiu discriminações significativas em relação às mulheres, tratando-as como seres inferiores, classificadas como “relativamente incapazes” e dependentes da proteção, orientação e aprovação masculina. Essa abordagem restritiva limitava as opções das mulheres ao ambiente doméstico, onde poderiam desempenhar papéis como donas de casa, esposas ou mães. Essa limitação não era apenas uma condição considerada “natural” ou “cultural”, mas também estava legitimada pelo poder jurídico das leis, como evidenciado pelo Código Civil de 1916, que permaneceu em vigor até a sua reforma em 2002.

A classificação de “relativamente incapaz” atribuída à mulher casada a colocava sob a guarda do homem, seu marido, conferindo-lhe o poder de autorizar ou vetar diversas ações, como trabalhar, abrir uma conta bancária ou comprar e vender propriedades, mesmo aquelas que pertenciam à mulher antes do casamento. Essa legislação representava, por muitos anos, uma forma de violência patrimonial contra as mulheres brasileiras.

É crucial ressaltar que o Estatuto da Mulher Casada (Lei n. 4.121/1962) trouxe uma mudança significativa ao retirar das mulheres a condição de relativamente incapazes para certos atos da vida civil. Além disso, essa lei também impactou o poder sobre os filhos, tornando-o menos suscetível à interferência do marido quando a mulher casava novamente. Outra legislação relevante foi a Lei 6.515/77, conhecida como Lei do Divórcio. No entanto, somente em 2010, a Emenda Constitucional n. 66 foi criada, eliminando todas as condicionalidades, incluindo a necessidade de separação judicial prévia, representando um avanço significativo no reconhecimento dos direitos das mulheres no contexto matrimonial.

Outra legislação que veio consagrar o princípio da igualdade entre homens e mulheres foi o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), que entrou em vigor em 1990. O ECA estabelece que o pátrio poder seja exercido ‘em igualdade de condições pelo pai e pela mãe’ e que o dever de sustento, guarda e educação dos filhos caiba a ambos (Cortês, 2013, p. 269).

A análise dessa breve amostra permite observar o papel vulnerável que a mulher desempenhou ao longo da história e as mudanças graduais que ocorreram para garantir que, nas relações conjugais e familiares, as mulheres adquirissem pelo menos alguns direitos mínimos. Embora a igualdade ainda não tenha sido completamente estabelecida, como evidenciado pelos dados apresentados sobre as responsabilidades domésticas e com os filhos, que impactam a vida pessoal e profissional das mulheres, fica claro que há ainda muito a ser conquistado.



O Decreto nº 3.048/99 representa um ponto interessante na legislação brasileira no que diz respeito às mulheres e ao trabalho doméstico não remunerado, uma vez que regula o direito das mulheres donas de casa a se aposentarem como seguradas facultativas do Instituto Nacional de Seguro Social.

Art. 11. É segurado facultativo o maior de dezesseis anos de idade que se filiar ao Regime Geral de Previdência Social, mediante contribuição, na forma do artigo 199, desde que não esteja exercendo atividade remunerada que o enquadre como segurado obrigatório da previdência social.

1º Podem filiar-se facultativamente, entre outros:

I – A dona de casa;

A inclusão da dona de casa como segurada do INSS, mediante o pagamento de uma taxa para ter direito a benefícios como Auxílio-doença, Aposentadoria por invalidez, Aposentadoria por idade, Aposentadoria por tempo de contribuição, Salário-maternidade, Pensão por morte e Auxílio-reclusão, evidencia uma situação peculiar. Isso porque, ao optar por contribuir, a mulher que desempenha exclusivamente o trabalho doméstico não remunerado se vê na condição de financiar sua própria proteção social, mesmo não sendo remunerada por essa atividade. A lei não apenas deixa de reconhecer plenamente o valor desse trabalho, mas também coloca as mulheres em uma posição em que precisam arcar financeiramente para exercer uma função que, muitas vezes, não é devidamente valorizada.

A exposição histórica presente neste artigo evidencia o absurdo subjacente à introdução do trabalho doméstico, sustentado pelo discurso da “natureza feminina”. O impacto negativo desse trabalho, que persiste até os dias atuais, é claro nas lutas e reivindicações das mulheres para retornarem e se estabelecerem no mercado de trabalho, construindo carreiras significativas. No entanto, mesmo com essas conquistas, a sociedade continua a naturalizar e não reconhecer adequadamente essa atividade, que não apenas sobrecarrega as mulheres, mas também persiste em não proporcionar remuneração adequada. Essa dualidade reflete um desequilíbrio persistente nas estruturas sociais e econômicas que precisam ser enfrentadas para promover uma verdadeira igualdade de gênero.

Ao revisitar a trajetória histórica do trabalho doméstico e seu impacto na vida das mulheres, torna-se evidente a injustiça arraigada nessas estruturas. Desde a imposição do papel da mulher no lar até os avanços lentos das legislações, persiste uma realidade desequilibrada. Mesmo com conquistas como a inclusão previdenciária das donas de casa, há uma clara falta de reconhecimento e valorização desse trabalho essencial. A dualidade entre as responsabilidades domésticas e a busca por uma carreira profissional ainda sobrecarrega as mulheres, gerando desigualdade e impactos profundos em suas vidas.

É alarmante como o discurso da “natureza feminina” ainda permeia a compreensão social do trabalho doméstico, desconsiderando sua importância e submetendo as mulheres a uma carga desproporcional de responsabilidades não remuneradas. A luta por igualdade de gênero deve envolver não apenas a desconstrução desses estereótipos arraigados, mas também a implementação de políticas eficazes que reconheçam e valorizem devidamente o trabalho doméstico.

Mesmo com conquistas ao longo das últimas décadas, a invisibilização e desvalorização do trabalho doméstico persistem, refletindo-se na sobrecarga física e emocional que recai sobre as mulheres. A dupla ou tripla jornada, associada à responsabilidade doméstica, impacta negativamente a qualidade de vida, a carreira profissional e a participação em setores acadêmicos e científicos.

A legislação, por vezes, contraditoriamente, não apenas demorou a reconhecer os direitos das mulheres, mas também, como no caso do Decreto nº 3.048/99, impõe ônus financeiros sobre aquelas que desejam se aposentar como seguradas facultativas do INSS, revelando a persistência de desigualdades estruturais.

A busca por uma sociedade mais justa e equitativa exige não apenas a revisão de leis e políticas, mas também uma mudança cultural que reconheça o valor intrínseco do trabalho doméstico e seu impacto na vida das mulheres.

## CONCLUSÕES

O cuidado, muitas vezes associado ao amor e à dedicação, revela-se como uma problemática multifacetada, onde a sobrecarga enfrentada pelas mulheres se torna visível, mas, ao mesmo tempo, permanece invisível em muitos setores da sociedade.



A sobrecarga no trabalho do cuidado, frequentemente invisível aos olhos daqueles que não o realizam, evidencia-se como um desafio premente. As mulheres, ao assumirem predominantemente esse papel, acabam por suportar um peso desproporcional em suas vidas, comprometendo não apenas seu bem-estar físico e mental, mas também suas oportunidades de participação plena em outras esferas da sociedade, como o mercado de trabalho e a educação.

O amor, embora seja o motor que impulsiona grande parte do trabalho do cuidado, não pode ser romantizado ao ponto de obscurecer as consequências adversas da sobrecarga. A romantização do cuidado pode contribuir para a perpetuação de normas de gênero que limitam as escolhas e oportunidades das mulheres, reforçando estereótipos prejudiciais.

Urge, portanto, a necessidade de uma conscientização mais ampla sobre a importância do trabalho do cuidado, bem como de políticas e práticas que reconheçam e valorizem adequadamente esse esforço. A equidade de gênero no âmbito do cuidado não é apenas uma questão de justiça social, mas também uma necessidade para o desenvolvimento sustentável e a promoção da igualdade em todas as esferas da vida.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5*. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BEAUVOIR, S. de. *O Segundo Sexo: Fatos e Mitos*. Trad. Sérgio Milliet. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

\_\_\_\_\_. *O Segundo Sexo: A Experiência Vivida*. Trad. Sérgio Milliet. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

BLANCH, J. M. Trabajar y bienestar. In: BLANCH, J. M. (org.). *Teoría de las relaciones laborales*. Barcelona: FUOC, 2012.

BOURDIEU, P. *A Dominação Masculina*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2014.

CASTILLO, A. R. et al. Transtornos de ansiedade. Porto Alegre. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. Rio de Janeiro, v.22, p.1-15. dezembro de 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/dz9nS7gtB9pZFY6rkh48CLt/> Acesso em: 12/11/2023.

CHERNISS, C. *Professional burnout in human service organizations*. Praeger, New York, 1980a.

CONCEIÇÃO, N.; BÁRBARA, J.; QUEIROZ, F. Dupla jornada de trabalho feminina: uma análise das influências na qualidade de vida da mulher. *Revista Imersão*, Bahia, v.3, n.3. setembro de 2021. Disponível em: <http://www.fcgb.com.br/revista> Acesso em: 12/11/2023.

CORTÊS, I. R. A trilha legislativa da mulher. In: Pinsky; C. B.; Pedro, J. M. *Nova história das mulheres no Brasil*. São Paulo: Contexto, 2013.

DIAS, A. V.; LIMA, F. de P.; REIS, L. F. Modelos de Organização do trabalho: por uma organização colaborativa. In: BRAATZ, D.; ROCHA, R.; GEMMA, S. *Engenharia do Trabalho: saúde, segurança ergonomia e projeto*. São Paulo: Ex. Libris Comunicação, 2021.

FRASER, N. Crisis of care? On the Social-Reproductive Contradictions of Contemporary Capitalism. In: BHATTACHARYA, T. *The Social Reproduction Theory. Remapping class, recentering oppression*. Londres, Pluto Press, 2017.

FEDERICI, S. *O patriarcado do salário: notas sobre Marx, gênero e feminismo, volume 1*. Tradução Heci Regina Candiani. São Paulo: Boitempo, 2021.

FOUCAULT, M. *História da Sexualidade 2: O uso dos prazeres*; Tradução de Maria Costa Albuquerque. Rio de Janeiro: Editora Graal, 1984.

\_\_\_\_\_. *Segurança, território e população*. Tradução: Eduardo Brandão. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

HALL, S. *A identidade cultural na pós-modernidade*. 3. ed. São Paulo: DP&A, 1999.

HEGEL, G. F. *Fenomenologia do Espírito*. Petrópolis: Vozes, 1992.



HIRATA, H. *O Cuidado: teorias e práticas*. São Paulo, Boitempo, 2022.

LEITE, M. O trabalho de cuidado e a reprodução social: entre o amor, o abuso e a precariedade. *Revista Contemporânea*. Rio de Janeiro, v.13, n.01, p. 11-32. janeiro de 2023. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home> Acesso em: 09/11/2023.

LERNER, G. *A Criação do Patriarcado: História da opressão das mulheres pelos homens*. São Paulo: Cutrix, 2019.

LHUILIER, D. Introdução à psicossociologia do trabalho. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, São Paulo, v.17, n.1. p. 05-19. junho de 2014 Disponível em: <https://dx.doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v17ispe1p5-19>. Acesso em: 07/11/2023.

LIMA, F. de P. A. Carga de trabalho. In: OLIVEIRA, D. A.; DUARTE, A. C.; VIEIRA, L. F. *Dicionário: trabalho, profissão e condição docente*. Belo Horizonte: UFMG, 2010. p. 1-9.

LOURENÇO, R.; RAMOS, S. I.; CRUZ, A. G. Implicações do trabalho por turnos na vida familiar de enfermeiros: vivências dos parceiros. *Psicologia: o portal dos psicólogos*, 2008. Disponível: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0417.pdf> . Acesso em: 12/11/2023.

PAZELLO, E. T.; FERNANDES, R. *A maternidade e a mulher no mercado de trabalho: diferença de comportamento entre mulheres que têm e mulheres que não têm filhos*. Belo Horizonte, ANPEC, 2004.

PEREZ, L. Os desafios para o século XXI. In: GALEAZZI, I. M. S. *Mulher e Trabalho*. Publicação Especial do Convênio da Pesquisa e Desemprego na Região Metropolitana de Porto Alegre (PEDRMPA) v. 1, 2001.

PINSKY, C. B. *Mulheres dos anos dourados*. São Paulo: Contexto, 2014.

SELIGMANN-SILVA, E. *Desgaste mental do trabalho*. São Paulo: Cortez; 1994.

SORJ, B. *Trabalho e responsabilidades familiares: Um estudo sobre o Brasil*. Universidade Federal do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, 2004. Disponível em <http://www.cfemea.org.br/temasedados/detalhes.asp?IDTemasDados=129> Acesso em: 12/11/2023.

## NOTAS

<sup>i</sup> Os dados se mostram como oficiais, pois de acordo com Leite (2023), antes desse momento não se falava em trabalho como ofício institucionalizado, mas como trabalho de exploração, o que foi feito, por exemplo, aos negros e negras com a escravidão.

<sup>ii</sup> A depressão é considerada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como o “Mal do Século”. No sentido patológico, há presença de tristeza, pessimismo, baixa autoestima, que aparecem com frequência e podem combinar-se entre si. A depressão provoca ainda ausência de prazer em coisas que antes faziam bem e grande oscilação de humor e pensamentos, que podem culminar em comportamentos e atos suicidas.

<sup>iii</sup> Preocupação intensa, excessiva e persistente e medo de situações cotidianas. Podem ocorrer frequência cardíaca elevada, respiração rápida, sudorese e sensação de cansaço.

<sup>iv</sup> <https://www1.folha.uol.com.br/mercado/2022/12/mulheres-sao-maioria-das-cientistas-no-brasil-mas-quase-nunca-chegam-ao-topo.shtml?origin=folha> acessado em 17/11/2023.

