

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE - CCBS
DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL**

LÍVIA CRISTINA PEREIRA

**O USO DO TEMPO PARA MULHERES QUE SÃO MÃES
E TRABALHAM REMUNERADAMENTE**

Orientadora: Prof^a Dr^a Lilian Magalhães

SÃO CARLOS
2023

LÍVIA CRISTINA PEREIRA

**O USO DO TEMPO PARA MULHERES QUE SÃO MÃES
E TRABALHAM REMUNERADAMENTE**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Graduação
em Terapia Ocupacional da
Universidade Federal de São Carlos,
para obtenção do título de Bacharel em
Terapia Ocupacional.

Orientadora: Prof^a Dr^a Lilian Magalhães

SÃO CARLOS

2023

AGRADECIMENTO

A Deus, que preparou essa caminhada com tanto amor e cuidado.

À minha família, pelo amor incondicional, por todos os esforços realizados, pela confiança e apoio em todas as minhas escolhas.

À República Sedução, por toda amizade e companheirismo. Por me acolherem, me ensinarem e construírem memórias eternas em mim.

Às minhas amigas Elis, Izadora, Gabriele e Michely, pela amizade e por tanto cuidado. Por todos os momentos juntas, por dividirem incontáveis dias de alegria e também os dias de dificuldades. Por tornarem a graduação mais leve e feliz.

Ao meu namorado, Luís Felipe, por ser o maior incentivador de todos os meus sonhos, por todo apoio e companheirismo. Você faz parte de tudo.

À minha orientadora, que tanto admiro, Lilian Magalhães, pela condução e apoio na construção deste trabalho e por todos os ensinamentos.

Às mulheres que participaram desta pesquisa, pela disponibilidade e confiança. Sem vocês, este trabalho não seria possível.

A tantas outras pessoas que fazem parte da minha vida e as que cruzaram meu caminho e contribuíram de alguma forma nesse processo, tornando-o tão único e especial.

A todas essas pessoas, sou eternamente grata.

RESUMO

Histórica e culturalmente, a responsabilidade dos cuidados da casa e da família tem sido atribuída às mulheres. A inserção das mulheres no mercado de trabalho não significou a redução das tarefas produtivas e reprodutivas, resultando em rotinas de sobrecarga e evidenciando a desigualdade de gênero na divisão de trabalhos. O presente estudo procura compreender como se dá o uso do tempo para mulheres que são mães e trabalham de forma remunerada. O estudo foi realizado em uma cidade de porte médio do estado de São Paulo e trata-se de uma pesquisa descritiva de abordagem qualitativa, em que foram entrevistadas três mulheres, mães de uma ou mais crianças, com idade entre 0 (zero) e 10 (dez) anos, que possuem trabalho formal ou informal em período integral e de forma remunerada. A produção de dados foi feita por meio de entrevistas semiestruturadas. A análise e a discussão dos dados obtidos foram feitas por análise temática. Os resultados mostraram a importância de uma rede de apoio, a responsabilização feminina com os trabalhos domésticos e o papel das atividades de lazer e autocuidado para a manutenção do bem-estar. O impacto da pandemia também foi examinado. Com isso, é possível concluir que a relação entre o tempo pessoal e o tempo de maternidade ainda tem extrema relevância social. Profissionais e serviços oferecidos a esse grupo devem considerar o uso do tempo e seus condicionantes sociais, para que a sobrecarga ainda existente na participação das mulheres na sociedade não seja invisibilizada. Espera-se que o estudo contribua com as práticas dos profissionais de terapia ocupacional para atuar com essa população.

Palavras-chave: uso do tempo; mulheres; mães; trabalho.

ABSTRACT

Historically and culturally, the responsibility for home and family care has been attributed to women. The inclusion of women in the workplace has not meant the reduction of productive and reproductive tasks, resulting in overloaded routines and highlighting gender inequality in the division of labor. The present study seeks to understand how time is used by women who are mothers and engage in paid work. The study was carried out in a medium-sized city in the state of São Paulo, and it is descriptive research with a qualitative approach, in which three women were interviewed, mothers of one or more children, aged between 0 (zero) and 10 (ten) years, who have formal or informal full-time paid work. The data production was done through semi-structured interviews, and the analysis and discussion of the data obtained was done by thematic analysis. The results showed the importance of a support network, the female responsibility for housework, and the role of leisure activities and self-care for the maintenance of well-being. The impact of the pandemic was also examined. With this, it is possible to conclude that the relationship between personal time and maternity time still has extreme social relevance. Professionals and services offered to this group must consider the use of time and its social conditioning factors, so that the overload still existing in women's participation in society is not made invisible. It is hoped that this study will contribute to the practices of occupational therapy professionals while working with this population.

Keywords: time use; women; mothers; work.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
2 OBJETIVOS	9
2.1 OBJETIVO GERAL	9
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	9
3 MÉTODO	9
4 RESULTADOS	11
5 DISCUSSÃO	20
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	266
REFERÊNCIAS	278

1 INTRODUÇÃO

Historicamente, os cuidados com a casa e com a família sempre recaíram sobre as mulheres, independente de sua idade e de outras ocupações exercidas, sendo responsáveis por atividades como o preparo da comida, a limpeza do ambiente e das roupas dos membros da família, além da educação e o cuidado com as crianças, idosos e enfermos. Essas tarefas, consideradas trabalho reprodutivo, além de demandarem tempo, exigem esforço físico, o que resulta em uma sobrecarga laboral para essas mulheres. Com as mudanças sociais que ocorreram com o passar do tempo, vê-se cada vez mais mulheres no mercado de trabalho, o que contribui para a conquista de autonomia, porém, mesmo com essas conquistas, vemos poucas transformações a respeito da questão histórica e cultural que exhibe uma injusta distribuição de responsabilidades domésticas (Fontoura *et al.*, 2010).

É evidente que a inserção de mulheres no mercado de trabalho não é sinônimo de redução da carga de trabalhos domésticos e familiares, sendo assim, os dias dessas mulheres são compostos por duplas ou até triplas jornadas de trabalho (Oliveira; Marcondes, 2016). Tais aspectos evidenciam a desigualdade de gênero na divisão do trabalho, uma vez que, enquanto as mulheres precisam conciliar responsabilidades das esferas produtiva e reprodutiva, as responsabilidades dos homens focalizam quase exclusivamente o trabalho remunerado (Oliveira; Marcondes, 2016).

A situação de sobrecarga pode tornar essas mulheres mães trabalhadoras suscetíveis a quadros de depressão e de burnout (Medeiros; Aguiar; Barham, 2020). Além disso, essas mulheres podem precisar optar por um trabalho com jornadas reduzidas, o que pode ter por consequência a dificuldade de ascensão profissional por conta da quantidade de tempo disponível (Queiroz; Aragón, 2015). Daí a necessidade das mulheres que são mães e possuem um trabalho remunerado reorganizarem seu cotidiano para poderem cuidar dos filhos, da casa e da família, conciliando as demandas do trabalho (Shimabuku; Orsiolli, 2019). Silva, Uziel e Rotenberg (2014) apontam que existe uma priorização de tempo feita pelas mulheres que reflete valores sociais e culturais, sendo vista uma posição de destaque no papel de cuidados com o lar.

A American Occupational Therapy Association (AOTA) (2015) declara que as ocupações são definidas pelas Atividades de Vida Diária (AVDs), Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVDs), Descanso e Sono, Educação, Trabalho, Brincar, Lazer e Participação Social. Segundo Hakansson, Ivanoff e Sonn (2006), as ocupações relacionam-se a um estilo de vida em equilíbrio ou não, quando existe uma disfunção ocupacional.

O estudo sobre o uso do tempo é importante para que se possa compreender como as pessoas alocam o seu tempo em determinadas atividades, uma vez que, através da análise de tal alocação, é possível identificar um recorte do cotidiano dos indivíduos e a relevância e significado de cada atividade em sua rotina (Emmel; Paganelli; Valio, 2015). Assim, embora o tempo seja um recurso distribuído de forma igualitária para todas as pessoas, ele se diferencia na forma como é organizado e utilizado. Deste modo, compreender como é feito o uso do tempo por uma população possibilita que se conheça o estilo de vida, o dia a dia e o contexto cultural e social de determinado grupo, sendo possível identificar demandas e promover intervenções que possam melhorar sua qualidade de vida. (Lourenço; Emmel, 2016). Além disso, os estudos acerca desse tema oferecem informações que contribuem para planejamentos sociais e orientam políticas públicas (Nunes; Emmel, 2015). Dessa forma, na Terapia Ocupacional o estudo sobre o uso do tempo envolve como as pessoas organizam seu cotidiano, possibilitando que o terapeuta ocupacional recomende modos de ação que promovam o equilíbrio ocupacional dos sujeitos, propiciando maior qualidade de vida (Nunes; Emmel, 2015).

Ainda, conforme a AOTA:

O termo ocupação, conforme utilizado na Estrutura refere-se às atividades de vida diária nas quais as pessoas se envolvem. Ocupações ocorrem em contexto e são influenciadas pela interação entre fatores de clientes, habilidades de desempenho e padrões de desempenho. (Estrutura da prática da Terapia Ocupacional: domínio & processo, 2016, p. 06).

Vale lembrar que, de acordo com Martins e Gontijo (2011), o equilíbrio ocupacional se dá através do equilíbrio (distribuição) entre a totalidade de ocupações de um indivíduo, promovendo, assim, um estilo de vida saudável.

Tendo em vista a sobrecarga que as mulheres que exercem os papéis ocupacionais de mães e de trabalhadoras (de modo remunerado) vivenciam em suas rotinas, este estudo busca compreender como se dá o uso do tempo no cotidiano

dessas mulheres, bem como identificar desafios enfrentados e suas respectivas estratégias para solucioná-los.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral:

Compreender como mulheres que são mães e trabalham remuneradamente organizam seu cotidiano.

2.2 Objetivos específicos:

- a) Compreender como essas mulheres conciliam a rotina de uma jornada de trabalho remunerada de tempo integral, os cuidados com os filhos e demais atividades de lazer, autocuidado, entre outras;
- b) Identificar qual o impacto da presença ou da ausência de atividades de lazer, autocuidado e outros domínios significativos do cotidiano das mulheres;
- c) Elencar desafios encontrados por elas no dia a dia, investigando como são superados;
- d) Investigar o que elas gostariam que fosse diferente para que tivessem uma rotina mais satisfatória.

3 MÉTODO

Esta é uma pesquisa descritiva de abordagem qualitativa. A pesquisa descritiva identifica características de um fenômeno ou uma população (Corrêa; Santana, 2014). A abordagem qualitativa consiste em registros comportamentais que instituem demonstrações humanas passíveis de observação (Gunther, 2006). No caso, o fenômeno foi descrito a partir da própria percepção das mulheres envolvidas.

Como critério de inclusão foram consideradas mulheres que são mães de uma ou mais crianças com idade entre 0 (zero) e 10 (dez) anos que possuem trabalho formal ou informal, em período integral e de forma remunerada. Ao todo três mulheres foram entrevistadas, uma delas atua em uma empresa, outra trabalha como autônoma na produção e venda de bolos e a última trabalha em uma escola.

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisas em Seres Humanos (CEP) da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) e aprovado com o número

5.577.805. Assim, as pessoas que concordaram em participar da pesquisa receberam um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE) no qual havia informações a respeito do estudo, como objetivos, a participação de forma voluntária, o caráter das perguntas e a garantia de sigilo das informações. Ainda, embora as perguntas não fossem invasivas, o documento informava que seria possível que houvesse estresse ou desconforto, por isso, o TCLE também garantia a liberdade de não responder às perguntas quando fossem consideradas constrangedoras, a possibilidade de pausas durante as entrevistas e a desistência da participação da pesquisa em qualquer etapa do projeto. Por fim, o TCLE informava o contato da pesquisadora e sua orientadora, que poderiam ser consultadas a qualquer tempo.

O projeto foi desenvolvido em uma cidade de porte médio do estado de São Paulo. A partir de grupos de mulheres envolvidos na rede WhatsApp, foi divulgado um anúncio com uma mensagem explicando o objetivo da pesquisa e descrevendo como seria a participação associada ao convite. Assim que o retorno foi feito e um acordo aceitando a participação foi concluído, foi enviado o TCLE, o qual foi preenchido e arquivado com cópia às participantes, via WhatsApp.

O instrumento utilizado para a realização das entrevistas foi um roteiro semiestruturado desenvolvido pela pesquisadora, contendo perguntas com assuntos pertinentes aos objetivos da pesquisa. Segundo Guazi (2021), a entrevista possibilita a coleta de dados sobre o que, como e o porquê as pessoas fazem o que fazem; o que sentem; tendências de comportamentos, entre outros fatores. Ainda, na avaliação do estudo da autora, a entrevista semiestruturada pode ser dividida em seis etapas: elaboração e testagem do roteiro de entrevista; contato inicial com os participantes; realização das entrevistas; transcrição das entrevistas; análise dos dados e relato metodológico.

Dessa forma, o instrumento foi composto por perguntas relacionadas às informações pessoais das participantes (idade, grau de escolarização, tempo de atuação no trabalho de maneira remunerada, quantos filhos possui e a idade de cada um deles) e questões relacionadas aos aspectos da rotina e organização do tempo dessas mulheres para conciliar as demandas de mãe, profissional e vida pessoal.

A produção dos dados foi feita por meio de entrevistas agendadas previamente conforme a disponibilidade das participantes. As entrevistas foram feitas pela plataforma Google Meet, sendo um encontro com cada participante, com duração de, no máximo, duas horas e, com a autorização das participantes, as entrevistas foram

gravadas. Após cada encontro, as entrevistas foram transcritas na íntegra. Durante a entrevista as mulheres foram informadas sobre a necessidade de evitar citar nomes e/ou informações que possam identificá-las. Ainda assim, durante a transcrição das entrevistas, todos os elementos que pudessem levar à sua identificação foram eliminados. O intuito foi compreender os processos vivenciados pelas participantes, não sendo importante a sua identificação. Às entrevistadas foram atribuídos pseudônimos, para manter o sigilo sobre a sua identidade.

A análise e a discussão dos dados obtidos foram feitas segundo os preceitos da análise temática, a qual consiste em um método utilizado para identificação, análise e relato de padrões identificados nos dados, fazendo uso da organização e descrição do conjunto de dados de forma detalhada. Além disso, a análise temática caracteriza-se por um método essencialista ou realista, uma vez que os participantes fazem o relato de experiências e significados de suas realidades. Ainda, pode ser também um método construtivista, já que considera os eventos como consequência do que acontece dentro da sociedade (Braun; Clarke, 2006).

4 RESULTADOS

O que as mães nos contaram

Para garantir a confidencialidade, elementos e nomes que pudessem identificar as participantes foram alterados.

Elena

Elena fez curso superior, possui pós graduação e trabalha há mais de 10 anos no mercado formal. Tem uma filha em idade pré escolar. Atualmente, mora com os pais e irmãos, trabalha em dois lugares, sendo um deles no modelo de trabalho home office. Elena afirma que para sua rotina esse é o modelo que mais se encaixa. Em sua entrevista é possível identificar um funcionamento em rede da família, sobretudo para o apoio no cuidado com a filha. Entretanto, Elena relata haver ausência de uma rede de apoio emocional para ela mesma. Elena valoriza as relações sociais, tanto que esse aspecto foi relatado como um desafio durante a pandemia da COVID-19, por

conta do isolamento social. Se ela pudesse enviar uma mensagem para outras mães que enfrentam os mesmos desafios, seria:

“Eu diria que não existe super poder, que todas passam pelas mesmas questões em relação à sobrecarga, além da física, a emocional e a gente precisa se entender, se compreender, entender situações e assumir que a gente não dá conta. A vida é assim. Não se desesperar e não se frustrar tanto por achar que tem que ser a melhor alguma coisa, tem que ser melhor mãe, tem que ser melhor profissional, tem que ser melhor esposa, tem que ser melhor tudo, que a gente, realmente, não vai dar conta e a sociedade não nos dá nem chance para isso. Então, para viver com muita calma e vendo as coisas com mais tranquilidade para ser mais feliz mesmo.”

Estela

Estela é casada, tem dois filhos e trabalha como autônoma há mais de 10 anos fazendo bolos para vender. Ela é responsável pela compra dos ingredientes e dos materiais necessários, pela produção, entrega e gestão financeira, sendo possível identificar uma vida continuamente cronometrada. No funcionamento das obrigações da casa, relata uma divisão de tarefas entre os membros da família, embora ela responda pela maior parte. Em sua entrevista, percebe-se a importância dada às atividades de lazer e autocuidado. Se pudesse enviar uma mensagem para as mulheres que não são mães, diria: “Ser mãe é bom, mas tem os seus desafios diários.”

Eleonora

Eleonora trabalha em uma escola e está há mais de 15 anos no mercado de trabalho de modo remunerado. É casada e tem dois filhos. Na entrevista, relata haver uma divisão dos cuidados com a casa, mas que ainda assim existe uma carga emocional que recai sobre a mulher. Possui uma rotina intensa de trabalho, levando demandas para realizar em casa, já que o excesso de trabalho não pode ser completado no horário escolar. Se pudesse enviar uma mensagem para a sociedade, diria:

[...] O importante é viver, né? Viver, fazer aquilo que o coração da gente manda. Ser feliz. Tem aquela questão da maternidade e aí a questão do se privar, porque existe sim uma privação, mas como eu também já disse, é uma privação que vale muito a pena, é muito prazeroso. Então, sei lá, fazer o que o coração manda e respeitar o seu limite e o seu tempo, talvez isso.”

Os aspectos que as participantes abordaram e que foram comuns na experiência delas

A partir da narrativa das três mulheres e mães foi possível identificar cinco temas, sendo eles: 1. A importância de uma rede de apoio; 2. Conflitos entre maternidade e mercado de trabalho; 3. Desafios e estratégias no contexto da pandemia da COVID-19; 4. A importância das relações sociais, atividade de lazer e autocuidado e 5. Você não é uma máquina, a maternidade e uma vida cronometrada.

1. A importância de uma rede de apoio

Em relação a este tema, as três entrevistadas afirmaram que possuem redes de apoio:

Elena: “Minha rede de apoio são meus pais.”

Estela: "Tenho a Cláudia e a Maria (nomes fictícios). A Maria me ajuda bastante, a gente se ajuda, quando ela precisa, eu estou ali, quando eu preciso ela está ali. E tem também a minha cunhada que, se eu precisar, me ajuda também.”

Eleonora: “A principal fonte é a minha mãe. Minha mãe é meu tudo.”

Sobre a rede de apoio, evidencia-se uma categorização feita pelas entrevistadas em relação às esferas de apoio. Elena cita o apoio emocional e apoio instrumental/logístico, embora ela refere que tem apenas o segundo tipo:

“Depende, se for, por exemplo, ‘Ai, tô muito estafada e não...’, não tem uma pessoa, porque apesar dos meus pais me ajudarem muito, tem outras questões mais profundas que dificultam algumas coisas. A rede de apoio, quando eu penso em relação à minha filha, eu tenho, mas em relação ao meu bem-estar emocional, não tem. Então se eu preciso ficar sozinha eu não vou recorrer às pessoas como rede de apoio nesse sentido, eu vou recorrer em relação à minha, então, sei lá, final de semana, estou muito cansada, muito esgotada, preciso descansar, aí eu já falo pro pai dela ‘Ó, tenta ficar com a Júlia, tenta vir buscar, convence ela de ir porque eu preciso desse tempo, sabe?’ e, às vezes vai dar certo, às vezes não, porque nem sempre ele entende, então ele não é minha rede de apoio, ele é o pai dela e ele tem obrigação com ela e é por isso que ele vai fazer. Ou precisei ir para São Paulo ‘Mãe, você fica com minha Júlia no final de semana se o pai dela não ficar?’ Aí ela ficou. Se eu ficar muito apertada financeiramente, não é o caso dos últimos tempos que eu estou organizada, mas até quando eu era casada mesmo, eu passei por apuros e aí meus irmãos mais velhos foram meus apoios [...]”

Estela afirma ter tanto apoio pessoal, como profissional:

“Mas aqui quem me ajuda é a Cláudia e a Maria que são mais próximas de mim. Ajudam mais com as crianças ou estão no mercado, ligam para mim: ‘Tem promoção aqui, quer que leve alguma coisa?’, eu tenho um monte de gente assim que vai ao mercado: ‘Tem uma promoção de leite condensado’, aí eu já pego e vou lá. Isso na parte dos bolos, agora na parte familiar, a Maria ajuda bastante. Igual no futebol, às vezes eu levo os meninos e ela busca. Então tem tudo isso, tenho uma rede de apoio tanto na parte profissional como na pessoal.”

Eleonora afirma que concentra na mãe todo seu apoio:

“Minha mãe. Ah, tudo, emocionalmente, quando alguma coisa não está dando certo aqui na cabeça, é ela que a gente senta pra conversar, mas não como mãe, como amiga. Financeiramente também. Todos os quesitos. ‘Mãe e meu filho está assim, eu não sei o que fazer. Me ajuda, me ensina.’”

É possível identificar que, de acordo com cada arranjo familiar, as entrevistadas possuem articulações que permitem um funcionamento em rede e que configuram também formas de apoio. Em relação às tarefas da casa:

Elena: “[...] e as coisas do dia a dia a gente vai colocando nos buracos, então, tipo, tem que lavar roupa, então põe lá pra lavar e volta.”

“E a gente paga uma pessoa para vir fazer meio que uma faxina, para ajudar a gente uma vez na semana.”

“E comida, se minha mãe está em casa, dificilmente a gente se preocupa com comida mesmo, ela mesma já faz alguma coisa de manhã pra gente almoçar.”

Estela: “E o meu filho mais velho, a cozinha do almoço e da janta é ele que lava a louça. Só quando eu não estou com muita coisa para fazer que, às vezes, eu arrumo, geralmente a janta eu arrumo. Mas o almoço é o meu filho mais velho mesmo que é a obrigação dele.”

“Entregas do final de semana o meu marido faz para mim, quando ele está de folga, aí é ele que faz as entregas e algumas durante a semana sou eu que faço.”

Eleonora: “De rotina, então, eu trabalho durante o dia, o esposo à noite e a gente divide esse cuidado com as crianças nesse sentido. Então, no período em que eu trabalho, ele faz o cuidado e quando eu chego, ele dorme e eu faço o cuidado.”

“Por exemplo, eu chego agora do serviço, aí eu já preparo o alimento para janta, para o almoço, aí o mais velho fica responsável por organizar a cozinha no pós-almoço. O esposo, em relação às crianças, essa é a parte dele e direcionar o que deve ser feito mais pelo adolescente. Então eles têm uma rotina assim de dormir tarde, acordar tarde e aí acaba não demandando muito durante o dia.”

Em relação ao apoio na educação escolar dos filhos, identifica-se maior presença e responsabilização dos pais das crianças:

Estela: “O meu marido é o que mais ajuda meu filho mais novo a fazer a tarefa, mais do que eu, o meu marido tem mais paciência do que eu.”

Eleonora: “Normalmente quem acompanha o mais velho é o pai, que ele chegava da escola, então almoçava e tinha o período dele de fazer as tarefas e aí eu só dava o suporte quando eu chegava ‘Olha, vamos ver, fez, não fez, tá certo, tá errado?’”

2. Conflitos entre maternidade e mercado de trabalho

Através das narrativas das entrevistadas é possível identificar intensas rotinas de trabalho:

Elena: “Minha rotina é trabalhando, de manhã eu trabalho em um lugar, à tarde eu volto, trabalho em outro, às vezes não dá para fazer horário de almoço porque emenda uma reunião na outra.”

Estela: “Durante a semana eu durmo depois de meia noite, é natural. Final de semana, dependendo da quantidade (de bolos) que eu tenho, eu durmo 2h da manhã, 3h da manhã e 7h eu estou em pé novamente. Final de semana tem mais bolos. Data festiva é, geralmente, quando entra mais bolos, só que tem um limite, eu tenho a quantidade máxima que eu consigo pegar, não pego além daquilo que consigo fazer. A demanda, como se diz, dependendo do que eu tenho que fazer naquele dia, vou ter que trabalhar um pouco a mais.”

Eleonora: “Eu já levanto por volta das seis da manhã, me arrumo, trabalho próximo a minha casa, graças a Deus, e aí eu já assumo. Saio, deixo as crianças dormindo, nesse horário também o esposo já chegou. E aí é o dia todo, já não saio mais de lá. Lá eu vou sair por volta das seis, sete horas da noite, depende muito da saída do último aluno.”

Ainda sobre a rotina de trabalho, Eleonora, que trabalha em uma escola, conta que é comum trabalhar além do horário estipulado:

“Como eu não estou mais em sala de aula, eu vivo o outro lado e é igual quando eu estava em sala de aula. Assim, você fala que professor que trabalha meio período, ele não trabalha meio período, ele trabalha período integral, de fato, porque ele precisa entrar na sala de aula preparado, ainda mais no mundo atual, as crianças estão muito afiadas, então elas te colocam numa saia justa, cada pergunta que eles fazem, se você não estiver preparado, à frente, você passa vergonha. E, além dessa preparação, ainda é a questão de correção de atividades, de preparação de atividade para o dia seguinte, atender um aluno com déficit ou não, então o professor trabalha meio período? Não, ele trabalha meio período dentro de sala de aula, no entanto, outros dois (períodos) se brincar, fora de sala de aula. Eu, na função na qual eu atuo hoje, a minha preocupação é o evento que eu vou fazer, a excursão que precisa preparar que lá dentro não dá, porque lá dentro eu estou dando suporte, estou fazendo outras coisas. Então o meu outro período é entre essas outras coisas.”

Por outro lado, Elena revisita a questão do preconceito no mercado de trabalho com mulheres que são mães:

“Profissionalmente, eu já fui tirada de um processo seletivo por conta de ser mãe. A minha filha estava com oito meses e aí eu fui fazer uma entrevista, era remota mesmo e aí tinha a pessoa do RH e as pessoas técnicas. A pessoa do RH perguntou: ‘Você tem filhos?’, eu falei que sim, era para trabalhar no Guarujá, e ela falou assim: ‘Como você vai fazer com sua filha?’ Porque ela perguntou a idade, a minha filha tinha oito meses, foi bem marcante porque eu até lembro quantos meses a minha filha tinha e aí eu falei assim: ‘Se eu passar e for assumir a vaga, a minha filha vai para escolinha, como ela já vai e, se for à noite, vai ter o pai dela ou a babá (que na época eu era casada ainda) ou eu vou ter que contratar alguém para ficar com ela. É filha de mãe que trabalha, normal, né?’. Aí fiz toda a parte técnica, as pessoas gostaram, só elogiaram e tal, aí a moça do RH retomou o assunto: Mas sua filha é tão pequena, como que você faria mesmo?’ Sabe? E aí, quando ela retomou o assunto, eu já pensei: ‘Não vai rolar’ e, realmente, não rolou.”

Em relação ao preconceito e a resposta do ambiente de trabalho, Elena afirma:

“Agora, no lugar que eu trabalho atualmente, eu sempre tive receio, mas todo mundo que entende o contexto já é mais empático com a situação, pelo fato de ter filhos. Então nunca passei por nada, até se acontecer alguma coisa com a minha filha, posso parar, posso lá socorrer, posso bloquear minha agenda nos horários que eu tenho que fazer alguma coisa para ela. Hoje a minha gerente também é mãe solo, então ela também entende.”

3. Desafios e estratégias no contexto da pandemia da COVID-19

No contexto da pandemia, a situação financeira aparece como um desafio e um cenário de insegurança financeira para Elena. Para Eleonora, entretanto, uma estratégia específica foi implementada na pandemia para contornar questões que envolviam a renda familiar:

Elena: “O primeiro desafio para mim, pessoalmente, com a pandemia, foi a queda de renda mesmo, porque eu trabalhava em um restaurante que na pandemia fechou e a loja dos meus pais também teve uma queda gigante. No começo foi uma queda muito grande mesmo e hoje a gente ainda está 50% do que era antes da pandemia, então eu fiquei quase que sem renda mesmo durante o começo da pandemia, acho que foi o maior desafio”

Eleonora: “Meu pequeno era recém-nascido, então tinha o cuidado dele durante o dia e durante a madrugada que eu conseguia gravar as aulas. E, para complementar renda, porque houve redução salarial e tudo, nós abrimos como se fosse uma lojinha em casa, fazer alguns serviços digitais que fluiu bem, muito pai *online*, daí precisava imprimir as atividades, então fluiu legal e eu dava aula de reforço também.”

Eleonora precisou ampliar a carga de trabalho como uma estratégia para lidar com o contexto de pandemia:

“Então...eu não sei especificar para você agora em palavras, mas, igual eu eu disse, inicialmente, uma solução para mim, para eu não adoecer, como a grande maioria, foi o trabalho. Então o excesso de trabalho na época me fez bem, não me fez mal, não me deixou pensar. Eu não tinha tempo para ver jornal, eu não tinha tempo para ficar pensando naquele momento que a gente estava vivendo. Então eu fazia aquilo que eu tinha para fazer e ficava pensando no amanhã ou no daqui a pouco, sabe? Não pode sair, não vamos sair, vamos fazer o que tiver que fazer.”

Em relação a outros desafios que emergiram com a pandemia, Elena aborda as relações sociais e as estratégias criadas para lidar com o isolamento social:

[...] das pessoas, tinha um amigo, que era muito amigo, eu via sempre, até meus pais virem pra casa, de vez em quando ele ainda vinha em casa. Conversar com as pessoas por telefone, a interação era mais essa mesmo, não tinha muito o que fazer assim. Aí no meu aniversário durante a pandemia, três amigos que eram mais chegados vieram em casa mesmo assim trazer um bolo e aí as outras pessoas ligaram.”

Durante os períodos críticos da pandemia, os pais assumiram as questões educativas das crianças, mas evidencia-se uma preocupação constante com o desempenho escolar e com as condições emocionais das crianças:

Estela: “Tinha as atividades para fazer e eles não queriam fazer, aí tinha que ajudar, principalmente meu filho mais novo que pegou muito, porque pegou o primeiro ano, então tinha que fazer as atividades. Tinha dia que a professora fazia aula online para fazer avaliação dele. Foi complicado nessas partes, tinha as coisas e ele não queria estudar, não queria ficar entrando. O meu filho mais velho mesmo, muita coisa ele não entrava na aula online, ele falava ‘Ah, não tem nada’.”

Elena aborda as diferenças entre a orientação pedagógica da escola e a orientação que ela reconhece como adequada à sua criança:

[...] Então eles mandavam material e aí eu fazia com ela, mas sem puxar, não fazia tudo, tipo, ‘Ai, tá cansada? Não vamos fazer. Tá afim? Vamos fazer.’ e eu levei assim, ‘Eu também tô podendo? A gente faz. Tô muito ocupada? Então não vai dar pra fazer, a gente não faz’. Eu também tentei meio que terceirizar, quando já estava mais para frente, com meus pais ou com o pai dela, mas nunca funcionou, então foi bem tranquila essa parte, mas tinha isso, eu não cobro, não fico cobrando dela e não me auto cobrava também de falar ‘Eu tenho que ensinar’. Eu que trabalhei em escola, que entendo um pouco da parte de pedagogia, não sou pedagoga, não sou professora, então não sou eu que tenho que ensinar isso para ela. E aí eu tinha essa vantagem, ela era muito pequena, então não tinha essa cobrança que muita gente tem de ‘Ai, meu filho não vai aprender, é o momento dele de estar nessa fase’ Fica preso a isso, eu não sou presa a isso, então isso daí não foi um motivo de sofrimento.”

4. A importância das relações sociais, atividades de lazer e autocuidado

Ao conversarmos sobre as relações sociais, atividades de lazer e de autocuidado, essas relações foram mostradas como esferas e atividades importantes pelas entrevistadas.

Em relação às relações sociais e atividades de lazer, Elena ofereceu detalhes das estratégias criadas para garantir algum lazer e contato social:

“Eu e a minha filha a gente vai bastante no SESC, a gente sai para comer. Tem os amigos da igreja, a gente sai bastante com os amigos da igreja, juntas. Ela tem os momentos com o pai dela também, que leva ela para tomar o sorvete dela todo final de semana, brincar com o primo. Não tem uma rotina para isso, mas eu saio com o pessoal do trabalho, essas coisas assim.”

Estela enfatizou muito a necessidade de descanso e de sair da rotina:

“De lazer para renovar as energias, é necessário. Eu falei mesmo para o meu marido, a gente estava conversando, é necessário uma vez no mês fazer alguma coisa, não vou dizer todo final de semana, mas pelo menos uma vez por mês você pegar e sair para algum lugar, dar uma esparecida, porque a mente da gente precisa, não é só corpo não, é a mente mesmo, porque, nossa, não é fácil não.”

Embora o tempo de lazer não seja sempre possível, Eleonora identifica a sua importância:

“Lazer, como ele é bem escasso, então eu não sinto falta. Eu vivo bem, talvez porque eu viva bastante socialização que é no convívio escolar, né? Então eu não sinto falta.”

Em relação às atividades de autocuidado:

As participantes, embora conscientes da importância do assunto, exibiram estratégias distintas para garantir algum tempo pessoal, para o autocuidado:

Elena: “Eu tento dedicar um tempo, ainda estou devendo, porque, por exemplo, ir ao médico, eu vou quando não tem mais jeito. Mas eu dedico um tempo para terapia, faço psicoterapia uma vez a cada 15 dias agora, eu comecei era uma vez por semana, agora está uma vez a cada 15 dias e, recentemente, eu voltei para academia, então eu vou quase todo dia e tem dias que eu levo a minha filha comigo.”

Eleonora aponta fatores subjetivos que também compõem a dimensão do autocuidado:

“Então, tem essa questão, o autocuidado é uma questão psicológica, porque se eu me olho no espelho e eu estou bem, sabe? Aquela questão da mulher empoderada, sabe? Estou bem, estou bonita, qualquer roupa me serve,

sabe? É mais ou menos por aí, me deixa mais encorajada, talvez seja essa palavra.”

Estela tem conseguido acomodar as atividades com mais sucesso:

“Eu não deixo de fazer minhas coisas não, tipo academia, essas coisas. Eu não deixo passar não, eu vou porque é qualidade de vida. Médico eu vou, está precisando ali, eu vou. Tem tudo, eu não deixo não, arrumo ali um tempinho para fazer o necessário.”

5. Você não é uma máquina: a maternidade e a vida cronometrada

O desafio do manejo do tempo em relação às rotinas intensas foi um ponto muito enfatizado pelas entrevistadas:

Elena: “Eu acho que o maior desafio é o tempo mesmo, a falta de tempo, para poder fazer tudo e aí lidar com a frustração de não conseguir fazer tudo da melhor maneira. Então eu estou sempre controlando o tempo por conta dos dois trabalhos, para não deixar a desejar e, realmente, não dá, por exemplo, os cuidados com a casa é despriorizado na minha vida. Então é questão de tempo o maior desafio.”

Estela: “É o tempo. Não dá tempo de fazer tudo...é o tempo. Tentar conciliar tudo porque não é fácil não, porque é questão de minutos, você acaba de levar (o filho para escola), quando vê está na hora de buscar, porque ele não vem sozinho, então tem horário. Se eu tenho que resolver alguma coisa é tudo cronometrado, para dar tempo de ir e vir, é conciliar o tempo ali com todas as atividades.”

Em muitas partes do relato as participantes mostram uma certa naturalização da sobrecarga de trabalho

Eleonora: “O principal desafio é o relógio. E aí você acaba para tentar dar mais ou menos, tá? Que é bem mais ou menos mesmo. Dormir menos para conseguir dar conta mais ou menos das coisas.”

Sentimentos decorrentes de autocobrança, da cobrança de outras pessoas e dos julgamentos da sociedade foram relatados por todas as participantes:

Eleonora: “Eu já tive a neura daquela de você sentar no sofá e ela ficar na sua cabeça ‘Mas por que você está sentada? Você tem tal coisa pra fazer!’ E eu estava me deixando muito entristecida, porque, por mais que fizesse, não acabava. Vai lavar uma louça agora, daqui a pouco você vai olhar e está sujo de novo. E hoje não, então hoje eu aprendi que eu não sou uma máquina. Eu não vou dar conta de tudo. Então isso daí foi o que eu aprendi, aprendi muito e tenho comigo agora.”

Elena: “E aí acho que um segundo ponto seria tanto a autocobrança para fazer tudo que não cabe no tempo, quanto a cobrança das outras pessoas. Eu já ouvi, por exemplo, ‘Ah, sua filha não tem mãe, quem é a mãe dela é a

avó', umas coisas assim. Quando o tempo todo eu estou trabalhando, não é porque eu quero deixar minha filha com outra pessoa, não é porque eu quero que minha filha se encha de atividades para não ficar comigo, mas é porque agora a necessidade é trabalhar."

Sentimentos de culpa e frustração são frequentes:

Elena: "Eu não sei outras pessoas, mas o que eu sinto é que a mãe meio que se sente um pouco culpada, sabe? Muitas vezes eu fico pensando tipo 'Ai, eu vou fazer tal coisa mas e a minha filha?' Ou 'Eu poderia fazer isso com ela' ou...mas, na verdade, falta tempo também para eu fazer coisas para mim mesma."

Eleonora: "Aí eu fico um pouco frustrada porque não dá para dar conta. Não é a casa que eu gostaria que fosse em relação às tarefas, mas faz parte. É daquilo que eu acho que eu não respondi sua pergunta lá atrás, mas é mais ou menos isso: eu não sou uma máquina, não dá para dar conta de tudo. A gente se cobra muito e isso, às vezes, as pessoas olham e falam: 'Ah, nada a ver', mas a gente que está, sabe, sente, dói."

5 DISCUSSÃO

1. A importância de uma rede de apoio

“Minha rede de apoio são meus pais, ELENA”: o lugar imprescindível das redes de apoio

Todas as entrevistadas afirmaram ter redes de apoio e reconheceram sua importância. Além disso, foram identificadas categorizações feitas por elas mesmas em relação aos tipos de apoio, como apoio emocional, instrumental/logístico, pessoal e profissional.

Segundo Rapoport e Piccinini (2006), a rede de apoio social é definida como o suporte proporcionado por sistemas e pessoas às situações do cotidiano, podendo incluir família, amigos, serviços e relações desenvolvidas no trabalho ou comunitárias. As redes são classificadas a partir do suporte fornecido (disponível, percebido ou recebido) e ao tipo de apoio (emocional, informacional e instrumental). Com isso, os autores afirmam que o tamanho da rede e a condição econômica da família são fatores que estão relacionados entre si, uma vez que tal condição interfere na criação e continuidade dessas redes. Ainda de acordo com Rapoport e Piccinini (2006), a literatura evidencia que uma rede de apoio social é benéfica a curto e longo prazo para a mãe, para a criança e para o casal. No entanto, as redes nem sempre ocorrem,

sendo de relevância o planejamento de políticas públicas para atender às demandas das mães.

Os dados qualitativos do estudo de Barbano (2020), mostraram que a rede de apoio contribui para que as mulheres mães que trabalham em meio período ou período integral possam conciliar seus papéis. Diante do apresentado, fica evidente a importância das redes de apoio, o que também foi possível observar nos dados coletados nas entrevistas deste estudo, como identifica-se nos relatos de Elena sobre a organização de sua rotina e sobre a possibilidade de assumir outras atividades além das atribuídas ao papel ocupacional de mãe e de trabalhadora:

“Então a minha rotina: eu acordo cedo, minha filha fica dormindo e eu vou para a loja da minha família, na qual eu ajudo também. Ai depois eu volto para casa, às vezes dá tempo de eu ajudar na arrumação dela, às vezes eu deixo as coisas no jeito pra alguém levar para escola. Quando eu chego a tempo eu dou comida para ela, senão, minha mãe e meu pai ajudam cuidar dessa parte e à tarde eu fico trabalhando em casa até a hora que dá. E agora, recentemente, uma semana, mais ou menos, eu tenho ido à academia no final do dia e minha filha vai comigo também. Minha filha sai às 17h da escola, então, como de manhã eu trabalho também na loja da minha família, às vezes às 17h eu também estou trabalhando na empresa, na qual eu sou supervisora, então se eu tiver trabalhando meus pais pegam minha filha na escola também.”

“[...] Minha mãe gosta de ficar com a minha filha e, às vezes, à noite, há pouco tempo eu comecei a sair à noite com o pessoal do trabalho, dar uma volta e aí quando eu quero sair minha mãe também fica com ela, não tem problema.”

Visando analisar de modo comparativo como mães jovens e tardias administram a relação família-trabalho remunerado, o estudo de Sousa *et al.* (2011) afirma que as formas de conciliar o excesso de trabalho com as demandas dos cuidados com a família e com as tarefas de casa se deu pela divisão de responsabilidades com o companheiro, empregados e instituições formais, de modo a delegar determinadas tarefas. No presente estudo, foi possível identificar o apoio instrumental conforme o relato das entrevistadas, como pode ser visto nas seguintes falas em relação às tarefas domésticas:

Estela: “Toma muito tempo. Eu já nem faço muito, quem faz a parte doméstica é meu marido, porque não dá tempo de eu fazer, mas eu acho que toma muito tempo da vida da gente limpar uma casa, desgaste, porque todo dia você tem que fazer a mesma coisa, hoje você arruma a cama, amanhã você tem que arrumar de novo. Eu acho que é muito desgastante, você perde muito tempo arrumando todo dia a mesma coisa, que não muda.”

Elena: “A gente paga uma pessoa para vir fazer meio que uma faxina, para ajudar a gente, uma vez na semana [...]”

A divisão de papéis na sociedade, uma herança difícil de mudar

A divisão de papéis baseada em gêneros, na qual os homens desempenham o papel de provedor da família e as mulheres o papel de cuidadoras têm origens bem remotas na história humana. As mudanças socioeconômicas, culturais e a força do movimento feminista no século XX deram espaço a novas conformações sociais e contribuíram para que as mulheres participassem de atividades das esferas produtivas fora dos domicílios. Entretanto, as atividades da esfera reprodutiva, como os cuidados com a família e educação, ainda permanecem, na maioria, sob responsabilidade das mulheres (Sousa; Guedes, 2016).

Diante da questão da divisão genderizada do trabalho, foi possível observar que, entre as participantes casadas, os maridos assumem responsabilidades em atividades da casa e participação nas atividades educacionais dos filhos. Todavia, ainda assim, é possível perceber através dos relatos das participantes que a responsabilidade recai de forma desigual para a mulher, como observado na fala de Eleonora:

“Eu tenho erro meu de abraçar tudo, eu não sei delegar. Por exemplo, igual a gente estava falando lá na sua primeira pergunta: ‘Ó, lavar banheiro, lavar roupa’, então eu vou chegar, vou fazer o que eu tiver que fazer. Eu parto com um princípio até um pouco ignorante: está ali, está vendo, não fez? Não tem problema, eu vou e eu faço. É mais ou menos por aí. E não é de maldade da parte de ninguém, é porque não tem consciência, né? Não tem essa neura que a gente mulher tem.”

Sobre como gostaria de ser ajudada, Eleonora respondeu:

“Que as coisas acontecessem sem que eu precisasse falar, sabe? Às vezes eu estou lá e lembro ‘Puts, não descongelei mistura’, aí mando mensagem ‘Descongela aí alguém’, aí você está ali lavando uma louça pensando ‘Poxa, será que vai dar tempo da roupa secar? Será que ela termina logo?’”

2. Conflitos entre maternidade e mercado de trabalho

Mercado de trabalho e maternidade: a “dor e a delícia¹” de ter uma vida profissional

¹ VELOSO, Caetano. Dom de Iludir in: Totalmente Demais. Polygram, 1986.

Fiorin, Oliveira e Dias (2014) realizaram um estudo com mulheres com e sem filhos para investigar o significado do trabalho remunerado e sua relação com a maternidade. A partir das entrevistas, observou-se que o trabalho remunerado é visto como forma de reconhecimento social e satisfação e que a maternidade pode oferecer realização pessoal, mesmo que possa estar relacionada a renúncias ligadas ao trabalho. Nossas entrevistadas mencionaram as mesmas situações, mostrando que o dilema das escolhas pessoais frequentemente se subordina ao cuidado dos filhos.

Nas entrevistas, foi possível identificar que a ideia da maternidade como único fator de realização emocional para as mulheres vem sendo desconstruída, pelo menos nesse grupo de mulheres mães, como vemos nos seguintes relatos:

Elena: “Acho que para sociedade eu diria para ter mais empatia e olhar para as mães para além de ser mãe, sabe? Como profissional, com as suas capacidades, com as suas qualidades, enquanto pessoa e não enquanto qualquer minoria, seja mulher, seja mãe, e sim como uma pessoa que tem seu potencial e suas qualidades para contribuir com a sociedade.”

Estela: “Ser mãe é bom, mas tem os seus desafios diários.”

No que tange à maternidade e mercado de trabalho, foi possível observar que existem conflitos e preconceitos da sociedade com a participação de mulheres mães no mercado de trabalho. A pesquisa de Pereira *et al.* (2022), afirma que, segundo um estudo da Fundação Getúlio Vargas, ao longo da vida, há um aumento gradual da probabilidade de inserção das mulheres no mercado de trabalho, todavia, existe uma queda após a primeira licença maternidade, o que favorece a desigualdade social, além de evidenciar a realidade desigual existente na sociedade. Ainda, outra questão vivenciada pela maioria das mulheres é a impossibilidade de retornar ao trabalho. Assim, foi identificado um impacto negativo na relação entre maternidade e participação das mulheres no mercado de trabalho. Tal questão também foi evidenciada na entrevista de Elena, a qual relatou que já foi tirada de um processo seletivo de trabalho por ser mãe.

Uma questão observada em relação ao trabalho, foi a extensão do horário de trabalho além do estipulado nas rotinas previamente acertadas nos ambientes de trabalho. Algumas atividades são mais sujeitas a essa situação. Sousa *et al.* (2011) realizaram um estudo com docentes e funcionárias ativas da Universidade Federal de Viçosa que são mães e foi identificado a existência de sobrecarga de trabalho maior

em docentes em relação às técnicas administrativas pelo fato de que as tarefas do cargo de docente se estendiam para além do local de trabalho, muitas vezes sendo necessário realizar tarefas do trabalho à noite e aos finais de semanas e feriados.

3. Desafios e estratégias no contexto da pandemia da COVID-19

Ser mãe em tempos de pandemia

Dorna (2021) alerta que uma das implicações da pandemia da COVID-19 no contexto das mulheres foi o trabalho não remunerado, relacionado ao cuidado e sua distribuição desigual entre os gêneros, que já era existente antes da pandemia e foi intensificado durante esse período. Dessa forma, a sobrecarga doméstica feminina foi ainda mais evidenciada, já que as mulheres continuaram responsáveis pela maior parcela dos trabalhos relacionados à educação, saúde, cuidado, entre outros. Ainda, segundo o estudo de Santos *et al.* (2021), durante a pandemia as mulheres mães se viram excessivamente atarefadas, desempenhando o trabalho de maneira remota, além das atividades de cuidado com a casa e com os filhos que estavam em tempo integral na residência. Foram observadas mães/mulheres com sobrecarga física e mental.

Em relação ao cotidiano no contexto da pandemia, as entrevistadas relataram questões como insegurança financeira, estratégias para lidar com a pandemia e os desafios relacionados à educação escolar dos filhos.

4. A importância das relações sociais, do lazer e do autocuidado

“Porque a mente da gente precisa, não é só corpo não, ESTELA”: a importância de atividades para a manutenção da saúde

Conforme a Estrutura da Prática da Terapia Ocupacional: domínio e processo (2016), as ocupações são classificadas como atividades de vida diária, atividades instrumentais de vida diária, sono e descanso, educação, trabalho, brincar, lazer e participação social, podendo favorecer um estilo de vida equilibrado ou em desequilíbrio. Com isso, o lazer é caracterizado como "atividade não obrigatória que é intrinsecamente motivada e desenvolvida durante o tempo livre, ou seja, tempo livre

das ocupações obrigatórias, tais como o trabalho, o autocuidado ou o sono“ (Parham; Fazio, 1997, p. 250). Conforme a pesquisa de Garcia (2005), estudos apontam a falta de adesão de mulheres em atividades de lazer devido a questões financeiras e trabalhos domésticos. Além disso, outro fator que contribui para essa questão é possuir filhos pequenos. O autor enfatiza a vulnerabilidade das mulheres com baixa renda e escolaridade, mostrando a ausência de tempo destinado ao lazer.

No grupo de mulheres que participaram do nosso estudo, foi possível observar o oposto: duas das três participantes relataram dedicar tempo para atividades de lazer e de manutenção da saúde. Além disso, as entrevistadas identificaram a importância e impacto de realizar essas atividades em suas rotinas para uma vida mais saudável, como vemos nos relatos:

Estela: “É necessário, o corpo da gente precisa, a mente da gente precisa, é autocuidado, a realidade é essa, autocuidado. Se não a gente vive na rotina, chega uma hora que você está em uma estafa.”

Elena: “É muito importante. Eu acho que eu demorei para me atentar para isso, na verdade, não para me atentar, mas para conseguir encaixar isso na rotina.”

5. Você não é uma máquina: a maternidade e a vida cronometrada

“É tudo cronometrado para dar tempo de ir e vir, é conciliar o tempo ali com todas as atividades, ESTELA”: os desafios para equilibrar todos os “pratos”

De acordo com Bruschini e Ricoldi (2009), estudos apontam que a divisão sexual do trabalho persiste, a qual designa aos homens atividades da esfera produtiva, responsáveis pela obtenção de renda, e às mulheres às atividades reprodutivas, sendo encarregadas pelas tarefas de cuidado com os membros da família, com a casa e com a educação dos filhos. Visando estudar como mulheres que são mães de crianças de 0 a 6 anos e que trabalham manejam suas atividades e seus papéis pessoais e profissionais, o estudo de Rossini (2021) apontou que as mulheres, que são mães e trabalham, mostram dificuldades na manutenção do equilíbrio emocional e da qualidade de vida, bem como a presença de uma sobrecarga por desempenharem, ao mesmo tempo, os papéis de mulher, de mãe e de trabalhadora, como foi relatado pela entrevistada:

Elena: “Eu diria que não existe super poder, que todas passam pelas mesmas questões em relação à sobrecarga, além da física, a emocional [...]”

Neste estudo foi possível notar certa participação dos homens em tarefas relacionadas à esfera reprodutiva, embora a responsabilidade maior ainda seja das mulheres. Ainda, em relação a coexistências dos múltiplos papéis desempenhados pelas mulheres, constataram-se rotinas intensas descritas pelas entrevistadas, compostas pelo trabalho remunerado e pelas tarefas domésticas e de cuidado com os filhos, sendo o tempo o principal desafio para conciliar todas as demandas.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

No presente estudo buscou-se verificar como se dá o uso do tempo para mulheres que são mães e trabalham em tempo integral, bem como compreender os desafios e estratégias vivenciados por essas mulheres para conciliar as demandas de todos os papéis ocupacionais exercidos.

As entrevistas mostraram a importância da rede de apoio para conciliação de papéis e que, na realidade das mulheres entrevistadas, embora existam divisões de tarefas no ambiente domiciliar, a responsabilidade ainda recai sobre a mulher. Igualmente, foi possível observar a relação entre atividades de lazer e autocuidado para a manutenção do bem-estar. Conclui-se que a relação entre tempo pessoal e tempo de maternidade ainda tem extrema relevância social.

Por fim, vale notar que este estudo possui algumas limitações importantes a serem consideradas. O grupo de participantes foi constituído apenas por mulheres que se reconhecem pelo gênero feminino, são mães de crianças que não possuem deficiências ou necessidades específicas e possuem condições socioeconômicas de nível médio. Mesmo as mulheres que se declararam mães solo, mantêm relações amistosas com os pais de suas crianças. Outros contextos, nos quais as mulheres mães tenham menos suporte, alguma vulnerabilidade adicional, ou mesmo vivam contextos atravessados por marcadores raciais, de escolaridade, ou outras circunstâncias que reduzem o seu protagonismo, levariam certamente a achados diferentes dos que encontramos aqui.

Tendo em vista que a Terapia Ocupacional atua com as ocupações dos indivíduos, conhecer o uso do tempo de uma determinada população, permite

compreender sobre seu cotidiano e, através disso, identificar demandas e atuar na promoção de saúde e qualidade de vida. Dessa forma, espera-se que o presente estudo contribua com a prática dos profissionais de Terapia Ocupacional no que diz respeito à orientação e planejamento de ações ao atuar com mães e famílias, uma vez que os resultados encontrados nesta pesquisa permitem visualizar a complexidade de fatores na conciliação entre maternidade e trabalho remunerado, bem como os aspectos sociais e culturais envolvidos.

REFERÊNCIAS

AOTA - AMERICAN OCCUPATIONAL THERAPY ASSOCIATION *et al.* Estrutura da prática da Terapia Ocupacional: domínio & processo-traduzida. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v. 26, p. 1-49, 2015. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rto/article/view/97496/96423>

BARBANO, L. M. **Mães trabalhadoras**: um estudo quanti-qualitativo sobre o uso do tempo em papéis ocupacionais, poder aquisitivo e satisfação com a vida. 2020. 126 f. Dissertação (Mestrado em Terapia Ocupacional) - Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de São Carlos, 2020. Disponível em: https://repositorio.ufscar.br/bitstream/handle/ufscar/12441/disserta%c3%a7%c3%a3o_leticiabarbano_final.pdf?sequence=1&isAllowed=y

BRAUN, V.; CLARKE, V. Using thematic analysis in psychology. **Qualitative Research in Psychology**, v. 3, n. 2, p. 77-101, 2006. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

BRUSCHINI, M. C. A.; RICOLDI, A. M. Família e trabalho: difícil conciliação para mães trabalhadoras de baixa renda. **Cadernos de Pesquisa**, v. 39, n. 136, p. 93-123, jan./abr. 2009. Disponível em: <http://educa.fcc.org.br/pdf/cp/v39n136/v39n136a06.pdf>

CORRÊA, G. C.; SANTANA, V. C. Avaliação do impacto de uma intervenção de terapia ocupacional com ênfase no desempenho ocupacional de crianças e adolescentes com deficiência visual. **Rev Ter Ocup Univ São Paulo**, v. 25, n. 1, p. 43-50, jan./abr. 2014. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rto/article/view/62561/87289>

DORNA, L. B. H. O trabalho doméstico não remunerado de mães na pandemia da COVID-19 : mudanças e permanências. **Laboreal**, v. 17, n. 1, maio 2021. Disponível em: <https://journals.openedition.org/laboreal/17860>

EMMEL, M. L. G.; PAGANELLI, L. O.; VALIO, G. T. Uso do tempo de um grupo de idosos do município de São Carlos (SP). **Revista Kairós Gerontologia**, São Carlos, v. 18, n. 2, p. 421-442, jun. 2015. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/28388/19956>

FIORIN, P. C.; OLIVEIRA, C. T.; DIAS, A. C. G. Percepções de mulheres sobre a relação entre trabalho e maternidade. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 15, n. 1, p. 25-35, 2014. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2030/203035764005.pdf>

FONTOURA, N. *et al.* Pesquisas de uso do tempo no Brasil: contribuições para a formulação de políticas de conciliação entre trabalho, família e vida pessoal. **Revista Econômica**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 1, p. 11-46, jun. 2010. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/revistaeconomica/article/view/34823/20079>

GARCIA, A. B. Representações sociais da cultura corporal de lazer entre mulheres auxiliares de limpeza. **Revista Digital**, Buenos Aires, jun. 2005. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd85/corporal.htm>

GUAZI, T. S. Diretrizes para o uso de entrevistas semiestruturadas em investigações científicas. **Revista Educação, Pesquisa e Inclusão**, v. 2, p.1-20, 2021. Disponível em: <https://revista.ufrr.br/repi/article/view/e202114/pdf>

GUNTHER, H. Pesquisa Qualitativa Versus Pesquisa Quantitativa: Esta É a Questão? **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 22, n. 2, p. 201-210, mai./ago. 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/HMpC4d5cbXsdt6RqbrmZk3J/?format=pdf&lang=pt>

HAKANSSON, C.; IVANOFF, S. D.; SONN, U. Achieving Balance In Everyday Life. **Journal of Occupational Science**. 2011. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14427591.2006.9686572>

LOURENÇO, M. C.; EMMEL, M. L. G. O uso do tempo em uma população de adultos jovens universitários: um estudo exploratório. **Revista Brasileira de Iniciação Científica**, Itapetininga, v. 3, n. 3, p. 75-89, 2016.

MARTINS, S.; GONTIJO, D. T. Tempo de engajamento nas áreas de ocupação de adolescentes inseridos em uma escola pública. **Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo**, v. 22, n. 2, p. 162-171. maio/ago. 2011. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rto/article/view/14134/15952>

MEDEIROS, T. J.; AGUIAR, J.; BARHAM, E. J. Envolvimentos no Trabalho e na Família: Estudo de Caso com Mães Trabalhadoras na Função Pública. **Pensando Famílias**, v. 24, n. 2, p. 147-160, dez. 2020. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/penf/v24n2/v24n2a12.pdf>

NUNES, A. C.; EMMEL, M. L. G. O uso do tempo nas atividades cotidianas de crianças de classe popular de 9 a 12 anos. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v. 26, n. 2, p. 176-185, maio/ago. 2015. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rto/article/view/89617/101713>

OLIVEIRA, M. C. F. A.; MARCONDES, G. S. Os tempos para o trabalho e para a família na população feminina em áreas metropolitanas brasileiras. **Idéias – Rev. Inst. Filos. Ciênc. Hum. UNICAMP**, v. 7, n. 1, p. 61-88, jan/jul. 2016. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/ideias/article/view/8649511/16066>

PARHAM, L. D.; FAZIO, L. S. (eds.) **Play in occupational therapy for children**. Mosby, St. Louis, MO., 1997.

PEREIRA, I. C. A. *et al.* O trabalho feminino e a maternidade: revisão integrativa. **Rev. enferm. atenção saúde**, v. 11, n. 1, jan/abr. 2022. Disponível em: <https://seer.uftm.edu.br/revistaelectronica/index.php/enfer/article/view/5285>

QUEIROZ, V. S.; ARAGÓN, J. A. O. Alocação de tempo em trabalho pelas mulheres brasileiras. **Estud. Econ.**, São Paulo, v. 45, n. 4, p. 787-819, out/dez. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ee/a/W9vz6jr6BNmGL3JWRSpC6Yy/?format=pdf&lang=pt>

RAPOPORT, A.; PICCININI, C. A. Apoio social e experiência da maternidade. **Rev Bras Crescimento Desenvolv Hum**. v. 16, n. 1, p. 85-96, 2006. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/jhgd/article/view/19783/21851>

ROSSINI, A. P. P. **Vivências de mães-trabalhadoras acerca das demandas e recursos laborais em modalidades alternativas de trabalho**. 2021. 186 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Centro de Ciências da Vida, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, 2021. Disponível em: http://repositorio.sis.puc-campinas.edu.br/bitstream/handle/123456789/16074/ccv_ppgpsico_me_ANA_PPR.pdf?sequence=1&isAllowed=y

SANTOS, J. B. S. *et al.* A vivência da maternidade em meio à pandemia. **Glob Acad Nurs**, v. 2, n. 1, 2021. Disponível em:

<https://globalacademicnursing.com/index.php/globacadnurs/article/view/175/195>

SHIMABUKU, J. R. F.; ORSIOLLI, T. H. E. O impacto do trabalho na vida das mães trabalhadoras. **Revista Orbis Latina**, Foz do Iguaçu, v. 9, n. 2, p. 245-254, jul/dez. 2019. Disponível em: <https://revistas.unila.edu.br/orbis/article/view/1727/1650>

SILVA, F. R.; UZIEL, A. P.; ROTENBERG, L. Mulher, tempo e trabalho: o cotidiano de mulheres comissárias de voo. **Psicologia & Sociedade**, v. 26, n. 2, p. 472-482, 2014. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/psoc/a/jTvsFB79XzXR6LWJN7yn7yh/?format=pdf&lang=pt>

SOUSA, I. F. *et al.* “...Não tem jeito de eu acordar hoje e dizer: hoje eu não vou ser mãe!”: trabalho, maternidade e redes de apoio. **Oikos: Revista Brasileira de Economia Doméstica**, Viçosa, v. 22, n.1, p. 46-63, 2011. Disponível em:

<https://www.locus.ufv.br/bitstream/123456789/13800/1/21-347-1-PB.pdf>

SOUSA, L. P.; GUEDES, D. R. A desigual divisão sexual do trabalho: um olhar sobre a última década. **Estudos Avançados**, v. 30, n. 87, p. 123–139, ago. 2016.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/ea/a/PPDVW47HsgMgGQQCgYYfWgp/?format=pdf&lang=pt>