



CURSO DE PSICOLOGIA

ROBERTA DE ARAÚJO LISBÔA

**A SAÚDE MENTAL DA TRABALHADORA-MÃE NO CONTEXTO DE
PANDEMIA DO SARS-COV-2**

FORTALEZA

2021

ROBERTA DE ARAÚJO LISBÔA

**A SAÚDE MENTAL DA TRABALHADORA-MÃE NO CONTEXTO DE PANDEMIA
DO SARS-COV-2**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial à
obtenção do título de Bacharel em
Psicologia pela Faculdade Ari de Sá.

Orientador: Prof.Ma. Milena Bezerra de
Sousa Falcão.

Aprovado(a) em: ___/___/___

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me. Milena Bezerra de Sousa Falcão.
Orientador(a)
Faculdade Ari de Sá/ Universidade Federal do Ceará

Prof. Me. Beatriz Sernache de Castro Neves
Faculdade Ari de Sá/ Universidade de Fortaleza

Prof. Me. Jacinta Maria Grangeiro Carioca

Centro Universitário Ateneu

A SAÚDE MENTAL DA TRABALHADORA- MÃE NO CONTEXTO DE PANDEMIA DO SARS-COV-2: UM ESTUDO BIBLIOGRÁFICO

Roberta de Araújo Lisbôa¹
Milena Bezerra de Sousa Falcão²

RESUMO

O presente artigo teve como objetivo analisar aspectos psicossociais relacionados à saúde mental da trabalhadora-mãe no contexto da pandemia do SARS-COV-2. A contextualização do trabalho, além da investigação dos principais desafios de mães, trabalhadoras e a saúde mental desse público no contexto de pandemia são objetivos em que o trabalho busca dialogar. Em março de 2020, os países enfrentaram o surto de uma pandemia do vírus SARS-COV-2, onde milhares de infectados e óbitos em curto período de tempo ocorreram. No Brasil os últimos números indicam mais de 600.000 óbitos e mais de 2 milhões de infectados. Nesse contexto, a saúde mental do trabalhador se tornou um assunto ainda mais fundamental para discussões. Por meio de pesquisas atribuídas a esse contexto e nessas condições o artigo trouxe reflexões sobre o público feminino e as dificuldades que se tem ao trabalhar e ser chefe de família em um momento atípico.

Palavras-chave: Saúde mental. Trabalho. Mãe. Psicologia. SARS-COV-2. Pandemia.

ABSTRACT

This article aims to bring reflections on the mental health of women who have a paid job, having a child under their responsibility and in the context of the SARS-COV-2 pandemic. In March 2020, countries were facing the outbreak of a pandemic of the SARS-COV-2 virus, where we had thousands of infected people and deaths in a short period of time. In this context, the worker's mental health has become an even more fundamental issue for discussions. Through researches attributed to this context and under these conditions, the article brings some reflections on the female audience and the difficulties they have when working and being the head of a family in an atypical moment.

Keywords: Mental health. Work. Mother. Psychology. SARS-COV-2. Pandemic.

¹ Graduanda do curso de Psicologia na Faculdade Ari de Sá, sendo concludente do curso em 2021.2.

² Mestrado em Psicologia pela Universidade Federal do Ceará (UFC), Especialização em Administração de Recursos Humanos pela UFC, Graduação e Licenciatura em Psicologia (UFC). Formação na Abordagem Centrada na Pessoa. Experiência em docência do ensino superior (presencial e à distância), psicologia clínica, do trabalho/organizacional e escolar. Experiência na coordenação de cursos: especialização em Gestão de Talentos Humanos por Competências; MBA em Gestão de Pessoas; Formação em Psicologia Escolar; Formação em Psicologia Organizacional e do Trabalho

1 INTRODUÇÃO

O conceito de saúde por muito tempo esteve vinculado à concepção biomédica, apresentando foco principal apenas no aspecto físico. Após a Segunda Guerra Mundial percebeu-se a necessidade de reformular o conceito de saúde. Em 1984, a Organização Mundial de Saúde (OMS) passou a definir a saúde como completo bem-estar nos aspectos biopsicossociais (SILVA, SCHRAIBER, MOTA, 2019).

O fato é que a saúde é um fenômeno complexo, que envolve fatores pessoais e ambientais diversos, portanto não se pode pensar num único percurso para intervenção. Nesse sentido, evoca-se um dos fenômenos mais recentes da história da humanidade que tem afetado a saúde de milhões de pessoas e comunidades no mundo inteiro, a pandemia da COVID 19 ainda em curso com reflexos na vida cotidiana, no trabalho, no consumo e especialmente nas relações. Busca-se, portanto, nesse artigo estabelecer correlações entre a saúde mental e o trabalho com foco na mulher-trabalhadora-mãe.

Segundo a Associação Brasileira de Psiquiatria (2021), durante a pandemia do COVID 19 a procura por atendimentos psiquiátricos aumentaram em 47,9% em relação a meses anteriores, número esse que foi baseado em informações dos psiquiatras associados da instituição, o que se dá pela maior incidência de indivíduos com problemas relacionados e direcionados à saúde mental.

Ademais, o vírus SARS-COV-2 teve sua descoberta em 2019 na China e popularmente ficou conhecido como Coronavírus, trazendo assim múltiplas mudanças em todo o mundo. No Brasil, as notícias de parentes, conhecidos e pessoas famosas que tinham seus rostos estampados como “notas de pesar”, envolveram a população de sentimentos diversos, como medo, angústia e tristeza. Além dos casos de morte, os brasileiros precisaram lidar com problemas que até hoje perduram, como o desemprego, crescimento de populações na extrema pobreza, condições precárias de saúde agravadas pelo adiamento ou suspensão dos acompanhamentos de saúde e ainda por inúmeras sequelas inespecíficas pós COVID.

No que tange aos reflexos sociais, segundo dados da Rede PENSSAN (2021), a segurança alimentar dos brasileiros em 2013 correspondia a 71,1% da população, já em 2020 esse número caiu para 44,8%, uma diferença de 26,3%. Esses dados quando comparados a taxa de desemprego que de acordo com o IBGE (2021) é de 13,9%, analisado no quarto trimestre de 2020, traz uma reflexão sobre as circunstâncias em que essa população brasileira está inserida.

Além disso, a população em situação de rua, segundo a FIOCRUZ Brasília (2021), aumentou significativamente após março de 2020, momento em que houve a eclosão da pandemia.

De acordo com a pesquisa realizada pela Prefeitura do Rio de Janeiro, 31% das pessoas estão na rua há menos de um ano, sendo 64% por perda de trabalho, moradia ou renda. Destes, 42,8% afirmaram que se tivesse um emprego sairia das ruas. Ele apresentou ainda dados de cadastro de serviços do SUS que mostram que houve um aumento de 35% das mulheres em situação de rua. (FIOCRUZ BRASÍLIA, 2021)

O trabalhador brasileiro é exposto a diversos desafios diários que tendem a causar sofrimento psíquico. A exposição, mesmo que com o uso de máscara, uso de álcool 70% e distanciamento social, a infecções ou mortes de pessoas próximas, estresse com mudança de rotina e consequências econômicas que influenciam na saúde mental do trabalhador.

Com esse ambiente, o público feminino foi atingido com mudanças que acabaram por dificultar ainda mais a situação de mulheres chefes de família e com filhos sob sua responsabilidade. A apreensão em contrair o vírus, contaminar a família, trabalhar, acompanhar a educação dos filhos e ainda administrar uma casa foram fatores que permitiram que essas mulheres enfrentassem diversas dificuldades.

A reflexão e o interesse em explorar o tema se deu após uma reunião de estágio na área organizacional. Na busca por identificar a temática que seria retratada para o dia das mães da empresa, foi levantado um questionamento sobre a situação das mães no momento da pandemia e uma pergunta esteve presente na discussão: “Como estavam as mães chefes de família em contexto de pandemia e quais dificuldades elas enfrentavam?” Alguns exemplos de parentes ou pessoas próximas foram tornando o ambiente cheio de vivências de mulheres no contexto de

pandemia do SARS-COV-2. Trata-se de uma realidade atual, com poucas obras publicadas e que pode gerar contribuições para reflexões de profissionais da área de gestão de pessoas e demais gestores de organizações.

Com base nessas inquietações, o presente artigo tem como objetivo principal refletir aspectos psicossociais relacionados à saúde mental da trabalhadora-mãe no contexto da pandemia do SARS-COV-2. Além disso, têm como objetivos específicos: contextualizar as relações de trabalho e os reflexos na saúde mental a partir da SARS-COV-2, investigar os principais desafios de mães que possuem filhos sob sua responsabilidade e levantar dados sobre a saúde mental da trabalhadora-mãe no contexto de pandemia da SARS-COV-2.

2 METODOLOGIA

A revisão narrativa de leitura foi utilizada como metodologia no presente artigo, além de se utilizar de uma pesquisa com fonte documental. Isso porque a revisão de leitura narrativa apresenta “uma temática mais aberta; dificilmente parte de uma questão específica bem definida, não exigindo um protocolo rígido para sua confecção; a busca das fontes não é pré determinada e específica, sendo frequentemente menos abrangente.”(MATTOS, 2021, p.4)

Segundo Kitchenham (2004, apud CONFORTO, AMARAL, SILVA, 2011, p.3) a revisão bibliográfica tem como objetivo “consolidar evidências e resultados obtidos em estudos anteriores sobre o tema de interesse”, além de “fornecer embasamento e modelos teóricos para posicionar apropriadamente novos temas e oportunidades de pesquisa, ou mesmo, refutar ou validar hipóteses, ou criar novas hipóteses sobre um determinado tema de pesquisa”. (Kitchenham, 2004, apud CONFORTO, AMARAL, SILVA, 2011, p.3-4).

Tendo em vista o tema do trabalho, os dados foram consolidados a partir de pesquisas realizadas pelos descritores, sendo eles: trabalho feminino, saúde mental do trabalhador, SARS-COV-2, saúde mental do trabalhador no SARS-COV-2, patriarcado, mãe que trabalha e pandemia. As bases LILACS e SCIELO foram a fonte da maioria dos dados, tendo também como auxílio dos dados, a rede Google.

Os critérios de exclusão são importantes para que as informações sejam filtradas e os resultados sejam mais assertivos na busca de encontrar obras relevantes para o tema.

[...]são definidos como aspectos dos potenciais participantes que preenchem os critérios de inclusão, mas apresentam características adicionais, que poderiam interferir no sucesso do estudo ou aumentar o risco de um desfecho desfavorável para esses participantes.”(PATINO; FERREIRA, 2018, p. 84).

Nesse sentido, como critérios de inclusão foram utilizados: artigos publicados de 2003 até 2021 sobre saúde mental e trabalho, obras com o idioma português e publicados no Brasil, obras que tivessem como tema a mulher-mãe no contexto de trabalho. Ademais, como critérios de exclusão foram aplicados as seguintes especificações: obras que tivessem foco o público masculino, obras com anos anteriores a 2003, publicações em outros idiomas que não fossem o português do Brasil (vide lista completa dos artigos no Quadro 01).

Além disso, foram utilizados textos clássicos e outras fontes, como livros (Quadro 2), bem como sites importantes, tais como: BBC, G1, Site do Governo, entre outros que se encontram especificados nas referências para a realização deste trabalho. Dentre os artigos encontrados, os conteúdos tiveram como resultados informações sobre saúde mental, trabalho, patriarcado e relações de trabalho.

Quadro 01 - Artigos científicos utilizados para análise e discussão de dados

AUTOR	TÍTULO	REVISTA	ANO	PALAVRA-CHAVE
AZEVEDO	O conceito de patriarcado nas análises teóricas das ciências sociais: uma contribuição feminista.	TRÊS PONTOS	2017	PATRIARCADO
CARDOSO; GALERA	O cuidado em saúde mental na atualidade.	REVISTA DA ESCOLA DE ENFERMAGEM DA USP	2011	SAÚDE MENTAL
COUTINHO	Sentidos do trabalho contemporâneo: as trajetórias identitárias como estratégia de investigação.	CADERNOS DE PSICOLOGIA SOCIAL DO TRABALHO	2009	TRABALHO

AUTOR	TÍTULO	REVISTA	ANO	PALAVRA-CHAVE
DEDECCA; RIBEIRO; ISHII	Gênero e jornada de trabalho: análise das relações entre mercado de trabalho e família.	SCIELO	2009	TRABALHO; GÊNERO; FAMÍLIA
HELOANI; CAPITÃO	Saúde mental e psicologia do trabalho	SCIELO	2003	SAÚDE MENTAL; PSICOLOGIA; TRABALHO
KUBO; GOUVÊIA	Análise de fatores associados ao significado do trabalho	REVISTA DE ADMINISTRAÇÃO CONTEMPORÂNEA	2012	TRABALHO
MUROFUSE; ABRANCHES ; NAPOLEAO	Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem	REVISTA LATINO AMERICANA -ENFERMAGEM	2005	SAÚDE MENTAL
PÊGO; PÊGO	Síndrome de Burnout	REVISTA BRASILEIRA DE MEDICINA DO TRABALHO	2016	SAÚDE MENTAL
AGUIAR; ROCHA	Pesquisa-intervenção e a produção de novas análises	REVISTA PSICOLOGIA, CIÊNCIA E PROFISSÃO	2003	TIPOS DE PESQUISAS
SCHRAIBER; MOTA; SILVA	O conceito de saúde na Saúde Coletiva: contribuições da crítica social e histórica da produção científica.	REVISTA DE SAÚDE COLETIVA	2019	SAÚDE COLETIVA
CONFORTO; AMARAL; SILVA	Roteiro para revisão bibliográfica sistemática: aplicação no desenvolvimento de produtos e gerenciamento de projetos.	8 Congresso Brasileiro de Gestão de Desenvolvimento de Produto	2011	REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

QUADRO 02 - Livros utilizados para análise e discussão de dados

AUTOR	LIVRO	ANO
AMORA	MINIDICIONÁRIO SOARES AMORA DA LÍNGUA PORTUGUESA.	2008
GOUVEIA	BURNOUT, ANSIEDADE E DEPRESSÃO NOS PROFESSORES	2010
LAKATOS	Fundamentos de metodologia científica	2003

AUTOR	LIVRO	ANO
MAZUCATO	Metodologia da Pesquisa e do Trabalho Científico.	2018
CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA	Código de Ética Profissional dos Psicólogos	2005

A finalidade das buscas em sites se deu a partir da necessidade da obtenção de informações sobre o vírus SARS-COV-2 e as consequências de sua chegada para o trabalhador e público feminino. Os livros foram de grande influência na busca por conceitos nos conhecimentos acadêmicos já existentes.

Os Resultados e discussões que serão expostos a seguir estão estruturados nas seguintes categorias: o sujeito e as relações de trabalho, saúde mental do trabalhador, desafios da trabalhadora-mãe no contexto de trabalho e a pandemia e saúde mental do trabalhadora-mãe.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

O presente tópico tem como objetivo expor os resultados e discussões da pesquisa. Serão levantados temas que embasam o Trabalho de Conclusão de Curso e permitem refletir sobre o tema proposto, são eles: o sujeito e as relações de trabalho, a saúde mental do trabalhador, os desafios da mulher que trabalha, possui filhos e é chefe de família e a saúde mental desse público feminino no contexto da pandemia.

3.1 O sujeito e as relações de trabalho

O trabalho é uma atividade vista como um dos pilares do ser humano na sociedade contemporânea, porém o ato de realizar uma ação que proporciona algum retorno, seja ele financeiro ou algum benefício para aquele que a exerce vêm sendo carregado de gerações a gerações e trazendo consigo diversos significados.

Segundo Coutinho (2008, p.190) “o processo de trabalho tem como fim a produção de um valor de uso, ou seja, um produto criado para satisfazer necessidades humanas”. Em uma sociedade capitalista ocidental, o produto final tem que atender as prioridades e conceitos do público, além de gerar lucros para aquele que está fornecendo o produto, e para que se consiga chegar a esse objetivo se faz necessário a colaboração de diversos indivíduos.

O foco no produto permite que as empresas busquem inovação e estratégias de melhoria no que estão comercializando para obter êxito em suas vendas, porém em diversas organizações não se observa uma busca por essa melhora nas condições de trabalho de quem está exercendo a mão de obra. No Brasil contemporâneo, as condições de trabalho não são igualitárias para todos os brasileiros, existem trabalhadores que, para sustentar sua família ou até mesmo sobreviver, são submetidos a atividades que exigem dele esforço exacerbado, além de mal remuneração, prestação de serviços sem os devidos equipamentos e segurança. Barros (2018) em sua tese relata como a força de trabalho vem sendo cada vez mais fragilizada.

De acordo com Barros (2018, p. 33-34):

Sendo a mercadoria a mediadora das relações humanas, o trabalhador está “coisificado”, subordinado aos elementos coercitivos do mercado, da valorização do valor, do menor custo. Noutras palavras: encontra-se desumanizado. Por tudo isso, a precarização do trabalho não possui sua gênese existencial numa forma específica de legislação que permita formalmente sua prática, mas na própria existência da mercadoria força de trabalho.

A subordinação em que Barros cita não está apenas nas más condições de trabalho. Em janeiro de 2021, o portal G1 (2021) noticiou uma força-tarefa onde foram resgatados 942 pessoas que estavam em situações análogas a escravidão no ano de 2020. Essa notícia apresenta uma subordinação e “coisificação” de um indivíduo no século XXI, onde já não deveria se ter trabalhadores sob essas circunstâncias há muito tempo. Em paralelo a informações como essa, têm-se instaurado uma crise empregatícia no Brasil em que os números de desempregados aumentam cada vez mais.

A crise empregatícia se dá em diversos lugares e contextos. Kovács (2005) mostra a dificuldade em que países subdesenvolvidos, como o Brasil, passam desde muito tempo.

Esta crise se manifesta no aumento do desemprego e na redução do emprego seguro e regular, efetuado em tempo integral numa determinada empresa com base num vínculo contratual estável e num compromisso a longo prazo entre empregador e empregado, a favor da difusão de uma grande variedade de formas de emprego, cujo denominador comum é a flexibilidade em termos contratuais, de tempo de trabalho, de espaço e de estatutos (KOVÁCS, 2005, p. 12, apud COUTINHO, 2009, p. 191-192).

Kovács (2005) ainda traz argumentações que levam a refletir sobre algumas experiências profissionais e de baixa qualidade às quais os sujeitos precisam se submeter para conseguir obter algum tipo de renda.

Essa crise que cada vez mais os trabalhadores se submetam a condições de trabalho nas quais não são oferecidos assistência ao trabalhador e benefícios que se equivalem a seu esforço. A crescente obtenção de atividades que fragilizam o vínculo empregatício, como empregos intermitentes, sem carteira assinada ou até mesmo sem salários equivalentes à mão de obra, permitem que esses indivíduos permaneçam em seus empregos devido às taxas de desemprego elevadas e ao contexto no qual estão inseridos. Em um cenário como o exposto, nota-se a importância de atuação em prol da saúde mental do trabalhador. Na seção a seguir, reflete-se sobre a saúde mental da trabalhador.

3.2 Saúde mental e trabalho

A saúde mental do trabalhador é fator essencial para que ele consiga sentir-se motivado, apresentando bons resultados e com qualidade de vida. A implementação de projetos e o olhar diferenciado para esse colaborador vem ganhando força no mercado, porém ainda se tem pouco interesse por parte das empresas em trabalhar esses fatores em seus ambientes, já que há a necessidade de tempo e disposição por parte das empresas.

A saúde mental vem ganhando maior visibilidade pela sociedade, isso se dá pelo nível crescente de transtornos mentais e morte por doenças relacionadas ao psíquico, acarretando um olhar diferenciado para essas questões.

Segundo a BBC (2021) uma análise realizada pela consultoria Great Place to Work e da startup de saúde Maven revelou que desde o começo da pandemia um número estimado de 2,35 milhões de mães apresentou o diagnóstico de esgotamento profissional nos Estados Unidos. Segundo a análise, isso se deu especificamente "devido às demandas desiguais da casa e do trabalho". Pesquisas anteriores apresentavam resultados reveladores sobre a vulnerabilidade das mulheres trabalhadoras, a exemplo:

Em 2018, pesquisadores da Universidade de Montreal, no Canadá, publicaram um estudo em que 2.026 trabalhadores foram acompanhados durante um período de quatro anos. Os acadêmicos concluíram que mulheres eram mais vulneráveis ao chamado burnout que homens porque elas tinham menos chances de ser promovidas que eles e, portanto, eram mais propensas a estar em posições com menos autoridade, o que pode levar a maior estresse e frustração. (BBC, 2021)

O investimento em saúde mental partindo do governo do Brasil ainda é escasso e debilitado, isso porque além de não se ter recursos suficientes para que seja investido de maneira mais incisiva, muitos lugares em que oferecem esses cuidados de forma gratuita não conseguem atender às demandas. A partir disso, a preocupação e cuidado com a saúde mental vai perdendo espaço na sociedade e, tornando-se um recurso de elite.

Cardoso e Galera (2011) refletem em sua obra os conceitos e desafios em que a saúde mental apresenta na atualidade:

A demanda de cuidado em saúde mental não se restringe apenas a minimizar riscos de internação ou controlar sintomas. Atualmente, o cuidado envolve também questões pessoais, sociais, emocionais e financeiras, relacionadas à convivência com o adoecimento mental. Tal cuidado é cotidiano e envolve uma demanda de atenção nem sempre prontamente assistida devido a inúmeras dificuldades vivenciadas tanto pelos pacientes e seus familiares, quanto pelos profissionais e a sociedade em geral, tais como: escassez de recursos, inadequação da assistência profissional, estigmatização, violação de direitos dos doentes, dificuldade de acesso a programas profissionalizantes, etc.(CARDOSO; GALERA, 2011,p.688)

As dificuldades citadas pelos autores supracitados, apontam o reflexo de uma sociedade que ainda não compreende de maneira enfática a importância do cuidado com a saúde mental. A consulta ao psicólogo, durante muito tempo, foi associada a estigmas e preconceitos envolvendo a loucura. Esse, entre outros, são alguns dos problemas enfrentados pela área.

Entretanto, a saúde mental é um fator crucial para qualidade de vida e bem-estar do sujeito. Em toda a nossa trajetória enquanto ser humano, do nascimento até a morte, somos surpreendidos com fatores que marcam toda a nossa vivência. O carinho de uma mãe consegue deixar em um filho uma memória boa dos momentos em que ele considera agradáveis, já por exemplo a ausência de um ente querido, pode afetar a vida de um indivíduo de forma brusca, trazendo sofrimentos psíquicos. Por isso, os adoecimentos e transtornos mentais devem obter atenção tanto do estado quanto da população. Os diferentes públicos devem se atentar à saúde mental para melhorar a qualidade de vida.

A saúde mental do trabalhador ainda não é retratada com a visibilidade que se faz necessária, porém este cuidado é fundamental para a qualidade de vida e bem-estar do sujeito. Tendo em vista esse apoio, o Governo brasileiro possui um incentivo ao cuidado com a saúde do trabalhador no que se refere a aspectos biopsicossociais, conhecido como Centro de Referência em Saúde do Trabalhador (CEREST).

A iniciativa do Governo brasileiro, com a lei nº 8.080, promulgada em 19 de setembro de 1990 (CEREST, 2021), que assegura o indivíduo e permite uma valorização ao trabalhador se deu com a criação do CEREST que tem como objetivo oferecer atendimento e suporte ao empregado e auxiliar no cumprimento de questões trabalhistas. De acordo com a página do Governo Federal (2021) o CEREST tem como base a atenção primária à saúde, vinculada ao RENAST (Rede Nacional de Atenção Integral à Saúde do Trabalhador), com unidades regionais que realizam esses serviços. O CEREST presta serviços a saúde especializados, realiza desde a promoção até a recuperação da saúde do trabalhador, investigando também as condições de trabalho.

O serviço proposto pelo CEREST tem em seu construto grande relevância para sociedade, porém ainda não possui uma divulgação eficiente, fazendo com que

os sujeitos não saibam que possuem esse suporte do governo para auxiliá-los. No site da RENAST (2021) há alguns dados comparando o número da população da região e o número de pessoas vinculadas e pode-se perceber a pouca taxa de adesão dos serviços pelas regionais. No Ceará, segundo o site do RENAST (2021) no ano de 2017 a população chegava a 9.020.460 e apenas 2.0455.03 vinculados, já em São Paulo no mesmo ano, a população estava em 45.094.866 e os vínculos apenas em 18.669.385. Além desses dados, outro problema está na divulgação dos resultados de vínculos que foi interrompido no ano de 2018 e não apresentou mais atualizações.

Ademais, os transtornos mentais no trabalho vêm crescendo como uma demanda recorrente na Psicologia. Segundo a revista CIPA e Incêndio (2021), em terceiro lugar em maiores causas de afastamento do trabalho encontra-se a depressão e ansiedade. Esses distanciamentos do trabalho por comprometimentos na saúde mental, trazem à tona o importante papel das empresas de apresentar cuidado com seus colaboradores, desenvolvendo assim ferramentas para que se mantenham saudáveis.

A rotina e condições do trabalho podem proporcionar momentos de prazer e/ou de sofrimento. Segundo Heloani, Capitão (2003):

[...]. As condições e as exigências do mercado de trabalho na atualidade rotinizam e amortecem o sentido da vida, deixando no corpo as marcas do sofrimento, que se manifestam nas mais variadas doenças ditas ocupacionais, além de atentar contra a saúde mental[...] (HELOANI; CAPITÃO,2003,p.107)

A rotina estressante, o tempo cada vez mais curto, a dedicação aos momentos de lazer vai ficando mais breves, além disso o cansaço físico e mental são fatores que trazem um esgotamento profissional em muitos indivíduos. A síndrome de Burnout teve seu aparecimento baseado nesse esgotamento dos trabalhadores:

[...] surgimento do termo Burnout, designando aquilo que deixou de funcionar por exaustão energética, expresso por meio de um sentimento de fracasso e exaustão, causados por um excessivo desgaste de energia e recursos que acomete, geralmente, os profissionais que trabalham em contato direto com pessoas.(MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005, p.258)

O cotidiano de pessoas que trabalham no ramo supermercadista é um exemplo de rotina bastante intensa, esta exemplificação se dá, pois, a autora deste trabalho vivencia cotidianamente em um estágio na área do comércio de alimentos o dia a dia desses trabalhadores. O fluxo do público e as exigências vão se transformando na maneira como as demandas vão surgindo, se tratando assim de uma frequente dinamicidade e foco na resolução de problemas. Esses trabalhadores são submetidos a pressão e estresse constantemente, em situações tais como horários de trabalho sem intervalos, carga horária sem momentos de descanso, má remuneração, entre outros.

Diante disso, o cuidado com o trabalhador da empresa alimentícia é muito importante, pois a vivência de um supermercado exige dos colaboradores diferentes habilidades e disposição, já que, por exemplo, em momentos como a pandemia eles precisam estar dispostos a realizar o seu trabalho com ainda mais aptidão por se tratar de uma atividade essencial.

3.3 Desafios da trabalhadora-mãe no contexto do trabalho

Entre os inúmeros trabalhadores que passam diariamente por diversos fatores, existe um grupo específico muito significativo no contexto do trabalho que apresenta uma rotina árdua: as mães trabalhadoras. As mães que trabalham, cuidam de seus filhos e da casa.

A história das mulheres no que tange a papéis e direitos sociais no mundo inteiro é marcada pela discriminação. A inserção no mercado de trabalho não foi diferente e ainda hoje, apesar dos incontáveis avanços ainda convive-se com diferenças injustificáveis nos salários, no acesso a promoções e em outras tantas questões...

O movimento das sufragistas³ tornou-se um grande marco histórico para que o público feminino pudesse obter direitos como voto e lugar de fala perante a sociedade. Segundo Vasconcelos (2013) a mulher vem precisando se moldar à medida em que o trabalho também vai apresentando novas necessidades, porém as condições e a desigualdade em diferentes ambientes perduram durante as mudanças, os baixos salários, pouca ocupação em cargos de liderança e as atividades que ainda se vêem poucas mulheres por falta de oportunidade são exemplos de dificuldades em que enfrentam quando comparadas com o público masculino.

A jornada de trabalho brasileira é desafiante, porém quando adjunto com família, filhos e responsabilidades domésticas, esse percurso vem acompanhado com exaustão mental e física.

[...] a força de trabalho feminina corresponde a 43,55% do total, somando 39.870.376 pessoas. Algumas dessas mulheres trabalhadoras são responsáveis pelo sustento exclusivo de 37,3% das famílias brasileiras, a maioria delas 'monoparentais', ou seja, compostas pela mãe e seus filhos. (KALIL; AGUIAR, 2010 apud IBGE, 2016)

A realidade da mulher que está dentro dessas características, pode apresentar grandes possibilidades de sofrimento psíquico e é importante que se tenha um olhar diferenciado para essas trabalhadoras para minimizar possíveis sofrimentos.

O documento *Women In Work Index 2021*, divulgado na FBN Brasil (2021), indica que a conquista da mulher no mercado de trabalho deve retroceder em 4 anos, após a pandemia. Isso porque as atividades em que as mulheres mais exercem foram os serviços mais prejudicados. Dados que refletem nas vantagens do homem no mercado de trabalho, que acabam por serem prejudicados, porém em menor quantidade e com mais facilidade em uma reinserção no mercado.

Outro dado que vale ressaltar é que o público feminino ainda é maioria no Brasil. De acordo com o IBGE (2021), até o dia 6 de junho de 2021 a população de

³ As manifestações de mulheres em busca do direito de voto tornaram-se conhecidas mundialmente como Movimento das Sufragistas, movimento esse que ganhou intensidade no século XX e trouxe assim ações feministas.

homens representava cerca de 48,88% em relação a 51,12% da população de mulheres no Brasil. O que permite uma reflexão se compararmos as diferenças no mercado de trabalho e as condições nas quais essas mulheres enfrentam para continuar inseridas no ambiente que fornecesse a elas o sustento de toda família.

Na interpretação desses dados, os preconceitos e privilégios do homem como sujeito no mercado de trabalho mais valorizado, se apresenta como um reflexo da sociedade patriarcal em que perdura perante a coletividade. Segundo o site da Associação Brasileira de Supermercados (2021) as lideranças femininas têm oferecido mais empregos e com menores índices de demissão de seus colaboradores do que o público masculino, que demonstram que mulheres estão sabendo administrar suas equipes com destreza e eficácia.

Essas pesquisas nos permitem identificar a importância do cuidado com a saúde mental da mulher que, além de suas responsabilidades como mãe, necessita de seu comprometimento como trabalhadora da empresa, para que assim, consiga obter possibilidades de crescimento pessoal, profissional e familiar.

Como já mencionado, para se inserir no mercado de trabalho a mulher enfrenta diversos desafios. O preconceito e a falta de espaço estão presentes no cotidiano do público feminino, dificultando assim, a busca por destaque e crescimento no mercado de trabalho. As mídias sociais procuram desenhar, ainda que minimamente, o homem que realiza os afazeres de casa ou que consegue dividir com sua parceira as responsabilidades. Entretanto, na grande maioria observamos em novelas e canais de entretenimento a figura da mulher como aquela que possui jornada dupla, em que além de uma jornada de trabalho fora de casa, ao chegar na sua residência, os afazeres como cuidar de filhos e cuidar da casa fica sob sua total responsabilidade.

Conforme Dedecca, Ribeiro e Ishii (2009) um estudo realizado pela PNAD (Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios) revelou que as mulheres possuem jornadas elevadas tanto no ambiente doméstico como no trabalho. Os homens em média trabalham menos de 10 horas por dia, tendo a mulher uma carga horária maior de 10 horas, necessitando assim de uma combinação diária entre trabalho e casa. Essas repercussões são os reflexos de uma sociedade machista e patriarcal.

De acordo com Azevedo (2017, p.16) “o sistema patriarcal não trata de relações individuais ou de explicações biológicas para a compreensão da dominação masculina, mas parte de um problema estrutural que se encontra em várias dimensões da vida e nas transformações da história.” O patriarcado não está ligado apenas a questões domiciliares, mas em uma estrutura social, em que o homem é retratado como líder. Essa representação masculina vêm sendo questionada em todos os ambientes e principalmente no meio trabalhista e familiar, mas o processo por vezes enfrenta resistências.

3.4 Pandemia e saúde mental da trabalhadora-mãe

Em meio a todo esse contexto, no ano de 2020, uma pandemia se instaurou e a sociedade precisou lidar com novos formatos de organização tanto no lar como no ambiente profissional para tentar combater o novo coronavírus. No Brasil, comunicado pelo jornal G1 (2021), um dos primeiros casos de morte, retratado em março de 2020, envolvendo uma empregada doméstica que apresentava comorbidades e contraiu a doença seguidamente de sua empregadora adoecer após sua ida à Itália, começou a repercutir em todo país.

Devido à evolução da contaminação, a população começou a ter que lidar com as incertezas tanto de se contrair a nova doença como o medo de perder o sustento de uma família. Em outubro de 2021, mais de um ano após esse primeiro contato com a doença, vivenciou-se 611.851 mortes e 21.977.661 infectados pela doença, segundo atualizações do Governo Federal (2021). Esses dados revelam que, em um ano, a situação de pandemia ainda permanece, apresentando picos e quedas durante os meses, perdurando pelo mundo.

Para diminuir o acentuamento da curva de contaminação do novo coronavírus, foi necessário a implementação do que se chamou de “*lockdown*”, que traduzindo para o português significa confinamento. Nesse período somente eram permitidas a abertura das instituições consideradas essenciais, como supermercados e farmácias. A partir dessas tomadas de decisão do Estado, que foram sendo realizadas em todo o Brasil, pode-se visualizar duas vertentes: os

trabalhadores que se encontravam sem emprego e aqueles expostos em seus ambientes de trabalho.

A pandemia associada ao confinamento, acarretou diversas complicações para a população como um todo, contudo o público feminino apresentou dificuldades ainda maiores quando comparados ao público masculino.

Segundo Moraes (2020, apud Macêdo 2020):

“[...] o confinamento nesta situação social de pandemia implica em níveis elevados de estresse e pode comprometer a saúde mental das pessoas, pois a diminuição das interações sociais prejudica o sentimento de pertença do sujeito a determinados grupos que o auxiliam em momentos de crise. Isso, atrelado a distúrbios do sono, ansiedade, medo, irritabilidade, mudanças no apetite, consumo de álcool e outras drogas (para amenizar a situação), pode levar a sérios processos de doença mental, principalmente em indivíduos mais vulneráveis.”

A BBC (2021) em uma análise realizada pela consultoria Great Place to Work e da startup de saúde Maven revelou que desde o começo da pandemia um número estimado de 2,35 milhões de mães apresentou o diagnóstico de esgotamento profissional nos Estados Unidos. Segundo a análise, isso se deu especificamente "devido às demandas desiguais da casa e do trabalho".

Em 2018, pesquisadores da Universidade de Montreal, no Canadá, publicaram um estudo em que 2.026 trabalhadores foram acompanhados durante um período de quatro anos. Os acadêmicos concluíram que mulheres eram mais vulneráveis ao chamado burnout que homens porque elas tinham menos chances de ser promovidas que eles e, portanto, eram mais propensas a estar em posições com menos autoridade, o que pode levar a maior estresse e frustração. (BBC, 2021)

Por diversos motivos nos quais foram apresentados se faz necessário o cuidado com a saúde mental das mulheres trabalhadoras, para que assim possam minimizar os impactos sofridos pelo público feminino que possui filhos sob sua responsabilidade e enfrentam a pandemia do SARS-COV-2.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Trabalho de Conclusão de Curso realizado, teve como objetivo principal analisar aspectos psicossociais relacionados à saúde mental da trabalhadora-mãe no contexto da pandemia do SARS-COV-2. Além de contextualizar as relações de

trabalho e os reflexos na saúde mental a partir da SARS-COV-2, investigar os principais desafios de mães que possuem filhos sob sua responsabilidade no contexto de pandemia do SARS-COV-2, coletar dados sobre o trabalho e a mulher no Brasil a partir de pesquisas já publicadas, Identificar aspectos psicológicos relacionados à saúde mental da mulher no contexto da pandemia SARS-COV-2.

Ademais, a principal limitação deste trabalho se deu a partir da dificuldade em encontrar pesquisas e resultados sobre o tema, já que esta temática é referente a aspectos ainda pouco comentados e novos dentro das pesquisas.

Baseado nas informações aqui dispostas, pode-se concluir que o cuidado com os aspectos psicossociais da mulher que trabalha e possui filhos sob sua responsabilidade é de suma importância para o bem-estar e qualidade de vida desse público. Os ambientes de trabalho na qual a mulher está inserida ainda necessita de melhorias para que haja equidade nas relações trabalhistas.

A faixa salarial divergente entre os gêneros, a jornada dupla de mulheres com filhos sob sua responsabilidade e a dificuldade na pandemia do COVID-19 foram algumas das problemáticas observadas durante a pesquisa em relação ao público feminino.

Diante deste cenário, o apoio do governo a essas mulheres é fundamental no que tange ao desenvolvimento e crescimento profissional e pessoal desse público. O CEREST é uma iniciativa com relevância para a população, porém deve ser divulgado e levado até a população de forma mais eficaz, tendo um projeto dentro do Centro que busque melhorias para a atual situação dessas mulheres.

Contudo, para que as dificuldades que este público possui sejam sancionadas, se faz necessário que mais projetos e iniciativas, tanto do Governo como da própria sociedade, sejam realizados e expostos para a população, visando assim mais oportunidade e avanço no progresso dessas mulheres.

5 REFERÊNCIAS

AZEVEDO, Fernanda Maria Caldeira de. O conceito de patriarcado nas análises teóricas das ciências sociais: uma contribuição feminista. **Três Pontos**, Minas Gerais, v. 1, n. 0, p. 12-20, 20 abr. 2017.

AMORA, Antônio Soares. **MINIDICIONÁRIO SOARES AMORA DA LÍNGUA PORTUGUESA**. São Paulo: Saraiva, 2008.

CARDOSO, Lucilene; GALERA, Sueli Aparecida Frari. O cuidado em saúde mental na atualidade. **Rev. esc. enferm.** USP, São Paulo, v. 45, n. 3, p. 687-691, Junho 2011. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext & pid=S0080-62342011000300020](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342011000300020) & lng= en\ nrm=iso>. Acesso em 03 de maio de 2021.

Centro de Referência em Saúde do Trabalhador. **Ministério da Saúde**, 2021. Disponível em: <http://bvsmis.saude.gov.br/dicas-em-saude/1086-centro-de-referencia-em-saude-do-trabalhador-cerest>. Acesso em: 03 maio 2021.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Código de Ética Profissional dos Psicólogos, Resolução n.º 10/05, 2005.

CONFORTO, Edivandro Carlos; AMARAL, Daniel Capaldo; SILVA, Sérgio Luis da. **Roteiro para revisão bibliográfica sistemática: aplicação no desenvolvimento de produtos e gerenciamento de projetos**. 8 Congresso Brasileiro de Gestão de Desenvolvimento de Produto, Porto Alegre, v. 8, n. 1, p. 1-12, set. 2011.

COUTINHO, Maria Chalfin. Sentidos do trabalho contemporâneo: as trajetórias identitárias como estratégia de investigação. **Cad. psicol. soc. trab.**, São Paulo, v. 12, n. 2, p. 189-202, dez. 2009.

DEDECCA, Claudio Salvadori; RIBEIRO, Camila Santos Matos de Freitas; ISHII, Fernando Hajime. Gênero e jornada de trabalho: análise das relações entre mercado de trabalho e família. [S.L.], v. 7, n. 1, p. 65-90, jun. 2009. **SciELO**. <http://dx.doi.org/10.1590/s1981-77462009000100004>.

Desemprego. **IBGE**, 2021. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/explica/desemprego.php>. Acesso em: 03 maio 2021.

Doenças que causam afastamento do trabalho e como evitá-las. **INCÊNDIO, Cipa &** 2021. Disponível em: <https://revistacipa.com.br/6-doencas-que-causam-afastamento-do-trabalho-e-como-evita-las/>. Acesso em: 26 abr. 2021

FRANCO, Tânia; DRUCK, Graça; SELIGMANN-SILVA, Edith. As novas relações de trabalho, o desgaste mental do trabalhador e os transtornos mentais no trabalho precarizado. **Rev. bras. saúde ocupa.**, São Paulo, v. 35, n. 122, p. 229-248, Dezembro. 2010. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext & pid=S0303-76572010000200006 & lng= en\ nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0303-76572010000200006&lng=en&nrm=iso)>. acesso em 03 de Maio de 2021.

Força-tarefa resgatou 942 pessoas em situação análoga à escravidão no Brasil em 2020. **G1**, 2021 Disponível em: <https://g1.globo.com/politica/noticia/2021/01/28/forca-tarefa-resgatou-110-pessoas-em-situacao-analoga-a-escravidao-no-brasil-em-2020.ghtml>. Acesso em: 05 set. 2021.

GOUVEIA, Carina José Berenguer. **BURNOUT, ANSIEDADE E DEPRESSÃO NOS PROFESSORES**. 2010. 34 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, 2010.

HELOANI, José Roberto; CAPITÃO, Cláudio Garcia. Saúde mental e psicologia do trabalho. **SciELO**, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 102-108, Junho 2003. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext & pid=S0102-88392003000200011 & lng= en\ nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-88392003000200011&lng=en&nrm=iso)>. acesso em 03 de Maio 2021.

KUBO, Sergio Hideo; GOUVÊIA, Maria Aparecida. Análise de fatores associados ao significado do trabalho. **Rev. Adm.** (São Paulo), São Paulo, v. 47, n. 4, p. 540-554, Dec. 2012. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext & pid=S0080-21072012000400003](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-21072012000400003) -- acesso no dia 03 de maio de 2021.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

LEI Nº 8.080 DE 19 DE SETEMBRO DE 1990. **CEREST**, 2021. Disponível em: <https://cerestararaquara.com.br/lei-no-8-080-de-19-de-setembro-de-1990/>. Acesso em: 01 maio 2021.

MAZUCATO, Thiago et al. **Metodologia da Pesquisa e do Trabalho Científico**. Penápolis: Funep, 2018.

Média do percentual do rendimento das mulheres na família em relação ao rendimento familiar total. **IBGE**, 2021. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/apps/snig/v1/?loc=0&cat=-3,-15,-16,-17,-18,128&ind=4705>. Acesso em: 09 jun. 2021.

Morte da primeira vítima por Covid-19 no Brasil completa três meses nesta terça. **G1**, 2021. Disponível em: <https://g1.globo.com/sp/sao-paulo/noticia/2020/06/16/morte-da-primeira-vitima-por-covid-19-no-brasil-completa-tres-meses-nesta-terca.ghtml>. Acesso em: 02 maio 2021.

Mulheres contrataram mais e demitiram menos em fevereiro. **ABRAS**, 2021. Disponível em: <https://www.abras.com.br/clipping/economia/72564/mulheres-contrataram-mais-e-demitiram-menos-em-fevereiro>. Acesso em: 02 jun. 2021.

MUROFUSE, Neide Tiemi; ABRANCHES, Sueli Soldati; NAPOLEAO, Anamaria Alves. Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 13, n. 2, p. 255-261, Abr. 2005.

Olhe para fome. **Rede Brasileira de Pesquisa**, 2021. Disponível em: <http://olheparaafome.com.br/>. Acesso em: 03 maio 2021.

Patino, Cecilia Maria and Ferreira, Juliana Carvalho. Critérios de inclusão e exclusão em estudos de pesquisa: definições e por que eles importam. **Jornal Brasileiro de Pneumologia** [online]. 2018, v. 44, n. 02, pp. 84.

Participação das mulheres no mercado de trabalho é a menor em 30 anos – e a pandemia é parte do problema. **INFOMONEY**, 2021. Disponível em: <https://www.infomoney.com.br/carreira/participacao-das-mulheres-no-mercado-de-trabalho-e-a-menor-em-30-anos-e-a-pandemia-e-parte-do-problema/>. Acesso em: 02 maio 2021.

PÊGO, Francinara Pereira Lopes e; PÊGO, Delcir Rodrigues. Síndrome de Burnout. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**. [S.L.], v. 14, n. 2, p. 171-176, 2016. FRACTAL EDITORA LTDA.

População em situação de rua aumentou durante a pandemia. **Fiocruz**, 2021. Disponível em: <https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/populacao-em-situacao-de-rua-aumentou-durante-a-pandemia/>. Acesso em: 27 out. 2021.

Por que mulheres sofrem mais de síndrome de burnout do que homens. **BBC**, 2021. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/geral-58869558>. Acesso em: 31 out. 2021.

Projeção da população do Brasil e das Unidades da Federação. **IBGE**, 2021. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/index.html>. Acesso em: 06 jun. 2021.

RENAST. **CEREST Estadual do Ceará**. Disponível em: <https://renastonline.ensp.fiocruz.br/cerests/cerest-estadual-ceara>. Acesso em: 26 abr. 2021.

ROCHA, Marisa Lopes da; AGUIAR, Katia Faria de. Pesquisa-intervenção e a produção de novas análises. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v. 23, n. 4, p. 64-73, dez. 2003.

SILVA, Marcelo José de Souza e; SCHRAIBER, Lilia Blima; MOTA, André. O conceito de saúde na Saúde Coletiva: contribuições da crítica social e histórica da produção científica. **Revista de Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 29, n. 1, p. 1-19, 2019. . <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-73312019290102>.

SOUSA FILHO, José Milton de; ABREU, Mônica Cavalcanti Sá de; WANDERLEY, Lilian Soares Outtes. Governança da Responsabilidade Social e Vantagem Competitiva: O Caso Petrobrás / Lubnor. **X Semead**, Pernambuco, v. 1, n. 1, p. 1-15, 2006.

Termo de Anuência. **CEP/UFAM**, 2021. Disponível em: <https://www.cep.ufam.edu.br/termo-de-anuencia.html>. Acesso em: 05 jun. 2021.

Tipos de revisão. **Biblioteca Professor Paulo de Carvalho Mattos**, 2021. Disponível em: <https://www.fca.unesp.br/Home/Biblioteca/tipos-de-revisao-de-literatura.pdf>. Acesso em: 01 dez. 2021.

Women in Work Index – 2021 | O impacto da Covid-19 sobre as mulheres no trabalho, PwC Brasil. **BRASIL, Fbn.** Disponível em: <http://www.fbn-br.org.br/conteudo/materias/women-in-work-index-2021-o-impacto-da-covid-19-sobre-as-mulheres-no-trabalho-pwc-brasil>. Acesso em: 04 dez. 2021