

UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS ADMINISTRATIVAS

CAROLINE MARCI FAGUNDES COUTINHO

O IMPACTO DA PANDEMIA DO COVID-19 SOBRE AS MÃES EM HOME OFFICE

MARIANA

2021

CAROLINE MARCI FAGUNDES COUTINHO

O IMPACTO DA PANDEMIA DO COVID-19 SOBRE AS MÃES EM HOME OFFICE

Monografia apresentado ao curso de Administração da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Administração.

Orientador: Prof. Dr. Harrison Bachion Ceribeli

MARIANA

2021

SISBIN - SISTEMA DE BIBLIOTECAS E INFORMAÇÃO

C871i Coutinho, Caroline Marci Fagundes .
O impacto da pandemia do Covid-19 sobre as mães em home office.
[manuscrito] / Caroline Marci Fagundes Coutinho. - 2021.
29 f.

Orientador: Prof. Dr. Harrison Bachion Ceribeli.
Monografia (Bacharelado). Universidade Federal de Ouro Preto.
Instituto de Ciências Sociais Aplicadas. Graduação em Administração .

1. Covid-19 (Doença). 2. Maternidade. 3. Mulheres - Doenças. 4.
Mulheres - Saúde mental. 5. Trabalho - Aspectos sociais. I. Ceribeli,
Harrison Bachion. II. Universidade Federal de Ouro Preto. III. Título.

CDU 613.99

Bibliotecário(a) Responsável: Essevalter de Sousa-Bibliotecário ICSA/UFOP-CRB6a1407



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
REITORIA
INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS E APLICADAS



FOLHA DE APROVAÇÃO

Caroline Marci Fagundes Coutinho

O impacto da pandemia do Covid-19 sobre as mães em home office

Monografia apresentada ao Curso de Administração da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de Bacharela em Administração

Aprovada em 06 de dezembro de 2021.

Membros da banca

Dr. Harrison Bachion Ceribeli - Orientador - Universidade Federal de Ouro Preto
Dr.ª Ambrozina de Abreu Pereira Silva - Universidade Federal de Ouro Preto
Me. Gustavo Nunes Maciel - Universidade Federal de Lavras

Harrison Bachion Ceribeli, orientador do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 06/12/2021.



Documento assinado eletronicamente por **Harrison Bachion Ceribeli, PROFESSOR DE MAGISTERIO SUPERIOR**, em 06/12/2021, às 08:05, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0254046** e o código CRC **D34C1616**.

Referência: Caso responda este documento, indicar expressamente o Processo nº 23109.012764/2021-78

SEI nº 0254046

R. Diogo de Vasconcelos, 122, - Bairro Pilar Ouro Preto/MG, CEP 35400-000
Telefone: - www.ufop.br

À Maria Flor, minha filha.

Estamos juntas em busca de um mundo melhor para as mulheres.

AGRADECIMENTOS

Mais uma fase de estudos encerro em minha trajetória, é o 7º trabalho de conclusão de curso que escrevo. O mais desafiador, o mais difícil. Chegar até aqui perpassou por uma mudança de cidade, gestação, puerpério, casamento, mudança de trabalho, de carreira, pandemia de Covid-19 e mais uma mudança de cidade e estado. Em paralelo à graduação cursei duas pós-graduações, disciplinas isoladas no doutorado e inúmeros cursos livres. Escrevi relatórios técnicos, fiz trabalhos como freelancer, fui voluntária, criei um projeto para empreendedorismo social. Dito isto tudo, primeiramente agradeço a mim por ser uma pessoa inconformada, sem juízo e desesperada. Só estas características para permitir que eu concluísse este curso.

Agradeço ao meu marido Juliano, desde a matrícula me acompanha e apoia para realizar esta ideia mirabolante de fazer Administração na UFOP. À minha filha Maria Flor ressalto como vivemos a dor e a felicidade de estudar enquanto mãe e é lindo viver a interação que você teve com o ICSA/UFOP, a “escola” da mamãe.

À minha mãe pelo apoio nos momentos cruciais para o desembolar de toda a confusão estudantil e profissional que me meto, somado à vida materna e outras coisas mais. À toda minha família meu agradecimento pelo incentivo de estudar, sendo que eu nem gostava, mas agora gosto.

Às amigas e amigos de toda a vida, obrigada! Mesmo à distância vocês estiveram presentes.

À Pedrina, Unimontes&UFOP amiga, vencemos também nos Inconfidentes!

À UFOP que fez sua obrigação em ofertar um ensino de qualidade. Porém, não garantiu meus direitos devidos ao período de licença maternidade e passei muito desgosto no RETEF. (As notas zero e reprovação estão no meu histórico para provar).

Ao meu querido orientador e melhor professor Harrison. Mudei três vezes de tema, tive fases de bloqueio criativo, várias mudanças pessoais e nele encontrei apoio e motivação. É uma incógnita um professor ser tão rigoroso e tão legal ao mesmo tempo, hoje para mim também é uma referência profissional.

Aos amigos que no desespero nos unimos e ficamos juntos até o final, de SOS AFO à EAD DA DEPRESSÃO, vocês foram o suporte, apoio e alegria de um encontro de idosos estudando uma segunda graduação: Vera, Diego, Ket, Carol, Ricardo e Thiago. Aos também amigos metade UFOP, meta Renova: Pedro, Diógenes e Gustavo. Muito obrigada!

Conheci muita gente boa e outras nem tanto nestes 5 anos. Chegar aqui é sobreviver!

RESUMO

Este estudo teve como objetivo identificar e compreender os fatores que, no contexto pandêmico, contribuíram para a exaustão emocional das mães que também trabalham fora do lar. Os dados foram coletados empregando a técnica de entrevista em profundidade e analisados por meio da técnica de Análise de Conteúdo. Foram entrevistadas 10 mulheres que tinham um trabalho remunerado, estando empregadas em uma organização e exercendo sua função em *home office* durante a pandemia do Covid-19, e que eram mães de crianças na primeira infância. Analisando os relatos colhidos, constatou-se que as mulheres, em especial aquelas que tinham um trabalho fora do lar e eram mães de filhos em primeira infância, ficaram exaustas física e emocionalmente durante o período pandêmico. Tal panorama reforça a profunda desigualdade de gênero no mercado de trabalho vivenciada há tanto tempo e enraizada na história da sociedade.

Palavras-chave: Maternidade. Trabalho remunerado. Esgotamento emocional das mulheres.

ABSTRACT

This study aimed to identify and understand the factors that, in the pandemic context, contributed to the emotional exhaustion of mothers who also work outside the home. Data were collected using the in-depth interview method and analyzed using the Content Analysis technique. The interviewees were 10 women who had a paid job, being employed in an organization and working in home office during the Covid-19 pandemic, and who were mothers of children in early childhood. Analyzing the collected reports, it was found that women, especially those who had a job outside the home and were mothers of children in early childhood, began to feel physically and emotionally exhausted during the pandemic period. This panorama reinforces the profound gender inequality in the labor market that has been experienced for so long and is rooted in the history of society.

Keywords: Maternity. Paid work. Women's emotional exhaustion.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
2 REFERENCIAL TEÓRICO	8
2.1 Exaustão emocional	8
2.2 Exaustão emocional entre trabalhadoras	9
2.3 Exaustão emocional das trabalhadoras no contexto pandêmico	10
3 ASPECTOS METODOLÓGICOS	11
4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	13
4.1 Nova rotina no contexto da pandemia	13
4.2 Trabalho remunerado <i>versus</i> trabalho doméstico	17
4.3 Exaustão emocional	18
4.4 Carreira no contexto pandêmico	20
4.5 Ser mulher, trabalhadora e mãe	23
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	24
REFERÊNCIAS	26

1 INTRODUÇÃO

A pandemia do Covid-19 trouxe uma série de desafios para todo o mundo. No caso específico da população mais jovem, especialmente as crianças e adolescentes, as consequências experimentadas nesse período ainda irão refletir por longos anos, dado que esse grupo foi impedido de conviver, durante um intervalo de tempo que não pode ser desprezado, com familiares e amigos, bem como de frequentar a escola e outros ambientes que contribuem para o processo de socialização (UNICEF, 2021).

E apesar de alternativas como o ensino remoto emergencial terem sido criadas para lidar com o fechamento das escolas, emergiram diversas dificuldades nesse contexto, tais como a falta de didática, tempo e preparo dos pais para assumirem um maior protagonismo no processo de ensino (LAGUNA et al., 2021; PAIVA et al., 2021).

Vale ponderar, contudo, que, se o período foi difícil para as crianças, igualmente o foi para pais e mães, que tiveram que assumir a responsabilidade pelas atividades escolares dos filhos a partir do momento em que houve o fechamento temporário das instituições de ensino e creches (PAIVA et al., 2021). Pais e mães que passaram a trabalhar em *home office* precisaram acumular, além dos afazeres domésticos e suas atividades laborais, os cuidados para com os filhos em tempo integral e o papel educacional, sem possibilidade de interromperem o trabalho diário e os compromissos profissionais (SPNINELLI et al., 2020; MARCHETTI et al., 2020; DORNA, 2021).

Segundo dados divulgados pela Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ, 2020), durante a pandemia, muitos trabalhadores, em especial as mulheres, passaram a experimentar maior ansiedade e/ou depressão, além de terem mudado seus hábitos de sono e passado a abusar do consumo de bebidas alcoólicas. Diante desse cenário, definiu-se como objetivo de pesquisa identificar e compreender os fatores que, no contexto pandêmico, contribuíram para a exaustão emocional das mães que também trabalham fora do lar.

A realização da presente pesquisa justifica-se, considerando, entre outros aspectos, que o impacto do contexto pandêmico sobre as pessoas, principalmente as trabalhadoras que também são mães, pode não ficar limitado apenas a esse período, ou seja, o estado emocional desse grupo formado por milhões de mulheres no Brasil pode reverberar por um largo intervalo de tempo no pós-pandemia. Logo, faz-se necessário avançar na compreensão dessa questão, visando fornecer subsídios para que empresas e governos possam desenvolver ações capazes de mitigar o esgotamento das mulheres que tiveram que se desdobrar durante a pandemia.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Exaustão emocional

A exaustão emocional refere-se a uma carência de disposição para executar as atividades laborais, que dificulta ao indivíduo manter o mesmo nível de desempenho no trabalho (WRIGHT; CROPANZANO, 1998; TAMAYO, 2002; WITTMER; MARTIN, 2010; MARCHAND; VANDERBERGHE, 2016). Quando associada a sentimentos de indiferença e fracasso profissional, dá origem à síndrome de Burnout, que pode ser definida como uma resposta emocional ao estresse decorrente das situações vivenciadas no trabalho (MASLACH; JACKSON, 1981; BAERISWYL et al., 2016).

Em decorrência da exaustão emocional crônica, o trabalhador passa a nutrir sentimentos de frustração e tristeza, além de se tornar mais irritadiço e ansioso no dia a dia e se sentir mentalmente fatigado, podendo também ser acometido por diversos problemas de saúde (TAMAYO, 2002; WITTMER; MARTIN, 2010; MARCHAND; VANDERBERGHE, 2016; BAERISWYL et al., 2016).

Entre os antecedentes do esgotamento emocional do trabalhador, têm-se a sobrecarga laboral, a elevada pressão para cumprimento de prazos, o excesso de conflitos vivenciados no ambiente de trabalho, a exposição a condições laborais precárias e/ou a um clima organizacional desfavorável, a frustração das expectativas profissionais e a ausência de suporte do supervisor (MASLACH; JACKSON, 1981; LEE; ASHFORTH., 1996; BAERISWYL et al., 2016).

As implicações da exaustão emocional incidem tanto sobre o trabalhador quanto sobre as organizações. O trabalhador, além de ter comprometida sua saúde física e/ou mental, ainda passa a enfrentar dificuldades em suas relações interpessoais no trabalho e grupos sociais, podendo desenvolver uma inclinação ao uso de álcool e/ou outras drogas (MASLACH; JACKSON, 1981; LEE; ASHFORTH., 1996; BAERISWYL et al., 2016). Já as organizações, além de passarem a ter funcionários com baixa produtividade e que mantêm atitudes contraprodutivas, ainda convivem com maiores níveis de rotatividade e absenteísmo (TAMAYO, 2002; MARCHAND; VANDERBERGHE, 2016; BAERISWYL et al., 2016).

Além disso, a exaustão emocional está relacionada com a queda do comprometimento organizacional e satisfação no trabalho, o que evidencia seu potencial para deteriorar as relações entre as organizações e os trabalhadores (TAMAYO; TRÓCCOLI, 2002; MARCHAND; VANDERBERGHE, 2016).

2.2 Exaustão emocional entre trabalhadoras

Na atualidade, os trabalhadores têm encontrado um mercado de trabalho marcado por um nível crescente de exigências, que estimula um clima de concorrência e competitividade cujo efeito imediato é o aumento da cobrança por desempenho e polivalência individual (LEMOS; BARBOSA; MONZATO, 2020).

Para as trabalhadoras, contudo, a situação no mercado de trabalho é ainda mais crítica, dado que a sociedade mantém como atribuição feminina a responsabilidade principal pelos cuidados domésticos e familiares, o que se soma ao fato de que, mesmo nos dias atuais, as expectativas quanto aos diferentes papéis sociais que devem ser desempenhados pelos gêneros masculino e feminino levam a discrepâncias no tocante à inserção e permanência de homens e mulheres no universo laboral (COTRIM; TEIXEIRA; PRONI, 2020; ALMEIDA et al., 2021).

Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2018) apontam que, em comparação aos homens, as mulheres desempenham, em média, 10,4 horas por semana a mais de trabalho doméstico e/ou de cuidado com a família, que se somam às demandas profissionais. Esse contexto, todavia, não é exclusividade do Brasil. De acordo com um estudo realizado pela Organização Internacional do Trabalho (OIT, 2021), as mulheres continuam sendo associadas às atividades não remuneradas de manutenção da vida familiar. Permanecem, portanto, como as principais responsáveis por grande parte do trabalho não remunerado, o que compromete o tempo disponível para se dedicarem ao trabalho remunerado e a suas carreiras (IBGE, 2018; MELO; MORANDI, 2021; OIT, 2021).

Conciliar trabalho e família sempre foi – e continua sendo – um desafio para as mulheres, que são cobradas por buscarem um equilíbrio entre as atividades domésticas, socialmente impostas a elas como responsabilidades indissociáveis da figura feminina, e o trabalho remunerado e a carreira (LEMOS; BARBOSA; MONZATO, 2020).

Ao tentarem superar as barreiras que lhes foram impostas e se dedicarem à carreira, as mulheres deparam-se com um mercado de trabalho que reflete a distinção social entre os gêneros masculino e feminino (LEMOS; BARBOSA; MONZATO, 2020; OIT, 2021). Apesar dos mecanismos legais existentes e das campanhas de conscientização que buscam promover uma real mudança nos paradigmas que permeiam as relações de trabalho, as mulheres precisam batalhar muito para que tenham oportunidades profissionais e salários equiparados aos dos homens (IBGE, 2018; PRONI; PRONI, 2018; OIT, 2021).

A sobrecarga de funções, atrelada à tentativa de equilibrar diferentes papéis, buscando desempenhar todos eles com excelência, leva as trabalhadoras a terem maior propensão à

exaustão emocional, cujos efeitos perniciosos impactam diferentes dimensões de suas vidas (PRONI; PRONI, 2018; LEMOS; BARBOSA; MONZATO, 2020; ALMEIDA et al., 2021).

2.3 Exaustão emocional das trabalhadoras no contexto pandêmico

Durante a pandemia mundial causada pelo Covid-19, os países impuseram bloqueios de fronteiras e medidas de isolamento, determinando o fechamento de espaços públicos sociais, escolares e de lazer, mantendo somente serviços essenciais e recomendando a permanência das pessoas em seus lares (GONZÁLEZ-SANGUINO et al. 2020; MARCHETTI et al., 2020; LEMOS; BARBOSA; MONZATO, 2020). Nesse contexto, o *home office* foi a alternativa possível para viabilizar a continuidade das atividades laborais longe dos espaços tradicionais (MARCHETTI et al., 2020; LEMOS; BARBOSA; MONZATO, 2020; DIAS; CHANCE; BUCHANAN, 2020; PEDROSA et al., 2020).

O *home office* ou teletrabalho foi empregado por grande parte das organizações para contornar as restrições impostas pelo poder público e, apesar de ter permitido que as pessoas realizassem seu trabalho na segurança de seus lares, tornou-se um grande desafio para os trabalhadores no contexto pandêmico (DORNA, 2021).

Com o fechamento temporário das escolas, os pais que passaram a trabalhar em regime de *home office* tiveram que acumular, além dos afazeres domésticos e suas atividades laborais, os cuidados com os filhos em tempo integral e o papel educacional. Tal realidade, ao mesmo tempo em que representou uma oportunidade de os trabalhadores compartilharem um tempo maior com suas famílias, gerou um fardo de responsabilidade devido à necessidade de cuidar dos filhos, sem possibilidade de interromper o trabalho diário e os compromissos profissionais (SPINELLI et al., 2020; MARCHETTI et al., 2020; DORNA, 2021).

Em decorrência desse acúmulo de tarefas e, por conseguinte, da sobrecarga oriunda ou acentuada devido à pandemia do Covid-19, as pessoas passaram a experimentar sintomas como ansiedade, depressão, transtornos de estresse e insônia (GONZÁLEZ-SANGUINO et al., 2020; PEDROSA et al., 2020). Cabe ressaltar, contudo, que as mulheres acabaram sendo mais afetadas pelo acréscimo de responsabilidades pessoais e familiares (HWANG; HUR; SHIN, 2020; DIAS; CHANCE; BUCHANAN, 2020; DORNA, 2021), dado que já acumulavam uma carga elevada de atribuições no lar (GONZÁLEZ-SANGUINO et al., 2020; DORNA, 2021).

Devido à maior permanência de todo o núcleo familiar no lar, as atividades atreladas aos cuidados com a casa e com as crianças foram intensificadas, o que, somado ao aumento da

quantidade de horas dedicadas a essas atividades, criou um contexto que reforçou a sobrecarga feminina e as dificuldades vivenciadas pelas mulheres em decorrência da alternância frequente entre o trabalho produtivo e o reprodutivo (DORNA, 2021).

Como consequência direta do aumento das responsabilidades no lar, acompanhado pela diminuição da interação social, as mulheres no período de pandemia experimentaram maior desgaste psicológico, cujos reflexos mais graves foram ansiedade, depressão e sensação ininterrupta de esgotamento (GONZÁLEZ-SANGUINO et al., 2020; HWANG; HUR; SHIN, 2020; DORNA, 2021), os quais se manifestaram de forma ainda mais acentuada entre as trabalhadoras mais jovens e inexperientes (HWANG; HUR; SHIN, 2020; DIAS; CHANCE; BUCHANAN, 2020).

3 ASPECTOS METODOLÓGICOS

Visando identificar e compreender os fatores que, no contexto pandêmico, contribuíram para a exaustão emocional das mães que também trabalham fora do lar, realizou-se uma pesquisa descritiva qualitativa. Para coleta de dados, empregou-se o método de entrevista em profundidade semiestruturada.

Tal decisão metodológica deve-se ao fato de que as entrevistas permitem que o pesquisador se aproxime das percepções e vivências dos sujeitos entrevistados, ampliando sua compreensão a respeito do fenômeno examinado, além de proporcionarem maior flexibilidade ao processo de coleta de dados, pois, mesmo que haja um roteiro pré-definido de perguntas, mantém-se a possibilidade de se proporem novos questionamentos a qualquer momento para explorar as informações obtidas (LAKATOS; MARCONI, 2010).

Foram realizadas entrevistas com 10 mulheres que tinham um trabalho remunerado, estando empregadas em uma organização e exercendo sua função em *home office* durante a pandemia do Covid-19, e que eram mães de crianças na primeira infância, ou seja, de até seis anos de idade. A opção por selecionar apenas trabalhadoras com filhos na primeira infância justifica-se ao se considerar que, quanto menor a idade, mais dependentes as crianças são, o que tende a agravar as dificuldades enfrentadas para conciliar as demandas profissionais e familiares no contexto pandêmico. Ademais, os filhos em primeira infância, mesmo nos horários das aulas remotas, precisaram ser assistidos, o que possivelmente contribuiu para uma maior sobrecarga das mulheres que são mães e também têm um trabalho fora do lar.

As entrevistadas foram escolhidas a partir de uma busca feita no LinkedIn utilizando os termos “mãe” e “maternidade”, sendo pré-selecionados os perfis nos quais essas palavras constavam em títulos ou na descrição informada pelas próprias profissionais. Em seguida, foi feita uma checagem acerca do vínculo atual de emprego, descartando as mulheres que não estavam empregadas no momento ou que eram autônomas. Por fim, buscaram-se referências que indicassem que as trabalhadoras estavam atuando em *home office*.

O roteiro utilizado para nortear as entrevistas continha questões que perpassaram, nessa ordem, pela identificação pessoal e profissional das mulheres que participaram do estudo; rotina de trabalho no contexto pandêmico; percepção sobre a carreira naquele momento específico; desafios para conciliar o trabalho remunerado, os afazeres domésticos e a maternidade durante a pandemia; e causas e consequências da eventual exaustão emocional experimentada em decorrência das circunstâncias que estavam sendo vivenciadas.

Antes de iniciar as entrevistas, a pesquisadora prestou os devidos esclarecimentos às entrevistadas acerca do contexto e objetivos da pesquisa, deixando claro que seus nomes seriam mantidos em sigilo e que elas poderiam interromper sua participação a qualquer momento. Em seguida, perguntou-se, nessa ordem, se havia alguma dúvida ou questionamento, se elas anuíam em participar e se estavam de acordo com a utilização para fins acadêmicos das informações que forneceriam. Somente depois de obter o consentimento livre e esclarecido das mulheres é que as entrevistas eram, de fato, iniciadas.

Devido ao contexto da pandemia do Covid-19, as entrevistas foram realizadas pelo Google Meet, o que, além de garantir a segurança da pesquisadora e das entrevistadas, ainda permitiu contornar a distância geográfica envolvida e propiciou maior flexibilidade no tocante ao agendamento de horários.

Os dados coletados foram analisados utilizando a técnica de Análise de Conteúdo, que consiste em examinar a recorrência de temas abordados e palavras-chave citadas ao longo das entrevistas, bem como a aproximação dos relatos feitos pelos entrevistados (LAKATOS; MARCONI, 2010).

Essa técnica de análise, que tem sido utilizada com grande frequência no campo de pesquisa da Administração, permite a sistematização e interpretação das informações obtidas, favorecendo a compreensão do fenômeno estudado. Foram seguidas as seguintes etapas: estudo de documentos e outras fontes relativas ao objeto de pesquisa; elaboração de códigos e categorias a partir do referencial teórico consultado; identificação, categorização e interpretação dos dados coletados (MOZZATO; GRZYBOVSKI, 2011).

4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Durante o processo de coleta de dados, foram realizadas 10 entrevistas com mulheres que são mães e possuíam, naquele momento, um trabalho remunerado. As entrevistadas tinham filhos na primeira infância e a descrição de seus perfis do LinkedIn incluía a palavra mãe. No Quadro 1, podem-se verificar a idade, município de residência e profissão de cada uma das mulheres que participaram da pesquisa.

Quadro 1 – Características das entrevistadas

Entrevistada	Idade	Município de Residência	Profissão
Entrevistada 1 (E1)	37 anos	São Paulo	Psicóloga
Entrevistada 2 (E2)	38 anos	Rio de Janeiro	Psicóloga
Entrevistada 3 (E3)	37 anos	São Paulo	Psicóloga
Entrevistada 4 (E4)	32 anos	Belo Horizonte	Administradora
Entrevistada 5 (E5)	35 anos	Franca	Gestora de RH
Entrevistada 6 (E6)	25 anos	São Paulo	Analista de Telecom
Entrevistada 7 (E7)	39 anos	Montes Claros	Socióloga
Entrevistada 8 (E8)	37 anos	São Paulo	Coordenadora de RH
Entrevistada 9 (E9)	33 anos	São Paulo	Coordenadora de RH
Entrevistada 10 (E10)	35 anos	São Paulo	Administradora

Fonte: elaboração própria (2021).

Perpassando pelas questões norteadoras presentes no roteiro de entrevista, a discussão dos resultados foi dividida em cinco subtópicos, representativos das categorias que emergiram na análise: nova rotina no contexto da pandemia; trabalho remunerado *versus* trabalho doméstico; exaustão emocional; carreira no contexto pandêmico; e conciliação dos múltiplos papéis desempenhados.

4.1 Nova rotina no contexto da pandemia

Inicialmente, as entrevistadas foram convidadas a discorrer acerca de como organizaram suas rotinas diárias depois que teve início a pandemia do Covid-19. Todas relataram a

necessidade de adaptação e destacaram que a prioridade era suprir as necessidades dos filhos. Em seguida, vinham os cuidados com a casa em equilíbrio com as demandas profissionais.

“Meu marido é muito calmo e me ajuda, o famoso adulto funcional. No início foi ótimo, porque pude ver mais meu filho, nos dois primeiros meses. Então minha prioridade era meu filho e a casa meu marido fazia mais. Depois comecei a achar um equilíbrio, onde começo a trabalhar às 6h30 da manhã, às 2 horas da tarde parava para resolver coisas da casa e ficar mais com meu filho e às 6 horas meu marido chega do trabalho e eu volto a trabalhar.” (E10)

“No início me sentia mal, mas depois acostumei e entendi que era minha realidade. Falava ‘preciso de 15 minutos para dar um lanche para meus filhos’, se as pessoas não têm essa realidade, eu tenho. São duas crianças que dependem total de mim. A casa, cuidava quando podia, aceitei que ela não ficaria arrumada como gosto e aprendi a conviver com a bagunça.” (E6)

“O meu trabalho continuou presencial, o do meu marido, não, e ele ficou em casa. Todas as responsabilidades de escola e cuidado da casa ficaram com ele. Passou uns dois meses eu vi que não tinha jeito e voltamos com a ajudante em casa. Era aula online, casa, comida, eu estudo, tivemos que voltar.” (E7)

As entrevistadas também relataram que, no início da pandemia, isolaram-se, sem rede de apoio. Depois disso, passaram a contar com os familiares ou prestação de serviços e, atualmente, com o retorno das escolas e creches, o cotidiano está mais próximo do que vivenciavam antes do Covid-19. O período sem rede de apoio foi, em um primeiro momento, bastante difícil, mas depois alternativas foram sendo criadas para reorganização da rotina familiar.

“Até março de 2020 ela ficava na escola, com a pandemia precisei de uma rede de apoio familiar, então recorri à minha mãe para vir morar comigo. O cuidado com a casa fazia nos horários possíveis.” (E8)

“No meio da pandemia tive uma situação de violência doméstica. Precisei me fechar para cuidar de mim e dos meus filhos. É muito ruim não ter rede de apoio, não podia nem contratar serviços, porque a minha renda caiu. De repente me vi me abrindo para algo diferente que é o convívio com vizinhos. Aqui em São Paulo não é algo comum ter essa aproximação, mas fui me abrindo e hoje tenho grandes vizinhos amigos.” (E6)

A ausência de rotina escolar foi um aspecto levantado pelas mulheres entre os problemas vivenciados na pandemia: primeiro, como uma situação que levou à ampliação de suas responsabilidades diárias, visto que algumas escolas mantiveram aulas em formato remoto, e também pela ausência de convívio das crianças com outras crianças, gerando ansiedade, irritabilidade e insatisfação.

“Eu também tenho um filho que tem 10 anos e ele sofreu muito no início. Não se adaptou às aulas online e sentia falta dos amigos, até chorava. Eu ficava muito nervosa, porque ele não se concentrava nas aulas. Tirei ele da escola e vou esperar o retorno das aulas presenciais, em casa ele não estava absorvendo nada.” (E4)

“A [filha] se adaptou super bem às aulas virtuais, eu que não gostei. Os professores pediam muito que os pais acompanhassem, mas eu não podia deixar de trabalhar. Com o tempo, minha filha se organizou sozinha. Interagia com as amiguinhas pelo celular, mas não é a mesma coisa. Com as coisas melhorando, comecei a promover encontros com algumas famílias que sabia que estavam se cuidando.” (E3)

Ainda em relação ao fechamento provisório das escolas e creches, vale ponderar que o esgotamento emocional experimentado durante o período pandêmico pelas entrevistadas, que são mães e ainda tinham um trabalho remunerado, não se deve apenas às novas responsabilidades assumidas no tocante ao ensino dos filhos, mas também ao sentimento de culpa que nutriam, bem como à sensação de que não estavam fazendo o suficiente.

Três entrevistadas se divorciaram no período pandêmico, o que tornou mais desafiadora a adequação da rotina doméstica e laboral, dado o novo contexto familiar e as questões emocionais envolvidas. Em contrapartida, outras três tiveram apoio do marido para reorganizarem as responsabilidades do lar e atenderem às necessidades dos filhos.

“Logo no início da pandemia meu marido foi demitido. Foi ruim por conta da nossa renda, tivemos que cortar muita coisa, mas ele pode ajudar mais em casa, ajudar mais com nossa filha. Foi muito bom. Hoje ele conseguiu um emprego, muito abaixo da qualificação dele, mas trabalha menos, então ficou bom.” (E1)

“Meu companheiro é muito parceiro. Fizemos uma divisão das atividades, no início tivemos desentendimentos, sim, mas fomos nos ajustando. Nos uniu enquanto casal, ficamos mais próximos.” (E4)

Todas as entrevistadas ainda relataram que contrataram algum tipo de serviço de apoio nos cuidados da casa e/ou dos filhos em algum momento da pandemia, devido à sobrecarga que estavam experimentando no período.

“Quando as coisas começaram a ficar mais calmas aqui em São Paulo, em setembro do ano passado [2020], voltei com a faxineira toda semana. Tivemos cuidado, ficávamos de máscara. Eu não aguentava mais toda a sobrecarga, eu sozinha e com duas crianças.” (E6)

“No mês de março fiquei isolada com meu então marido e minha filha. Com a separação, negocie com a babá e ela veio morar comigo. É uma senhora mais velha, os filhos adultos. Agora tenho a guarda compartilhada da minha filha, uma semana ela fica comigo e na outra vai para o pai.” (E3)

Com relação às atividades escolares e de lazer dos filhos, as 10 entrevistadas afirmaram que o início da pandemia foi bastante desafiador e, em sua percepção, pouco puderam fazer por eles. As entrevistadas usaram os termos “sobrecarga” e “desafio” com frequência quando discorreram a respeito da responsabilidade de acompanhar as atividades escolares dos filhos. Uma entrevistada optou por tirar provisoriamente o filho da escola (E4), enquanto as demais continuaram atendendo paralelamente as demandas escolares e do trabalho.

Um ponto interessante é que em nenhum momento foram citadas situações como mal desempenho ou comprometimento do aprendizado dos filhos, apesar de as entrevistadas terem avaliado que fizeram “pouco” nesse âmbito. Sendo assim, pode-se inferir que elas possivelmente alimentaram, ao longo da pandemia, uma auto crítica muito severa no tocante a seu desempenho enquanto mães, não tendo ocorrido, de fato, uma dedicação insuficiente às demandas escolares dos filhos.

O fechamento temporário das escolas e creches é outro aspecto que merece destaque para que se compreenda esse cenário de maneira mais ampla, considerando que acentuou a sobrecargas das mães que também tinham um trabalho fora do lar, especialmente daquelas que tinham filhos pequenos (SPNINELLI et al., 2020; MARCHETTI et al., 2020; DORNA, 2021). Ao contrário de um adolescente, uma criança que está na primeira infância precisa de acompanhamento integral, inclusive nos horários das aulas remotas, que foram a alternativa encontrada pelas instituições de ensino para que o processo educacional não fosse interrompido

por completo. Essa demanda adicional que emergiu durante a pandemia contribuiu para ampliar o esgotamento das mães que estavam trabalhando em regime de *home office*.

4.2 Trabalho remunerado *versus* trabalho doméstico

Todas as entrevistadas relataram que passaram a acordar mais cedo para cuidar das demandas da casa e alimentação da família. Apesar disso, em todas as entrevistas o termo “culpa” foi citado em algum momento.

“Meu filho caiu do sofá e quebrou o braço. Me senti péssima, fiquei desesperada no hospital. Mas depois eu pensei “onde o pai estava?” e me perdoei. Dou o meu melhor, não vou carregar culpa sozinha. Passei a acordar às cinco horas da manhã para deixar as coisas mais organizadas, às vezes vou dormir na madrugada.” (E6)

“No início da pandemia fiquei pedindo *delivery* para tudo, depois fui percebendo como meu filho estava comendo mal. Comecei a levantar mais cedo para cozinhar, à noite meu marido chegava e cuidava mais das coisas da casa. Não consegui manter as coisas como eram antes, chorava pela casa bagunçada, ou pelo trabalho muitas vezes sem qualidade, uma mistura de culpa e frustração com tudo.” (E5)

Analisando os relatos obtidos, verificou-se que todas as mulheres entrevistadas criaram estratégias para conseguirem atender aos múltiplos papéis desempenhados. As que possuíam companheiro ou a mãe dividindo o contexto de responsabilidades naquele momento ainda relataram preocupações adicionais, como, por exemplo, a necessidade de momentos íntimos com o marido ou o bem-estar da mãe.

“Foi muito difícil cuidar do casamento e isso me preocupava muito. Meu marido é mais calado, não fala, então ficava ansiosa pensando o que ele estava achando. Um dia tive uma crise de choro muito forte e conversamos melhor. Eu sempre choro, não brigamos, mas eu choro nessas situações. As coisas foram melhorando.” (E5)

“Meu marido não parou de trabalhar na pandemia, só duas semanas. Eu ficava com medo de me aproximar dele por ele está indo para a rua, tinha medo pelas crianças também. Na porta de casa ele já tirava o uniforme e ia para o banho, nem na mesma cama a gente dormia. Com o tempo virou rotina e fomos nos acostumando. Graças a Deus não pegamos Covid nenhuma vez.” (E9)

Ao longo das entrevistas, observou-se também que, apesar de todo o cuidado, zelo e várias funções exercidas simultaneamente, as mulheres entrevistadas experimentaram o sentimento de insatisfação em várias fases do período pandêmico. Somente uma entrevistada indicou que, após acompanhamento especializado por meio de terapia, passou a entender que faz o seu melhor, aceitando suas limitações dentro do contexto atual (E6).

4.3 Exaustão emocional

Em determinado ponto das entrevistas, foram apresentados às entrevistadas diversos sintomas identificados como decorrentes da exaustão emocional, sendo-lhes solicitado, em seguida, que apontassem quais desses sintomas apresentaram depois que se iniciou a pandemia, se fosse esse o caso. Todas as 10 mulheres relataram sentir de forma muito recorrente insônia, frustração e tristeza. Além disso, afirmaram que em grande parte do dia se sentiam irritadas.

“Insônia, muita irritação, triste pelo mundo, eu sinto muito as coisas. Meus pais são idosos, fiquei em pânico porque moro longe deles, uns 200 km. Senti tudo o que você pode imaginar.” (E5)

“Senti-me muito frustrada, tive que trocar de área no trabalho. O RH sofreu muito nessa pandemia, porque tivemos que reaprender a fazer tudo, acalmar e informar as equipes, foi muito trabalho. Voltei a fumar, tinha parado há 10 anos. Fiquei muito ansiosa.” (E6)

“Um dia, acho que era maio ou junho, eu percebi o quanto estava conversando gritando em casa. Eu só conversava gritando com as crianças. Meu trabalho me irritava e estava descontando neles. Parei tudo e comecei do zero. Estava irritada, triste, quase não dormia.” (E10)

“Muito sono, depois muita insônia, cansaço, uma angústia, tristeza, tudo. Agora sinto que melhorei. A volta das escolas aqui em São Paulo, eu acho que foi o período que melhorei. Mas não sei quando vou ficar boa.” (E1)

“Cansaço, estresse e insônia foi o que eu mais senti. Exaustão... Estou exausta de verdade. Tudo isso e com um bebê, sem rede de apoio é difícil.” (E9)

“Claro que no início senti medo, depois irritação, cansaço. Agora estou bem, desenvolvo um projeto de mulheres, às vezes vejo os amigos mais próximos. Na semana que minha filha está com o pai me dedico muito às minhas coisas.” (E3)

“Sinto exaustada pelo trabalho e por ter ajuda da minha mãe. Foi muito difícil a convivência com ela, não aceita muito minhas escolhas. Com a creche funcionando agora tudo fico melhor.” (E8)

Também foi unânime o relato a respeito da sobrecarga laboral e pressão para cumprimento de prazos. As sete entrevistadas que atuavam na área de Gestão de Pessoas ainda relataram que este setor foi muito impactado, pois teve que lidar com o aumento significativo do volume de trabalho devido às adaptações pelas quais as empresas e os empregados tiveram que passar durante a pandemia, bem como à necessidade de ampliar os cuidados com a saúde física e mental das equipes.

“Logo no início, precisamos desligar 30 colaboradores. Foi muito difícil. Passei por isso em casa, meu marido foi dispensado, então sabia o que essas pessoas passariam. Toda semana tinha que atender algum chamado por atestado médico de ansiedade, depressão. As equipes estavam doentes.” (E1)

“Eu coordeno uma equipe de recursos humanos. Há mais de 10 anos trabalho com minha líder e comentamos como este é o período mais difícil que vivemos. Tivemos que aprender tudo, melhorar comunicados, procedimentos. Em um mês, a empresa retomou e o RH continuou em *home office*, as áreas administrativas em geral... Senti essa distância como um fator negativo, as pessoas não entendiam que estava em casa, mas tinha horário, foi difícil.” (E8)

Entre as mulheres entrevistadas, a sensação de fadiga, bem como sentimentos de frustração, tristeza, irritação e ansiedade tornaram-se recorrentes. Considerando que todos esses sintomas estão associados à exaustão emocional (MASLACH; JACKSON, 1981; WRIGHT; CROPANZANO, 1998; TAMAYO, 2002; WITTMER; MARTIN, 2010; MARCHAND; VANDERBERGHE, 2016; BAERISWYL et al., 2016), pode-se concluir que, em decorrência dos novos desafios que emergiram no contexto pandêmico, as trabalhadoras que também são mães ficaram esgotadas emocionalmente.

Dado que a exaustão emocional, além de impactar a saúde física e mental do indivíduo (TAMAYO, 2002; WITTMER; MARTIN, 2010; MARCHAND; VANDERBERGHE, 2016; BAERISWYL et al., 2016), ainda afeta seu comprometimento e satisfação no trabalho (TAMAYO; TRÓCCOLI, 2000; MARCHAND; VANDERBERGHE, 2016), depreende-se que as mulheres que tiveram que se desdobrar para conciliarem suas atividades profissionais, cuidados com os filhos e assistência às atividades escolares, tudo isso de maneira concomitante, foram fortemente impactadas nesse cenário de pandemia, o que resultou em sofrimento e angústia. Prova disso é que várias entrevistadas relataram ter crises de choro no período.

4.4 Carreira no contexto pandêmico

As entrevistadas também foram questionadas a respeito de como avaliavam suas carreiras naquele momento. Uma delas afirmou que considerava excelente seu momento profissional e que viu na pandemia uma oportunidade, pois conseguiu equilibrar de forma mais justa consigo mesma a vida profissional, pessoal e materna (E8). De forma semelhante, a entrevistada E6 mencionou que o período de isolamento social foi positivo, pois compreendeu e aceitou seus limites, entendendo que só poderia oferecer à empresa até certo ponto, e com o passar do tempo a empresa passou a aceitar isso também.

Em contrapartida, as demais entrevistadas relataram não crer que estavam vivenciando um momento profissional favorável, visto que, em suas áreas de atuação, enfrentaram períodos com alto nível de pressão por metas e entregas, além de que a busca pelo equilíbrio entre as demandas domésticas e laborais as deixavam exaustas e a adaptação às ferramentas digitais e distância dos colegas foi bastante desafiadora.

“Por muitas vezes me sentia só, sem o apoio de um colega. Pelo computador é difícil interagir.” (E5)

“No início, até maio [2020], senti apoio e entendimento para os prazos, as entregas. Depois desse período, senti que normalizou o entendimento que a pandemia ia continuar e a minha liderança imediata voltou a cobrar entregas como antes da pandemia.” (E7)

“Por mais que eu fazia bem feito o meu trabalho, me cobrava muito mais por estar em casa. Era como se eu não tivesse direito, na minha cabeça, de ver meu filho e sorrir.

Conseguir equilíbrio entre casa, filho e trabalho e sentimentos foi difícil. Parecia que às vezes me sentia culpada por estar em casa, mesmo em pandemia. Prefiro ir para o escritório.” (E5)

Complementarmente, algumas entrevistadas afirmaram que suas carreiras foram negativamente impactadas ao longo da pandemia, enquanto outras relataram que, apesar de alguns reveses (p. e. mudança de área ou perda do emprego), sua evolução profissional não foi prejudicada de maneira significativa.

“Troquei de área e isso me prejudicou. Eu sinto que quando tudo acabar, vou precisar começar do zero.” (E6)

“Me prejudicou, porque eu estava prestes a mudar de área, não estou satisfeita com meu emprego atual. Não posso sair sem nada certo, porque a maior renda em casa é a minha. Eu quero muito sair, estou me preparando, mas é difícil.” (E5)

“Eu senti que foi uma oportunidade, troquei de emprego, de área. Estou aprendendo novas coisas.” (E4)

“Acho que foi mais positivo do que negativo. Continuei na minha área, tive bons *feedbacks*, tive aumento. Mas minha cabeça não para, trabalho muito, isso é ruim.” (E10)

“Fui demitida no início da pandemia, mas consegui novo emprego. Agora em uma função mais generalista. Sinto a limitação da nova empresa, de fazer o que eu gosto, mas consegui trabalhar dois dias em casa e isso é bom, antes tinha que ir todos os dias ao escritório.” (E2)

Na relação com a chefia imediata, os relatos apresentam diferentes realidades. A maioria das mulheres que participou do estudo indicou que mantinha uma boa relação com o gestor, mas, por outro lado, também foi pontuada, por mais de uma entrevistada, a situação de ter uma gestora mulher e sem filhos, cuja postura era pouco empática.

“Na minha relação com minha gestão imediata, desde o começo foi difícil, porque ela não tem filho.” (E2)

“A minha coordenadora tinha muita empatia, mas ela não é mãe, então não entendia de uma criança chorando, de uma pausa para socorrer um filho. Deixava, cedia o horário, mas não entendia.” (E4)

“A minha relação com a liderança imediata é boa, ele tem filhos e também seguiram o isolamento sem rede de apoio. Nunca questionou as ausências, ele sabia que eu compensaria [...]” (E3)

Entre os principais desafios profissionais elencados pelas entrevistadas, destacaram-se o *home office* e o equilíbrio entre a rotina da casa e as demandas do trabalho. Antes da pandemia, os papéis desempenhados não coincidiam; além disso, todas as entrevistadas contavam com ajuda para as atividades de limpeza da casa e os filhos estavam em escolas ou creches nos horários em que trabalhavam. A junção de todas as coisas e ao mesmo tempo, com o peso de uma pandemia repleta de incertezas, fez emergirem diversas dificuldades.

“Antes a minha vida era organizada, eu sou metódica com tudo, dinheiro, casa, filho. Perdi o controle. Preciso a todo momento pensar que é uma fase e tudo vai voltar ao normal.” (E1)

“Trabalhar em casa com as crianças na aula online é difícil. Cuidar da casa e comida até consegui bem, acordo mais cedo, deixo o almoço pré pronto, no fim do dia passo um pano em um dia, no outro lavo banheiro e vou fazendo assim. Concentrar com as crianças conversando foi o pior.” (E6)

“Como não temos parentes em São Paulo, eu e meu marido viramos pais e trabalhadores 100%. Não conseguimos manter nenhuma rotina de casal. Me sentia péssima por estar sempre cansada. Na terapia entendi que precisava fazer alguma coisa e quando minha filha dorme assistimos um filme, conversamos, bebemos algo. Estava muito difícil.” (E1)

“Mudei de emprego durante a pandemia. Também minha filha nasceu quase no início da pandemia. Vivi muitas fases difíceis, me sentia incapaz como mãe, profissional, esposa.” (E4)

“Não existe equilíbrio, não dá, a conta não fecha. Eu sou tudo ao mesmo tempo e agora tudo no mesmo lugar, na minha casa. Estou totalmente exausta.” (E6)

“Hoje no trabalho o ritmo é igual a antes da pandemia, em casa é pior do que antes. Comprei eletrodomésticos para ajudar, tudo elétrico, tem robô de pó, lava-louças. Peço comida todo dia. E assim eu vou.” (E9)

“Eu me cobro muito, sofro muito. Eu sou muito religiosa e me apego à fé, no propósito de cada vida. No dia a dia faço de tudo, às vezes durmo quatro horas por dia para dar conta.” (E7)

“Para responder hoje com tranquilidade foi difícil. Eu aceito minhas limitações e faço o que eu posso. Às vezes me sento no sofá e choro e está tudo bem. Apesar de tudo, tenho muito o que agradecer.” (E9)

“Acho que o desafio de tudo é que não consigo sentir confiança para mudar de carreira. Desenvolvi outros projetos, comecei a fazer um podcast, uma pós-graduação, meu filho retornou para a escola já há alguns meses. Foi um período difícil, mas tiro também bons aprendizados.” (E5)

A maioria das entrevistadas também relatou que não se via em um momento profissional favorável e que a pandemia impactou de forma negativa sua carreira. É plausível concluir, portanto, que os desafios e dificuldades que as mulheres costumemente enfrentam no mercado de trabalho (PRONI; PRONI, 2018; LEMOS; BARBOSA; MONZATO, 2020; COTRIM, 2020; ALMEIDA et al., 2021; OIT, 2021) foram agravados em decorrência do contexto pandêmico.

4.5 Ser mulher, trabalhadora e mãe

Na última parte das entrevistas, as mulheres que participaram da pesquisa foram questionadas acerca de como avaliavam seu desempenho como mães, considerando todas as adversidades vivenciadas até aquele momento. Apesar de a vivência mais próxima e a possibilidade de passar mais tempo com o(s) filho(s) terem sido apontadas como pontos positivos oriundos da pandemia, todos os relatos externalizaram um sentimento de insatisfação quanto ao próprio desempenho no papel de mães.

“Estando em casa, consegui perceber melhor o comportamento do meu filho e percebi que ele tinha algumas coisas, como andar na ponta dos pés, um desencontro de coisas.

Levei ele ao neuropediatra para uma avaliação, depois começamos o tratamento. Será que se eu não estivesse em casa iria perceber?” (E5)

“Para mim são duas fases, com e sem escola online. Sem aula online eu estava uma ótima mãe, com o início das aulas me senti péssima, porque ficava nervosa com a cobrança da professora querendo que eu ficasse junto e eu não podia, tinha que trabalhar. Eu poderia ter tido mais paciência.” (E10)

“Me sinto péssima. Ver minha filha e não conseguir atender de imediato, de fazer o que ela pede é horrível. Tive fases muito nervosa também.” (E1)

“Sou a melhor mãe que eu consigo ser. Hoje eu paro uma reunião para atender meu filho, minha filha, sirvo um lanche, ajudo no dever. Foi um período de mudanças para eles, precisava cuidar deles e de mim. Cumpro minhas entregas do trabalho, então eles não têm do que reclamar.” (E6)

“Como mãe me sinto bem. Com a separação, vim para a casa dos meus pais e eles me apoiam muito, cuidam bem e damos certo. Eu cuido deles também.” (E2)

Examinando os relatos colhidos, constatou-se que o exercício de autocrítica realizado pelas mães sobre o “maternar” estava carregado de culpa pela ausência de tempo para se dedicarem plenamente a todas as demandas. Como contraponto, duas entrevistadas estiveram em período de licença maternidade no início da pandemia e relataram que retornar ao trabalho em regime de *home office* foi mais tranquilo por não terem que deixar seus bebês aos cuidados de outras pessoas, mesmo que isso tenha gerado sobrecarga e cansaço.

Diante de tudo isso, infere-se que a exaustão emocional experimentada pelas mulheres entrevistadas se deveu à junção de uma série de fatores, tais como o exercício de diferentes papéis sociais que elas já desempenhavam antes do início da pandemia (GONZÁLEZ-SANGUINO et al., 2020; DORNA, 2021), a necessidade de cuidarem dos filhos em tempo integral, sem possibilidade de interromperem o trabalho diário (SPNIELLI et al., 2020; MARCHETTI et al., 2020; DORNA, 2021) e a cobrança severa que exerciam sobre si mesmas.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Historicamente, as mulheres, mesmo tendo um trabalho remunerado, acumulam a maior parte da responsabilidade de cuidar dos filhos e do lar, graças a uma imposição cultural que associa essas atividades ao gênero feminino. Todavia, com a pandemia do Covid-19, esse acúmulo de funções agravou-se, dado que os serviços de apoio prestados por escolas, creches, babás e empregados domésticos ficaram temporariamente inviabilizados.

Nesse contexto, conforme relatado por uma das entrevistadas, a “conta não fechava”. Mesmo trabalhando em regime de *home office*, não era possível cuidar dos filhos em tempo integral, principalmente se ainda estavam na primeira infância, acompanhá-los em suas atividades escolares e, ao mesmo tempo, lidar com a rotina diária de trabalho e os compromissos profissionais.

Apesar de as organizações, no início do surto pandêmico, terem adequado a cobrança às dificuldades do momento, com o passar do tempo, retornaram a pressão por resultados, os prazos apertados e o volume excessivo de trabalho atribuído aos empregados. Durante praticamente um ano e meio, os trabalhadores e trabalhadoras tiveram que lidar, de um lado, com a ausência ou funcionamento improvisado dos serviços de apoio, e do outro, com empregadores cada vez mais impacientes.

Como consequência direta disso, as mulheres, em especial aquelas que tinham um trabalho fora do lar e eram mães de filhos em primeira infância, passaram a se sentir exaustas física e emocionalmente durante o período pandêmico. Esse panorama reforça a profunda desigualdade de gênero no mercado de trabalho vivenciada há tanto tempo e enraizada na história da sociedade.

Com o maior controle da pandemia que tem sido alcançado no Brasil a partir do último trimestre de 2021, há possibilidade de o sofrimento, a angústia e o esgotamento que milhões de brasileiras podem ter experimentado ao longo de aproximadamente 18 meses – período no qual a pandemia demandou maiores restrições no tocante aos serviços de apoio, em especial creches e escolas – serem esquecidos pela sociedade e pelas organizações. Entretanto, a exaustão emocional e suas implicações danosas tendem a perdurar no pós-pandemia, dado que, na contemporaneidade, não há tempo para as pessoas se recuperarem adequadamente antes de iniciarem novas lutas.

Ao propor uma reflexão em torno dessa realidade, pretende-se evitar que o esgotamento emocional experimentado por incontáveis mulheres durante o período pandêmico seja ignorado ou caia no esquecimento após o fim do surto de transmissão do Covid-19. Nesse sentido, pode-se apontar que a presente pesquisa contribui para a academia, o meio empresarial

e a sociedade ao encorajar um novo olhar para as mulheres. Que sejam vistas as mães que também trabalham fora do lar ou vice-versa, as trabalhadoras que também são mães, que conciliam diariamente o cuidar, o maternar e o trabalhar, e que, durante os momentos mais duros da pandemia, desdobraram-se por seus filhos e empregos, muitas vezes nutrindo a sensação de que não faziam o suficiente.

Apesar de ter atingido o objetivo delimitado, a presente pesquisa tem como limitações o recorte de idade dos filhos das trabalhadoras e também o fato de ter focado nas mulheres que passaram a atuar em regime de *home office* durante a pandemia. Por isso, para estudos futuros, recomenda-se que sejam examinadas as experiências de outros grupos de trabalhadoras, em especial aquelas cujos filhos já haviam saído da primeira infância e as que tiveram que continuar trabalhando presencialmente.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. C.; SANTOS, F. N. F.; LIRIO, V. S.; BOHN, L. Reflexões sobre as relações entre desigualdade de gênero, mercado de trabalho e educação dos filhos. **Observatório Socioeconômico da COVID-19**, 2021. Disponível em: <https://www.ufsm.br/app/uploads/sites/820/2021/03/Textos-para-Discussao-26-Reflexoes-sobre-as-relacoes-entre-desigualdade-de-genero-mercado-de-trabalho-e-educacao-filhos.pdf>. Acesso em: 10 maio 2021.

BAERISWYL, S.; KRAUSE, A.; ELFERING, A.; BERSET, M. How workload and coworker support relate to emotional exhaustion: the mediating role of sickness presenteeism. **International Journal of Stress Management**, v. 24, n. 1, p. 52-73, 2016.

COTRIM, L. R.; TEIXEIRA, M. O.; PRONI, M. W. Desigualdade de gênero no mercado de trabalho formal no Brasil. **Instituto de Economia/Unicamp**, n. 383, 2020. Disponível em: <https://www.eco.unicamp.br/images/arquivos/artigos/TD/TD383.pdf>. Acesso em: 12 maio 2021.

DIAS, F. A.; CHANCE, J.; BUCHANAN, A. The motherhood penalty and the fatherhood premium in employment during Covid-19: evidence from The United States. **Research in Social Stratification and Mobility**, v. 69, 2020.

DORNA, L. B. H. O trabalho doméstico não remunerado de mães na pandemia da COVID-19: mudanças e permanências. **Laboreal**, v. 17, n. 1, 2021.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ). **Pesquisa analisa o impacto da pandemia na saúde mental de trabalhadores essenciais**, 2020. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/pesquisa-analisa-o-impacto-da-pandemia-na-saude-mental-de-trabalhadores-essenciais>. Acesso em: 20 novembro 2021.

GONZÁLEZ-SANGUINO, C. et al. Mental health consequences of the Coronavirus 2020 pandemic (COVID-19) in Spain: a longitudinal study. **Frontiers in Psychiatry**, v. 11, 2020.

HWANG, H.; HUR, W-M.; SHIN, Y. Emotional exhaustion among the South Korean workforce before and after COVID-19. **Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice**, v. 94, n. 2, p. 371-381, 2020.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Estatísticas de gênero: indicadores sociais das mulheres no Brasil**, 2018. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2101551>. Acesso em: 20 novembro 2021.

LAGUNA, T. F. S. et al. Remote education: parents' challenges in teaching during the pandemic. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Santa Maria, v. 21, n. 2, p. 403-412, 2021.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Fundamentos de metodologia científica**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

LEE, R. T.; ASHFORTH, B. E. On the meaning of Maslach's three dimensions of burnout. **Journal of Applied Psychology**, Washington, v. 75, p. 743-747, 1990.

LEMO, A. H. C.; BARBOSA, A. O.; MONZATO, P. P. Mulheres em home office durante a pandemia da COVID-19 e as configurações do conflito trabalho-família. **Revista de Administração de Empresas**, v. 60, n. 6, p. 388-399, 2020.

MARCHAND, C.; VANDERBERGHE, C. Perceived organizational support, emotional exhaustion, and turnover: the moderating role of negative affectivity. **International Journal of Stress Management**, v. 23, n. 4, p. 350-375, 2016.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced burnout. **Journal of Occupational Behaviour**, v. 2, p. 99-113, 1981.

MELO, H. P.; MORANDI, L. Mensurar o trabalho não pago no Brasil: uma proposta metodológica. **Revista Economia e Sociedade**, v. 30, n. 1, p. 187-210, 2021.

MOZZATO, A. R.; GRZYBOVSKI, D. Análise de conteúdo como técnica de análise de dados qualitativos no campo da administração: potencial e desafios. **Revista de Administração Contemporânea**, v. 15, n. 4, p. 731-747, 2011.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO (OIT). **Empowering women at work: government laws and policies for gender equality**, 2021. Disponível em: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_emp/---emp_ent/---multi/documents/publication/wcms_773233.pdf. Acesso em: 30 junho 2021.

PAIVA, E. D. et al. Comportamento infantil durante o distanciamento social na pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, n. 1, 2021.

PEDROSA, A. L. et al. Emotional, behavioral and psychological impact of the COVID-19 pandemic. **Frontiers in Psychiatry**, v.11, 2020.

PRONI, T. T. R. W.; PRONI, M. W. Discriminação de gênero em grandes empresas no Brasil. **Revista Estudos Feministas**, v. 26, n. 1, p. 1-21, 2018.

SPINELLI, M.; LIONETTI, F.; PASTORE, M.; FASOLO, M. Parental stress and psychological problems of children in families facing the outbreak of COVID-19 in Italy. **Frontiers in Psychiatry**, v. 11, 2020.

TAMAYO, M. R. Exaustão emocional no trabalho. **Revista de Administração**, v.37, n. 2, p. 26-37, 2002.

TAMAYO, M. R.; TRÓCCOLI, B. T. Construção e validação fatorial da Escala de Caracterização do Burnout (ECB). **Estudos de Psicologia**, v.14, n. 3, p. 213-221, 2009.

UNITED NATIONS CHILDREN'S FUND (UNICEF). **Impacto da Covid-19 na saúde mental de crianças, adolescentes e jovens é significativo, mas somente a 'ponta do iceberg'**, 2021. Comunicado de imprensa. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/comunicados-de-imprensa/impacto-da-Covid-19-na-saude-mental-de-criancas-adolescentes-e-jovens>. Acesso em: 20 novembro 2021.

WITTMER, J. L. S.; MARTIN, J. E. Emotional exhaustion among employees without social or client contact: the key role of nonstandard work schedules. **Journal of Business and Psychology**, v. 25, n. 4, p. 607-623, 2010.

WRIGHT, T.A.; CROPANZANO, R. Emotional exhaustion as a predictor of job performance and voluntary turnover. **Journal of Applied Psychology**, v. 83, n. 3, p. 486-493, 1998.