

A PANDEMIA DA COVID-19 COMO FATOR DE ADOECIMENTO MENTAL DA MULHER E INCREMENTO NO TRABALHO DO CUIDADO¹

THE COVID-19 PANDEMIC AS A FACTOR IN WOMEN'S MENTAL ILLNESS AND AN INCREASE IN CARE WORK

Juliana Mayer Goulart², Ana Luísa Dessoy Weiler³, Melina Macedo Bemfica⁴, Joice Graciele Nielsson⁵, Rosane Teresinha Carvalho Porto⁶

¹ Trabalho desenvolvido no Grupo de Pesquisa “Biopolítica e Direitos Humanos”, do Programa de pós-graduação em Direito da Unijui.

² Mestranda em Direitos Humanos no Programa de Pós-graduação em Direito da UNIJUI. Bolsista UNIJUI - Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: juliana.goulart@sou.unijui.edu.br

³ Mestranda em Direitos Humanos no Programa de Pós-graduação em Direito da UNIJUI. Bolsista PROSUC/CAPEL. Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: ana.weiler@sou.unijui.edu.br

⁴ Doutoranda em Direitos Humanos no Programa de Pós-graduação em Direito da UNIJUI. Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: melina.bemfica@sou.unijui.edu.br

⁵ Doutora em Direito pela UNISINOS. Professora da Graduação em Direito e do Programa de Pós-graduação em Direito da UNIJUI. Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: joice.nielsson@unijui.edu.br

⁶ Pós-doutora em Direito e Sociedade pela Universidade La Salle. Professora da Graduação em Direito e do Programa de Pós-graduação em Direito da UNIJUI. Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: rosane.cp@unijui.edu.br

RESUMO

O artigo busca perceber o impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental das mulheres responsáveis pelo trabalho do cuidado no Brasil. O problema que orienta a pesquisa pode ser sintetizado na seguinte pergunta: em que medida a pandemia da COVID-19, com o isolamento, impactou a saúde mental das mulheres responsáveis pelo trabalho do cuidado?. Com base nos dados levantados a partir de um conjunto de pesquisas realizadas sobre o tema em estudos de gênero, percebeu-se que a pandemia da COVID-19 deixou mais evidente a desigualdade no exercício do trabalho do cuidado, bem como o adoecimento mental das mulheres, devido às múltiplas tarefas e sobrecargas de trabalho. O objetivo geral do presente estudo é analisar a saúde mental das mulheres responsáveis pelos trabalhos do cuidado, após o isolamento imposta pela COVID-19. Os objetivos específicos, que se refletem na organização do presente em três seções, são: a) Compreender o que é o trabalho do cuidado e o papel das mulheres no seu exercício; b) Entender, a partir dos estudos já publicados, os impactos do isolamento da COVID-19 no exercício do trabalho do cuidado; e, b) Perceber em que medida a saúde mental das mulheres responsáveis pelo cuidado ficou evidenciado após a COVI-19. O método de pesquisa empregado foi o hipotético-dedutivo.

Palavras-chave: Gênero. Pandemia Covid-19. Trabalho de Cuidado. Saúde mental.

ABSTRACT



The article seeks to understand the impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of women responsible for care work in Brazil. The problem that guides the research can be summarized in the following question: to what extent has the COVID-19 pandemic, with its isolation, impacted the mental health of women responsible for care work? Based on the data gathered from a body of research conducted on the topic in gender studies, it has been realized that the COVID-19 pandemic has made inequality in the exercise of care more evident, as well as women's mental illness due to multiple tasks and work overloads. The general objective of the present study is to analyze the mental health of women responsible for care work after the isolation imposed by COVID-19. The specific objectives, which are reflected in the organization of the present in three sections, are: a) to understand what care work is and the role of women in its exercise; b) to understand, based on previously published studies, the impacts of the isolation of COVID-19 on the exercise of care work; and, b) to understand to what extent the mental health of women responsible for care became evident after COVI-19. The research method employed was the hypothetical-deductive method.

Keywords: Genre. Covid-19 Pandemic. Care. Mental Health.

INTRODUÇÃO

Este artigo pretende perceber o impacto da COVID-19 na saúde mental das mulheres responsáveis pelo trabalho do cuidado, o qual restou por muitos anos invisibilizado, deixando de ser - em partes -, pelo isolamento imposto pela pandemia. A decretação do estado pandêmico e a necessidade do isolamento social, obrigou as famílias a permanecerem dentro do lar, exigiu maiores cuidados de trabalho indiretos para limitar a transmissão do vírus, o fez o cuidado ser reconhecido como essencial. Diante do contexto, o tema tem especial relevância, uma vez que as mulheres vêm ocupando esse lugar de cuidadoras ao longo da história, adoecendo mentalmente devido a sobrecarga de trabalho.

Dito isto, o trabalho foi construído para responder a seguinte problemática: Em que medida a pandemia da COVID-19, com o isolamento, impactou a saúde mental das mulheres responsáveis pelo trabalho do cuidado? Partindo da hipótese de que o trabalho do cuidado, a cada dia, torna-se mais essencial para a sociedade e economia, inobstante isso, segue desvalorizado e sem reconhecimento, sendo realizado majoritariamente por mulheres, conforme as pesquisas realizadas e que serão demonstradas ao longo do artigo.

Como objetivo geral, a pesquisa busca demonstrar os impactos da COVID-19 na saúde mental das mulheres responsáveis pelo trabalho do cuidado. Para dar concretude ao objetivo geral, os objetivos específicos, que se refletem na sua estrutura em três seções, são:



a) Compreender o que é o trabalho do cuidado e o papel das mulheres no seu exercício; b) Entender, a partir dos estudos já publicados, os impactos do isolamento da COVID-19 no exercício do trabalho do cuidado; e, c) Perceber em que medida a saúde mental das mulheres responsáveis pelo cuidado ficou evidenciado após a COVID-19.

Para tanto, o método de pesquisa empregado foi o hipotético-dedutivo, mediante o emprego de técnica de pesquisa bibliográfica e documental, utilizando de autores como Valeska Zanello, Heleieth Saffiotti, Silvia Federici e Byung-Chul Han. Bem como pesquisas realizadas pela Organização Internacional do Trabalho, Oxfam, Instituto Tricontinental, entre outros.

METODOLOGIA

Para a construção do trabalho, optou-se por dividi-lo em três seções, para os quais fora utilizado o método o hipotético-dedutivo, o qual “inicia-se com um problema ou uma lacuna no conhecimento científico, passando pela formulação de hipóteses e por um processo de inferência dedutiva, o qual testa a predição da ocorrência de fenômenos abrangidos pela referida hipótese” (PRODANOV; FREITAS, 2013, p. 32), usando uma pesquisa explicativa, que “aprofunda o conhecimento da realidade, pois tenta explicar a razão e as relações de causa e efeito dos fenômenos” (OLIVEIRA, 2011, p. 22), nesse caso, o impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental das mulheres responsáveis pelo trabalho do cuidado.

1 O TRABALHO DO CUIDADO E O PAPEL DAS MULHERES NO SEU EXERCÍCIO

A Organização Internacional do Trabalho - OIT, conceitua o trabalho do cuidado como sendo as “atividades e relações envolvidas no atendimento das necessidades físicas, psicológicas e emocionais de adultos e crianças, idosos e jovens, pessoas frágeis e saudáveis”, se dividindo em cuidados diretos e indiretos. Os cuidados diretos, também conhecidos como presenciais e relacionais, são aqueles realizados para e com alguém cara-a-cara, por exemplo, “alimentar um bebê, cuidar de um cônjuge doente, ajudar uma pessoa idosa a tomar banho, fazer *check-ups* médicos ou ensinar crianças pequenas”. Os cuidados indiretos, por sua vez,



são também conhecidos como cuidados não relacionais ou trabalho doméstico, “que não envolvem cuidados pessoais face a face, como limpeza, cozinha, lavanderia e outras tarefas domésticas [...] que proporcionam as condições antes da prestação de cuidados pessoais” (OIT, 2018, p. 6, tradução nossa).

Na medida em que a população cresce e, em contrapartida, envelhece, o trabalho do cuidado torna-se ainda mais essencial para a sociedade e economia. Em um mundo no qual o trabalho do cuidado não é valorizado ou reconhecido, é “assumido por mulheres e meninas em situação de pobreza, especialmente por aquelas que pertencem a grupos que, além da discriminação de gênero, sofrem preconceito em decorrência de sua raça, etnia, nacionalidade, sexualidade e casta” (OXFAM, 2020, p. 8).

A OXFAM, em 2020, divulgou relatório afirmando que “as mulheres são responsáveis por mais de três quartos do cuidado não remunerado e compõem dois terços da força de trabalho envolvida em atividades de cuidado remuneradas”. O documento aponta também que as mulheres residentes em zonas rurais e em países de baixa renda dedicam em média 14 horas do seu dia para trabalhos de cuidados não remunerados, ainda aduz que 42% das mulheres em idade ativa estão fora do mercado de trabalho para dedicarem-se ao trabalho de cuidado não remunerado (OXFAM, 2020, p. 10-11).

No ano de 2018, a OIT já havia divulgado dados preocupantes sobre os obstáculos para participação das mulheres no mercado do trabalho, uma vez que “606 milhões de mulheres em idade ativa para trabalhar indicaram que não estão disponíveis para trabalhar ou que não estão à procura de emprego em razão do trabalho de cuidado não remunerado” (OIT, 2018, p. 32, tradução nossa).

No Brasil, 85% do trabalho de cuidado realizado no interior das famílias é feito por mulheres. No ano de 2019, por exemplo, “as mulheres dedicavam em média 21,4 horas semanais, enquanto os homens apenas 11 horas” aos trabalhos de cuidado. Àquelas que trabalham fora de casa ainda “cumprem em média 8,2 horas a mais em obrigações domésticas que os homens que também trabalham fora” (INSTITUTO TRICONTINENTAL, 2020).

O Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada – IPEA, em relatório sobre a economia do cuidado, publicado em 2016, afirma que “a disponibilidade e a legitimidade masculinas



existem apenas ao custo de que se incumba as mulheres de todas as tarefas reprodutivas”, o que justifica a circulação maior de homens na esfera pública, legitimando o seu poder político e econômico (IPEA, 2016, p. 23). Nesse sentido, complementa:

Ao indicar, no entanto, que os homens têm sido os sujeitos privilegiados pela distribuição dos cuidados, e que as mulheres são responsabilizadas por sua execução, tem-se ainda apenas um quadro parcial da organização social dos cuidados. Numa sociedade historicamente desigual como a brasileira, não basta considerar o gênero como eixo articulador de hierarquias e regulador do acesso aos bens sociais. No Brasil, a execução e o acesso ao *care*, como em variados outros aspectos da vida social, está atravessado pelas desigualdades de raça e classe. (IPEA, 2016, p. 23)

Para Daiane Guimarães Salgado (2019, p. 318), “a mulher ainda é vista com a obrigação dos afazeres domésticos e cuidado com os filhos, com isso toda a independência acarreta sobre ela maior responsabilidade e aumento de sua carga horária”. Ou seja, o fato de ser mulher justifica, na grande maioria dos lares, o exercício de inúmeras jornadas de trabalhos, proporcionais à cada mulher e aos seus afazeres, por exemplo, a mulher que trabalha fora de casa é mãe, estuda e ainda tem de exercer os trabalhos de cuidado diretos e indiretos.

Valeska Zanello (2016), justifica a posição da mulher por meio do dispositivo materno, ou seja, a maternidade faz com que a mulher seja reconhecida como uma cuidadora nata. Tal característica independe de a mulher ser ou não mãe, bastando apenas a capacidade de gerar motivo para o tratamento diferenciado - e desigual - a mulher. Nesse sentido,

[...] ainda que uma mulher não tenha seus próprios filhos, ela é vista como naturalmente cuidadora (capaz de “maternar”), podendo e devendo empregar esse “dom” no cuidado de outras pessoas: dos pais, irmãos, sobrinhos, doentes da família, etc. Além disso, esse “cuidado” se desdobra em uma naturalização dos cuidados domésticos, cabendo a elas, também, em grande parte, até hoje, os serviços de casa. Uma mulher que não priorize o cuidado com os outros (filhos, marido, família), geralmente é julgada como egoísta, fãlica e outros termos que, no uso, adquirem um caráter pejorativo. (ZANELLO, 2016, p. 114)

Para além do dispositivo materno de Valeska Zanello (2016), cabe destacar o modelo de boa-mãe originado do Mito do Amor Materno de Badinter, o qual impõe para as



mulheres-mães que estas anulam as suas necessidades perante a dos filhos, e para as mulheres que não são mães instituídos códigos e valores morais, que as tornam responsáveis pelo cuidado do outro (SILVA et al., 2020).

Convém, ainda, distinguir, dentre as formas de controle social, uma, de significação particular para o comportamento feminino: os mitos. Com efeito, nas sociedades competitivas, os mitos femininos preenchem funções precisas e, neste sentido, representam uma das possibilidades, e, talvez uma das mais simples, de controlar o comportamento das mulheres, de modo a contê-lo dentro de certos limites de variação e de motivá-las a aderir aos padrões exigidos pelo sistema, na medida em que funcionam como legitimações destes mesmos padrões (SAFFIOTI, pp. 428-429).

A pandemia da Covid-19 evidenciou a desigualdade no exercício do trabalho de cuidado, visto que o isolamento social destacou a urgência das tarefas domésticas: casa limpa, de indivíduos bem nutridos e apaziguados, sendo o conteúdo tratado no próximo tópico do presente trabalho.

2 OS IMPACTOS DO ISOLAMENTO DA COVID-19 NO EXERCÍCIO DO TRABALHO DO CUIDADO

Com a quarentena e isolamento a dissimetria das relações de gênero se engrandeceram. Milhares de mulheres responsáveis pelo cuidado, percebem-se em casa, tendo de assumir inúmeras responsabilidades, para além daquelas que já exerciam. Com os educandários fechados, o ensino remoto, o trabalho home office, entre outras atividades, a jornada de trabalho da mulher parece infinita (SILVA et al., 2020).

Ainda, a realidade pandêmica transformou o olhar aos trabalhos de cuidados indiretos, visto que muitos deles eram essenciais para evitar/prevenir a contaminação e propagação do vírus Covid-19 e variantes, nesse sentido, afirma o relatório da Instituto Tricontinental (2020, p. 40),

as medidas de higienização recomendadas durante o combate ao coronavírus demandam maiores esforços: constante limpeza de produtos e roupas ao entrar em casa, as crianças deixaram de ir à escola, a maioria das refeições estão sendo feitas em casa, o espaço do lar se suja com mais frequência, os espaços de lazer e convívio social, como Igrejas, parques, bares, praças e comércio estão restritos. Isso significa



que todos aqueles cuidados supracitados cresceram exponencialmente, e continuam recaindo sobre as mulheres. (grifo nosso)

Para a ONU Mulheres (2020, p. 1), “à saturação dos sistemas de saúde e ao fechamento das escolas, as tarefas de cuidado recaem principalmente sobre as mulheres, que, em geral, têm a responsabilidade de cuidar de familiares doentes, pessoas idosas e crianças”. Nesse contexto,

problemas sociais anteriormente vivenciados pelas mulheres, como a violência doméstica e a sobrecarga pelas múltiplas jornadas, ganharam índices ainda maiores. Com o lema “fique em casa!”, escolas e empresas fecharam por tempo indeterminado, sendo assim toda a família passou a vivenciar mais horas de contato dentro do ambiente doméstico. (SILVA et al., 2020, p. 150)

A Gênero e Número e Sempre Viva Organização Feminista (2020), em pesquisa realizada com 2.641 mulheres, concluiu que dentre as mulheres responsáveis por outra pessoa 57% são responsáveis por filhos de até 12 anos, e 6,4% afirmaram ser responsável por outras crianças sendo que as mulheres negras correspondem a 60% destas últimas. Antes da pandemia, 42% dessas mulheres cuidavam dos seus sem apoio de pessoas fora do núcleo familiar. Com a pandemia da Covid-19, 51% das mulheres que normalmente contavam com apoio para o cuidado, afirmaram que esse diminuiu.

A diferença em relação ao trabalho doméstico reside no fato de que ele não só tem sido imposto às mulheres como também foi transformado em um atributo natural da psique e da personalidade femininas, uma necessidade interna, uma aspiração, supostamente vinda das profundezas da nossa natureza feminina. O trabalho doméstico foi transformado em um atributo natural em vez de ser reconhecido como trabalho, porque foi destinado a não ser remunerado (FEDERICI, 2019, p. 42-43).

Significa dizer que, para além do acúmulo de atividades e jornadas que se somam à rotina das mulheres, desempenhando trabalho produtivo (remunerado) e reprodutivo (não remunerado), elas ainda se deparam com a maléfica (auto) percepção social de que o trabalho do cuidado é inato a elas.



3 A SAÚDE MENTAL DAS MULHERES RESPONSÁVEIS PELO CUIDADO PÓS COVID-19

Segundo a Organização Mundial da Saúde (ONU, 2020) as mulheres durante a pandemia do Covid-19, ficaram ainda mais vulneráveis às doenças mentais (depressão, ansiedade, exaustão, etc.), principalmente aquelas que fazem malabarismo com a educação dos filhos, trabalho e tarefas domésticas.

As doenças mentais são originadas da exploração que as pessoas praticam contra si mesmas. Dessarte, as doenças mentais são um “cansaço de fazer e de poder”. O indivíduo que se alimenta da ideia de que nada é possível, sua crença “só se torna possível numa sociedade que crê que nada é impossível. Não-mais-poder-poder leva a uma autoacusação destrutiva e a uma autoagressão.” (HAN, 2017)

Dessarte, o sujeito do desempenho, é coagido por sua própria crença a produzir cada vez mais, jamais alcançando o repouso. Portanto, os sujeitos inseridos nas sociedades modernas, “vivem constantemente num sentimento de carência e de culpa. E visto que, em última instância, está concorrendo consigo mesmo, procura superar a si mesmo até sucumbir.” (CORBANEZI, 2018)

Han explica que os problemas neuronais são agravados pela pandemia da Covid-19: “hoje todos nós nos sentimos muito cansados e extenuados. Trata-se de um cansaço fundamental, que permanentemente e em todas as partes acompanha a nossa vida (...)” Além disso, a pandemia retirou os rituais realizados presencialmente, essenciais aos seres humanos. (RETAMAL, 2021)

Em meio a pandemia, as mães se viram prejudicadas pela falta de rede de apoio, “o que se tornou um fator preocupante, pois a presença física da família ocupa o primeiro lugar na referência das mulheres brasileiras.” (LIMA et. al, 2020) A situação sanitária, ao impedir contatos humanos, agravou a pressão psicológica produzida pela sociedade e pelas próprias mães, em constante agonia por performar melhor, exacerbando doenças e aumentando a sensação de cansaço.

Sabendo que as mulheres são as principais responsáveis pelo trabalho reprodutivo, em tempos de pandemia, além de enfrentarem as tarefas de seus trabalhos produtivos



(remunerados), as mães sofreram piora em sua saúde mental. Isso porque, além de sentimentos como ansiedade, depressão e solidão, o trabalho de cuidar se tornou mais solitário. Dessarte, Insfran e Muniz (2020) esclarecem que na pandemia o cuidar se tornou ainda mais exaustivo para as mães, que deixaram de contar redes de apoio como creches, escolas, ajuda de outras familiares e de amigas.

Isso porque, embora todo o avanço tecnológico incrementado no trabalho produtivo, o trabalho de cuidado segue dependendo, em grande parte, da união de entrega material (de alimentação, vestimenta limpa e ambiente higiênico, por exemplo) e entrega afetiva (segurança e carinho). “Nenhuma dessas atividades é puramente ‘material’ ou ‘imaterial’, nem pode ser dividida de forma a possibilitar sua mecanização ou substituição pelo fluxo virtual da comunicação *on-line* (FEDERICI, 2019, p. 224).

Essa sobrecarga, na visão de Santos e outros (2021), é responsável por gerar exaustão, ansiedade, entre outros problemas de saúde mental. Diante do citado, é possível estimar “que um terço ou metade da população mundial apresente algum tipo de transtorno mental, manifestando-se conforme a força do evento e o estado de vulnerabilidade social, o tempo e a efetividade das ações governamentais no contexto social ao longo da pandemia (PEREIRA et. al., 2020).

Portanto, é possível afirmar que as mães, já inseridas na sociedade do cansaço e marcadas pela pressão que exercem em si mesmas para ter o melhor desempenho possível, ficaram ainda mais adoecidas na pandemia, momento responsável por interromper laços essenciais para as mães. Assim, Han (2017) esclarece que “cansaço da sociedade do desempenho é um cansaço solitário, que atua individualizando e isolando.”

A redução do contato social é responsável, entre outros sintomas, por aumentar os níveis de estresse e gerar disfunção no sono. Além disso, em decorrência da pandemia, foi possível destacar um aumento nos sentimentos de ansiedade, medo e irritabilidade. Em pesquisa realizada no Brasil, restou claro que as mulheres estão entre os grupos que experimentaram maior sofrimento psíquico durante a pandemia, demonstrado que elas estão entre as maiores impactadas pelas condições sociais. Entre 3000 mil investigados, as mulheres



representaram 40,5% das pessoas com sintomas de depressão, 34,9% de ansiedade e 37,3% e de estresse (FERREIRA, 2021; SANTOS et al. 2021).

A autopercepção ruim que mulheres possuem em relação a sua saúde mental, demonstra uma pressão de desempenho por conciliar uma quantidade de tarefas impossível de ser conciliada. Na sociedade do cansaço, a mulher está submissa a si mesma. Assim, o excesso de trabalho e pressão pelo desempenho acaba escalando para a autoexploração, que caminha com o sentimento de liberdade e é responsável por unir, em uma mesma pessoa, explorado e explorador (HAN, 2017).

Se o trabalho de cuidado, exercido majoritariamente por mulheres, restou amplificado na pandemia, a organização social e exigências de resultado - de entrega amorosa e gratuita - imposta sobre elas só fez agravar o peso mental do desempenho desse trabalho. O esgotamento psicológico, numericamente apontado pelas pesquisas, condiz com esse incremento de tarefas e com a supressão dos lugares de troca a que as mulheres habitualmente recorrem, relegando-as à solidão do ambiente doméstico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Observou-se que o trabalho de cuidados - diretos e indiretos - segue sendo desempenhado, majoritariamente, por mulheres no Brasil. A separação sócio-cultural do trabalho entre o produtivo e o reprodutivo, relega às mulheres as tarefas com menor visibilidade e, em grande parte, exercido de modo não remunerado.

Constatou-se que a pandemia da Covid-19 representou incremento nas atividades de cuidado, na medida em que remeteu as pessoas para o âmbito doméstico e agregou tarefas de limpeza e higienização, recomendáveis do ponto de vista sanitário. Tal panorama tornou mais grave o cenário de sobrecarga feminino.

Somou-se à majoração de tarefas domésticas, ampliadas pelo maior número de pessoas em casa, ainda o acompanhamento de crianças em estudo remoto, cuidado de crianças, pessoas com deficiência e/ou idosos, cujos serviços de apoio e tratamento foram suspensos.



Apontou-se o prejuízo que esse conjunto de fatores trouxe à saúde mental das mulheres, que cansadas, sobrecarregadas, ansiosas e solitárias, restaram psiquicamente adoecidas em maior número dentre os perfis investigados.

Que a sociedade contemporânea nos colocou a todos num constante nível de cansaço já era de conhecimento, mas os efeitos deletérios da pandemia da Covid-19 para as mulheres, ainda estão sendo revelados. O que restou marcado, já nessas primeiras investigações, é que a saúde mental das mulheres que cuidam foi levada ao limite. O peso social, psicológico e de autopercepção de ser responsável por nutrir - material e emocionalmente - outros seres humanos é tarefa hercúlea, que aliado à solidão do isolamento físico pandêmico, desenhou um quadro perverso para as mulheres, cujos prejuízos começam a se descortinar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CORBANEZI, Elton. Sociedade do cansaço. **Tempo social**, São Paulo, v. 30, n. 3, p. 335-342, Dec. 2018. Disponível em:

<http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-20702018000300335&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 09 ago. 2022.

FEDERICI, Silvia. **O ponto zero da revolução: trabalho doméstico, reprodução e luta feminista**. Tradução Coletivo Sycorax. São Paulo: Elefante, 2019.

FERREIRA, Ivanir. (2021) Mulheres foram mais afetadas emocionalmente pela pandemia.

Jornal da USP. Disponível em:

<https://jornal.usp.br/ciencias/mulheres-foram-mais-afetadas-emocionalmente-pela-pandemia/>. Acesso em: 09 ago. 2022.

GÊNERO E NÚMERO; SEMPREVIVA ORGANIZAÇÃO FEMINISTA. **Pesquisa Sem**

Parar: o trabalho e a vida das mulheres na pandemia, 2020. Disponível em:

https://mulheresnapandemia.sof.org.br/wp-content/uploads/2020/08/Relatorio_Pesquisa_SemParar.pdf. Acesso em: 09 ago. 2022.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Tradução de Enio Paulo Giachini. Petrópolis: Vozes, 2017

INSFRAN, Fernanda; MUNIZ, Ana. Maternagem e Covid-19: desigualdade de gênero sendo reafirmada na pandemia. **Diversitates International Journal**. 2020;12(2):26-4. Disponível em: <<http://diversitates.uff.br/index.php/1diversitates-uff1/article/view/314>> Acesso em: 09 ago. 2022.



INSTITUTO TRICONTINENTAL. O trabalho de cuidado e o CoronaChoque.

CoronaChoque: CoronaChoque e Patriarcado, n. 4., p. 39-52, nov. 2020. Disponível em:

https://thetricontinental.org/wp-content/uploads/2020/11/20201104_Coronashock-e-Patriarcado_PT.pdf. Acesso em: 09 ago. 2022.

IPEA. **Economia dos cuidados:** Marco teórico-conceitual. Rio de Janeiro, 2016.

LIMA, Ana Carolina *et al.* Consultoria em amamentação durante a pandemia COVID-19: relato de experiência. **Escola Anna Nery**. n.24, 16 de dezembro de 2020.

<https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0350>. Acesso em: 09 ago. 2022.

OLIVEIRA, Maxwell Ferreira de. **Metodologia científica: um manual para a realização de pesquisas em Administração**. Catalão: UFG, 2011.

ONU MULHERES. Gênero e Covid-19 na América Latina e no Caribe: dimensões de gênero na resposta. **ONU Mulheres**, mar. 2020. Disponível em:

http://www.onumulheres.org.br/wpcontent/uploads/2020/03/ONU-MULHERESCOVID19_LAC.pdf. Acesso em: 09 ago. 2022.

ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO (OIT). **El trabajo de cuidados y los trabajadores del cuidado para un futuro con trabajo decente**. 1 ed. Ginebra: Oficina Internacional del Trabajo, 2019.

OXFAN. **Tempo de cuidar:** O trabalho de cuidado não remunerado e mal pago e a crise global da desigualdade. Reino Unido: Oxfan International, 2020.

PEREIRA, Mara Dantas *et al.* The COVID-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review. **Research, Society and**

Development, 9(7): 1-35, e652974548. Disponível em: <

<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwim64mRqr33AhWuJrkGHVgOBKsQFnoECAYQAQ&url=https%3A%2F%2Fpreprints.scielo.org%2Findex.php%2Fscielo%2Fpreprint%2Fdownload%2F493%2Fversion%2F503%2F625%2F640&usg=AOvVaw09kkeNyafCVjnDEervhxYr>> Acesso em: 09 ago. 2022.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. 2. ed.. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

RETAMAL, Pablo. Cansancio, depresión, videonarcisismo: los efectos de la pandemia según Byung-Chul Han. **La Tercera**. Chile, 21 de março de 2021. Disponível em <

<https://www.latercera.com/culto/2021/03/21/cansancio-depresion-videonarcisismo-los-efectos-de-la-pandemia-segun-byung-chul-han/>> Acesso em: 09 ago. 2022.

SAFFIOTTI, Heleieth. **A mulher na sociedade de classes**. 3 ed.. São Paulo: Expressão Popular, 2013.



SALGADO, Daiane Guimarães. Qualidade de vida de mulheres com tripla jornada: mães, estudantes e profissionais. **Pretextos** - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas, v. 4, n. 8, p. 308-320, 16 dez. 2019.

SANTOS, Juliana *et. al.* A vivência da maternidade em meio à pandemia. **Global Academic Nursing Journal**, [S. l.], v. 2, n. Spe.1, p. e95, 2021. Disponível em: <<https://www.globalacademicnursing.com/index.php/globacadnurs/article/view/175>> Acesso em: 09 ago. 2022.

SILVA, Juliana Marcia Santos; CARDOSO, Vanessa Clemente; ABREU, Kamila Eulálio; SILVA, Lívia Souza. A feminização do cuidado e a sobrecarga da mulher-mãe na pandemia. **Revista Feminismos**, vol. 8, n. 3, Set.-Dez, 2020, p. 149-161. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/feminismos/article/view/42114>. Acesso em: 09 ago. 2022.

ZANELLO, Valeska. Dispositivo materno e processos de subjetivação: desafios para a psicologia. ZANELLO, Valeska; PORTO, Madge (Org.). **Aborto e (não) desejo de maternidade(s)**: questões para a psicologia. Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2016. p. 103-122.