

SOBRECARGA DE TRABALHO DAS MULHERES DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19: UMA ANÁLISE PSICOSSOCIAL DAS RELAÇÕES ENTRE GÊNERO, TRABALHO, COMUNICAÇÃO E CUIDADO

**WOMEN'S WORKLOAD DURING THE COVID-19 PANDEMIC: A
PSYCHOSOCIAL ANALYSIS OF THE RELATIONSHIPS BETWEEN GENDER,
WORK, COMMUNICATION AND CARE**

Ciências Sociais Aplicadas, Ciências Humanas • 24/09/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/790219092](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/790219092)

Joice dos Reis Freitas
Cleiton Freitas da Silva
Michele Aguiete Rodrigues

RESUMO

A pandemia de Covid-19 produziu uma reorganização abrupta das relações de trabalho, do cuidado e da vida doméstica, incidindo sobre desigualdades de gênero previamente existentes. Este artigo analisa a sobrecarga de trabalho das mulheres no contexto pandêmico brasileiro, articulando divisão sexual do trabalho, cuidado, comunicação e processos psicossociais de identidade, ideologia e representações sociais. Trata-se de estudo qualitativo, de natureza bibliográfica e documental, que combina literatura científica, indicadores oficiais do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), informações do Observatório Brasil da Igualdade de Gênero e pesquisa nacional com mulheres realizada durante o primeiro ano da pandemia. A análise mostra que, antes da crise sanitária, as mulheres ocupadas já dedicavam 8,1 horas semanais a mais que os homens ocupados aos afazeres domésticos e/ou ao cuidado de pessoas. Durante a pandemia, a desigualdade foi acompanhada por deterioração das condições do mercado de trabalho: no terceiro trimestre de 2020, a taxa de desocupação foi de 16,8% entre as mulheres e 12,8% entre os homens. A pesquisa Sem Parar, com 2.641 mulheres, registrou expansão das responsabilidades de cuidado, redução de redes de apoio e impactos sobre renda e trabalho. Em perspectiva posterior, os indicadores mostram recuperação do emprego, mas não eliminação das assimetrias: em 2024, o nível de ocupação foi de 49,1% para mulheres e 69,0% para homens no quarto trimestre, enquanto o rendimento habitual médio feminino correspondeu a 78,6% do masculino. Os resultados sustentam a interpretação de que a pandemia funcionou como amplificador de desigualdades estruturais e simbólicas. Conclui-se que a redução da sobrecarga exige redistribuição social do cuidado, políticas de conciliação entre trabalho e família, enfrentamento das desigualdades no mercado de

trabalho e transformação das representações que naturalizam a mulher como principal responsável pela manutenção da vida cotidiana.

Palavras-chave: gênero; mulheres; pandemia de Covid-19; sobrecarga de trabalho; divisão sexual do trabalho; cuidado; Psicologia Social; comunicação.

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic produced an abrupt reorganization of work, care and domestic life, affecting pre-existing gender inequalities. This article analyzes women's workload in the Brazilian pandemic context, articulating the sexual division of labor, care, communication, and psychosocial processes of identity, ideology, and social representations. This is a qualitative bibliographic and documentary study combining scientific literature, official indicators from the Brazilian Institute of Geography and Statistics (IBGE), information from the Brazilian Observatory for Gender Equality, and a national survey of women conducted during the first year of the pandemic. The analysis shows that, even before the health crisis, employed women spent 8.1 more hours per week than employed men on domestic tasks and/or caregiving. During the pandemic, this inequality coincided with a deterioration in labor-market conditions: in the third quarter of 2020, unemployment was 16.8% among women and 12.8% among men. The Sem Parar survey, with 2,641 women, documented an expansion of caregiving responsibilities, shrinking support networks, and impacts on income and work. In the post-pandemic period, labor-market indicators show recovery but not elimination of asymmetries: in 2024, the employment level was 49.1% for women and 69.0% for men in the fourth quarter, while women's average usual earnings amounted to 78.6% of men's. The findings support the interpretation that the pandemic acted as an

amplifier of structural and symbolic inequalities. Reducing women's overload therefore requires a social redistribution of care, work-family reconciliation policies, measures addressing labor-market inequalities, and transformations in representations that naturalize women as the primary actors responsible for everyday life.

Keywords: gender; women; Covid-19 pandemic; workload; sexual division of labor; care; Social Psychology; communication.

INTRODUÇÃO

A pandemia de Covid-19 foi um acontecimento sanitário de alcance global, mas seus efeitos sociais foram distribuídos de maneira desigual. A suspensão de atividades presenciais, o fechamento das escolas, a necessidade de isolamento e a adoção de diferentes modalidades de trabalho alteraram as fronteiras entre espaço produtivo e espaço doméstico. Em muitos domicílios, a mesma residência passou a concentrar emprego, educação, alimentação, descanso e cuidado. A sobreposição dessas funções não produziu impactos idênticos para homens e mulheres, porque se inseriu em uma estrutura anterior de divisão sexual do trabalho.

A literatura brasileira já demonstrava, antes de 2020, que o trabalho doméstico e de cuidado era realizado de forma assimétrica. Segundo a PNAD Contínua, em 2019 as mulheres de 14 anos ou mais dedicavam, em média, 21,4 horas semanais aos afazeres domésticos e/ou ao cuidado de pessoas, contra 11,0 horas entre os homens. Entre as pessoas ocupadas, as mulheres dedicavam 18,5 horas e os homens 10,4 horas, uma diferença de 8,1 horas semanais. Essa desigualdade é relevante porque o tempo de trabalho não remunerado compete diretamente com o tempo disponível para

descanso, formação, atividade profissional, convivência e participação social (IBGE, 2020).

A pandemia introduziu novas camadas de responsabilidade sobre esse cenário. A escola passou a demandar acompanhamento doméstico, a organização da casa tornou-se mais intensiva e as redes informais de apoio foram interrompidas ou reduzidas. Para parte das trabalhadoras, o trabalho remoto foi apresentado como mecanismo de continuidade do emprego; para outra parcela da população feminina, a perda de renda e o enfraquecimento das oportunidades de trabalho produziram o movimento inverso. A coexistência desses processos mostra que não existe uma única experiência feminina da pandemia.

A relevância do tema também deriva da posição que o cuidado ocupa na reprodução social. Atividades como preparar alimentos, limpar a residência, organizar a rotina, acompanhar crianças, cuidar de idosos e administrar necessidades emocionais são indispensáveis à continuidade da vida, embora parte delas permaneça invisibilizada quando não assume a forma de trabalho remunerado. A discussão sobre sobrecarga, portanto, exige ultrapassar uma concepção restrita de trabalho como aquilo que ocorre no mercado e incluir o trabalho de reprodução social.

Do ponto de vista da Psicologia Social, a questão permite analisar a relação entre condições materiais e processos simbólicos. Identidade, ideologia e representações sociais não são fenômenos abstratos separados da vida cotidiana: participam da construção de expectativas acerca do que significa ser mulher, mãe, profissional, cuidadora ou companheira. A ideia de que determinadas tarefas

seriam naturalmente femininas pode ser reproduzida em relações familiares, instituições, práticas organizacionais e produtos culturais.

A comunicação ocupa lugar estratégico nessa dinâmica. Publicidade, jornalismo, redes sociais e discursos cotidianos produzem e circulam imagens sobre feminilidade, maternidade, trabalho e sucesso. A representação da mulher forte, multitarefa e capaz de “dar conta de tudo” pode funcionar simultaneamente como reconhecimento e como exigência. Quando a disponibilidade permanente é tratada como qualidade pessoal, torna-se mais difícil visualizar o caráter estrutural da sobrecarga.

Este artigo parte da hipótese de que a pandemia não criou a desigualdade de gênero no trabalho doméstico e de cuidado; ela ampliou sua visibilidade e, em diferentes contextos, sua intensidade. O objetivo é analisar como a sobrecarga feminina se articulou às transformações do trabalho e do cuidado durante a crise sanitária, discutir os mecanismos psicossociais que contribuem para sua naturalização e confrontar essa análise com indicadores oficiais e pesquisas empíricas.

Além de reconstruir o período crítico de 2020–2021, o texto apresenta uma seção específica de persistência pós-pandemia. O objetivo desse procedimento é evitar uma leitura simplista segundo a qual a recuperação de indicadores agregados de emprego representaria, por si só, a superação das desigualdades de gênero. Os dados de 2022 e 2024 são usados como evidência posterior para observar o que permaneceu, mudou ou assumiu novas formas.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A divisão sexual do trabalho pode ser compreendida como uma forma historicamente construída de distribuir atividades e posições sociais entre homens e mulheres. Hirata e Kergoat (2007) destacam dois princípios organizadores: a separação, segundo a qual certos trabalhos são associados aos homens e outros às mulheres; e a hierarquização, que atribui maior valor social, simbólico ou econômico a determinados trabalhos. O conceito é especialmente útil porque permite analisar conjuntamente o mercado e a casa, evitando tratar emprego remunerado e trabalho doméstico como esferas independentes.

Sousa e Guedes (2016), ao analisarem uma década de dados da PNAD, identificaram a permanência de uma divisão desigual e desfavorável às mulheres. Mesmo com o aumento da participação feminina no mercado de trabalho, o cuidado da família continuou a ser responsabilidade prioritária das mulheres. A entrada no emprego remunerado, portanto, não eliminou a antiga divisão, mas frequentemente acrescentou uma segunda jornada.

Garcia e Marcondes (2022), a partir da PNAD Contínua de 2019, reforçam esse diagnóstico. As autoras mostram que homens participam de atividades domésticas e de cuidado, mas essa participação não se traduz, necessariamente, em redução equivalente do tempo feminino. A desigualdade aparece também no tipo de atividade realizado: mulheres permanecem mais concentradas em tarefas rotineiras e intensivas em tempo, enquanto homens tendem a participar mais de atividades de suporte e externas ao domicílio.

A noção de reprodução social amplia a análise. Cuidar de crianças, preparar refeições, limpar, organizar horários, acompanhar

tratamentos de saúde e sustentar emocionalmente os membros da família são atividades que reproduzem a força de trabalho e tornam possível o funcionamento dos mercados e das instituições. Quando esse trabalho é realizado sem remuneração e distribuído de maneira desigual, sua invisibilidade produz um custo social que recai principalmente sobre as mulheres.

Essa perspectiva também permite compreender por que a discussão sobre sobrecarga não deve se limitar ao número absoluto de horas trabalhadas. Duas pessoas podem ter jornadas formais equivalentes e cargas sociais muito diferentes se uma delas permanecer responsável pela gestão cotidiana da casa e do cuidado. O tempo de trabalho doméstico é apenas uma dimensão; a responsabilidade pela continuidade das tarefas constitui outra dimensão central.

O cuidado é frequentemente apresentado como atributo afetivo ou moral, mas ele também possui uma dimensão concreta de trabalho. Cuidar envolve tempo, esforço, planejamento, conhecimento e disponibilidade. A naturalização do cuidado como “vocação feminina” contribui para reduzir a percepção de que se trata de uma atividade socialmente necessária e passível de distribuição.

A pandemia evidenciou essa característica. Quando escolas, creches, serviços e redes familiares foram interrompidos, tarefas anteriormente distribuídas entre diferentes instituições e pessoas retornaram ao domicílio. Em consequência, a casa passou a absorver parte importante da infraestrutura de cuidado. Essa transferência não ocorreu em terreno neutro: mulheres já eram as principais responsáveis pelo cuidado antes da crise.

Souza, Dumont-Pena e Patrocínio (2022) destacam que a pandemia afetou de maneira particular mulheres que trabalham em profissões de cuidado, incluindo trabalhadoras da saúde e domésticas. Assim, a mesma sociedade que depende do cuidado em momentos de crise pode desvalorizar materialmente e simbolicamente quem o realiza.

O cuidado deve, portanto, ser pensado como relação social e como infraestrutura. Quando a infraestrutura pública e comunitária enfraquece, o custo tende a ser deslocado para as famílias. Dentro das famílias, se não houver mecanismos explícitos de redistribuição, o custo tende a ser feminizado. A sobrecarga aparece como resultado desse processo de transferência.

A identidade é constituída nas relações sociais e históricas. Não se trata de uma essência fixa, mas de um processo no qual os sujeitos se reconhecem e são reconhecidos a partir de posições sociais e experiências concretas. Nessa perspectiva, expectativas sobre maternidade, cuidado, sucesso profissional e comportamento feminino participam da construção da identidade.

A formulação de Beauvoir (1980), segundo a qual ninguém nasce mulher, mas se torna mulher, é pertinente para compreender que a feminilidade envolve processos sociais de aprendizagem, normatização e reconhecimento. A identidade feminina se desenvolve em contextos que atribuem significados a determinados corpos, funções e relações.

No cotidiano, a acumulação de papéis pode produzir contradições. A mesma mulher pode receber simultaneamente a expectativa de ser produtiva, disponível, acolhedora, fisicamente apresentável, emocionalmente estável e responsável pelo cuidado. Quando todas

essas exigências são tratadas como obrigações individuais, a ausência de condições objetivas para cumpri-las pode ser interpretada como falha pessoal.

A sobrecarga, nesse caso, possui dimensão subjetiva sem deixar de ser social. Cansaço, culpa, irritabilidade e sensação de insuficiência podem ser vividos individualmente, mas estão relacionados à forma como o trabalho e o cuidado estão distribuídos. A contribuição da Psicologia Social consiste justamente em articular experiência subjetiva e estrutura social, evitando reduzir problemas coletivos a deficiências individuais.

A noção de ideologia é mobilizada, neste estudo, para compreender mecanismos de naturalização. Ideias socialmente produzidas podem aparecer como evidências imediatas sobre o mundo, ocultando as relações históricas que as sustentam. Quando a capacidade de cuidar é apresentada como qualidade “natural” das mulheres, a divisão social do trabalho deixa de aparecer como escolha ou relação de poder e passa a parecer consequência inevitável de diferenças biológicas.

No âmbito doméstico, frases como “ela organiza melhor”, “ela sabe cuidar das crianças” ou “ele ajuda quando pode” podem traduzir uma estrutura de desigualdade sem nomeá-la. A própria palavra “ajuda” é reveladora: quando homens realizam tarefas domésticas, a ação pode ser descrita como colaboração; quando mulheres realizam as mesmas tarefas, elas são frequentemente tratadas como cumprimento de uma obrigação.

A ideologia atua também no mercado de trabalho. Profissões relacionadas ao cuidado, educação e limpeza são historicamente

feminilizadas e, em vários contextos, recebem menor remuneração e prestígio. A crise sanitária tornou esse paradoxo mais visível: atividades essenciais para o funcionamento da sociedade foram executadas por trabalhadoras que, em muitos casos, vivenciavam condições precárias.

Na perspectiva de Moscovici (2015), as representações sociais são formas de conhecimento socialmente elaboradas e compartilhadas. Elas permitem tornar familiar aquilo que é novo, organizar a experiência e orientar práticas. Aplicado às relações de gênero, o conceito ajuda a investigar como certos sentidos sobre “mãe”, “mulher trabalhadora”, “pai”, “cuidado” ou “sucesso” se tornam socialmente reconhecíveis.

A comunicação é um dos circuitos por meio dos quais essas representações circulam. A publicidade pode associar produtos e ambientes domésticos à feminilidade; notícias podem reproduzir ou problematizar estereótipos; redes sociais podem reforçar a estética da produtividade permanente ou criar discursos de contestação. Não se trata de afirmar que a mídia determina comportamentos, mas de reconhecer que ela participa da disputa sobre significados.

Um dos sentidos mais relevantes para a discussão da pandemia é o da mulher multitarefa. A representação da mulher como alguém que consegue trabalhar, estudar, cuidar de crianças, administrar a casa e ainda preservar sua aparência pode ser interpretada como positiva, mas também como exigência de desempenho ilimitado. A mesma representação que celebra a força pode ocultar a injustiça da distribuição da força necessária para manter o cotidiano.

Do ponto de vista analítico, é importante distinguir a descrição do papel da comunicação de uma relação causal simples. A mídia não é a única fonte de desigualdade e não explica isoladamente a divisão sexual do trabalho. Ela opera em interação com instituições, família, mercado, políticas públicas e experiências cotidianas. Sua importância está na capacidade de legitimar, questionar ou reconfigurar sentidos compartilhados.

METODOLOGIA

Este estudo possui abordagem qualitativa, caráter bibliográfico e documental e orientação analítico-descritiva. O corpus foi composto por artigos científicos, livros e documentos institucionais relacionados a gênero, trabalho, cuidado, comunicação e pandemia, complementados por indicadores oficiais do IBGE e pelo Observatório Brasil da Igualdade de Gênero. Foram privilegiadas fontes primárias de estatística pública e pesquisas acadêmicas com descrição metodológica identificável.

A estratégia de análise ocorreu em três etapas. Primeiro, foram sistematizados os antecedentes da pandemia, especialmente indicadores de uso do tempo e participação no mercado de trabalho. Segundo, foram reunidos dados referentes ao período pandêmico, priorizando 2020 e 2021. Terceiro, foram incorporados indicadores posteriores, principalmente de 2022 e 2024, para avaliar a persistência de assimetrias.

Os indicadores são apresentados com ano de referência, população e fonte. Quando uma pesquisa não possui amostra probabilística nacional, essa limitação é explicitada. É o caso da pesquisa Sem Parar, realizada por meio de questionário online respondido por

2.641 mulheres; seus resultados são tratados como evidência descritiva de experiências relatadas, e não como estimativas representativas da população feminina brasileira.

A análise documental segue procedimento de triangulação: dados quantitativos são colocados em diálogo com resultados qualitativos de pesquisas e com literatura teórica. O objetivo não é produzir uma estimativa causal da contribuição da pandemia para a sobrecarga, mas interpretar como diferentes indicadores convergem para um quadro de desigualdade e como esse quadro se articula a práticas e representações sociais.

Os dados posteriores à pandemia são apresentados como indicadores de persistência ou transformação estrutural, e não como medida direta do “efeito líquido” da pandemia. Essa distinção metodológica é essencial porque mudanças econômicas, políticas, demográficas e institucionais ocorridas após 2020 também influenciam os indicadores observados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise empírica começa com indicadores anteriores e contemporâneos à pandemia, permitindo identificar a base estrutural sobre a qual a crise se desenvolveu. Os números apresentados a seguir não têm a função de substituir a análise teórica; eles a tornam verificável e permitem delimitar o alcance das interpretações.

A PNAD Contínua registra uma diferença consistente no uso do tempo. Em 2019, mulheres de 14 anos ou mais dedicavam 21,4 horas semanais, em média, a afazeres domésticos e/ou cuidados, enquanto homens dedicavam 11,0 horas. Entre ocupados, a diferença

era de 18,5 horas para mulheres contra 10,4 para homens, ou 8,1 horas semanais adicionais para elas. Esses valores são anteriores à pandemia e, por isso, devem ser interpretados como parte do ponto de partida da crise, não como consequência dela (IBGE, 2020).

Tabela 1. Indicadores selecionados de uso do tempo e divisão do trabalho doméstico

Indicador	Mulheres	Homens	Período	Fonte
Horas semanais em afazeres domésticos/cuidado	21,4 h	11,0 h	2019	IBGE – PNAD Contínua
Horas semanais entre ocupados	18,5 h	10,4 h	2019	IBGE – PNAD Contínua
Diferença entre ocupados	+8,1 h	—	2019	IBGE – PNAD Contínua

A importância desse diferencial é analítica: uma parcela significativa da jornada social feminina ocorre fora do mercado e sem remuneração direta. O tempo disponível para qualificação, descanso e participação pública é afetado. Sousa e Guedes (2016) apontam que a desigualdade é persistente e atravessa diferentes regiões do país, sugerindo que não se trata de um fenômeno pontual ou restrito a um determinado território.

As estatísticas de mercado de trabalho registraram uma deterioração importante em 2020. No primeiro trimestre de 2020, a taxa de desocupação foi de 14,5% entre as mulheres e 10,4% entre os homens. No terceiro trimestre, a taxa chegou a 16,8% para mulheres

e 12,8% para homens. Em 2021 houve recuperação gradual, mas a assimetria permaneceu: no quarto trimestre de 2021, a desocupação foi de 13,9% entre as mulheres e 9,0% entre os homens (IBGE, 2020; IBGE, 2021; IBGE, 2022).

Período	Taxa de desocupação – mulheres	Taxa de desocupação – homens	Fonte
1º trimestre de 2020	14,5%	10,4%	IBGE, PNAD Contínua
3º trimestre de 2020	16,8%	12,8%	IBGE, PNAD Contínua
4º trimestre de 2021	13,9%	9,0%	IBGE, PNAD Contínua

O dado permite observar dois movimentos simultâneos: as mulheres enfrentavam maior desocupação e continuavam expostas à alta carga de trabalho doméstico. Assim, a crise podia operar em duas direções: exclusão ou instabilidade no emprego remunerado e intensificação do trabalho não remunerado no domicílio. A soma dessas tendências ajuda a compreender por que o conceito de sobrecarga é mais amplo do que o de “excesso de horas de emprego”.

A PNAD Covid-19 do IBGE registrou 7,9 milhões de pessoas trabalhando remotamente na semana de 20 a 26 de setembro de 2020. O trabalho remoto foi fortemente concentrado entre pessoas com maior escolaridade: na série apresentada pelo IBGE, 27,1% das pessoas com ensino superior completo ou pós-graduação estavam trabalhando remotamente, ante percentuais inferiores a 1% nos grupos com menor escolaridade (IBGE, 2020).

Esse dado é importante porque mostra que “ficar em casa” não significava a mesma coisa para todos. O trabalho remoto demandava infraestrutura digital, espaço físico e condições de conexão. Além disso, quando combinado com presença de crianças e tarefas domésticas, o domicílio se tornava ambiente de múltiplas atividades simultâneas.

Pesquisa posterior publicada na revista Sociedade e Estado estimou que o trabalho remoto alcançou cerca de 11% da população ocupada no contexto da pandemia e apresentou predominância de mulheres, pessoas brancas, com ensino superior e atuantes em educação e serviços. O dado ajuda a qualificar a discussão: o teletrabalho foi relevante, mas sua distribuição foi socialmente seletiva (CASTRO; ARAÚJO; KREIN, 2024).

A pesquisa “Sem Parar: o trabalho e a vida das mulheres na pandemia”, conduzida por Gênero e Número e SempreViva Organização Feminista, reuniu respostas de 2.641 mulheres por meio de questionário on-line. O estudo foi estruturado para evidenciar questões de divisão sexual do trabalho, perda de renda e violência doméstica no contexto pandêmico.

Entre os resultados divulgados, metade das entrevistadas afirmou ter passado a cuidar de alguém durante a pandemia. Entre as mulheres rurais, esse percentual alcançou 62%. O estudo também identificou redução do apoio que já existia antes da crise: 51% das mulheres que contavam com algum apoio para o cuidado declararam que esse apoio diminuiu durante o isolamento social.

Outro resultado foi a relação entre cuidado e trabalho profissional. O levantamento apontou que 41% das mulheres afirmaram trabalhar

mais durante a pandemia. Além disso, 40% disseram que a sustentação econômica do domicílio havia sido colocada em risco pelo contexto de isolamento. Esses dados mostram que a sobrecarga envolvia simultaneamente tempo e recursos econômicos.

Os resultados devem ser interpretados com cautela devido ao desenho de pesquisa on-line e à ausência de amostragem probabilística. Sua principal contribuição não é estimar a prevalência nacional de cada experiência, mas documentar, com amplitude temática e recorte de gênero e raça, percepções e condições concretas vivenciadas pelas respondentes (GÊNERO E NÚMERO; SOF, 2020).

A pandemia também apresentou uma dimensão ocupacional específica para mulheres que trabalhavam na saúde. Vieira, Anido e Calife (2022), em estudo realizado no Estado de São Paulo, identificaram que a sobrecarga resultante da combinação entre trabalho profissional e trabalho doméstico em ambiente domiciliar foi relatada por 48,5% das participantes. Entre os motivos de cansaço, apareceram a divisão desigual do trabalho doméstico e o cuidado com crianças.

O estudo também encontrou diferenças nas manifestações de sobrecarga. Entre as mulheres, 57,3% relataram desconfortos físicos, contra 50% dos homens, e a sobreposição de trabalho doméstico e profissional apareceu como dimensão importante da experiência feminina. Esses achados são coerentes com a interpretação de que a dupla jornada pode se intensificar justamente em ocupações que, por si só, exigiam elevada dedicação durante a emergência sanitária.

Souza, Dumont-Pena e Patrocínio (2022) acrescentam que a vulnerabilidade feminina durante a pandemia envolveu profissionais da saúde, trabalhadoras domésticas, direitos reprodutivos e violência. O ponto comum é que a crise sanitária ampliou riscos em áreas já atravessadas pela desigualdade de gênero.

Em termos psicossociais, a sobrecarga pode ser entendida como resultado da relação entre volume de demandas, recursos disponíveis e expectativas normativas. Uma pessoa pode executar muitas tarefas e ainda assim não sentir sobrecarga quando possui tempo, apoio, autonomia e reconhecimento. De maneira inversa, poucas tarefas podem produzir elevada pressão quando são acompanhadas de responsabilidade permanente e ausência de apoio.

No caso das mulheres, o dado estrutural de maior tempo dedicado ao cuidado cria um ponto de partida desigual. Durante a pandemia, a interrupção de redes de apoio reduziu recursos ao mesmo tempo em que aumentou as demandas. A equação da sobrecarga, portanto, foi alterada nos dois lados: mais trabalho e menos suporte.

A Psicologia Social permite compreender que a experiência subjetiva não é mero reflexo mecânico de uma estrutura. As pessoas interpretam, negociam e ressignificam seus papéis. Entretanto, essas possibilidades são condicionadas pelos recursos e pelas normas do contexto. A mulher pode rejeitar a expectativa de que deve cuidar de todos, mas ainda assim encontrar pouca margem material para distribuir tarefas quando serviços públicos, parceiros ou redes familiares não estão disponíveis.

Parte importante do trabalho doméstico consiste em tarefas que não aparecem como “horas trabalhadas” nos levantamentos comuns: lembrar consultas, verificar atividades escolares, planejar refeições, acompanhar medicações, organizar compras, identificar necessidades de familiares e antecipar imprevistos. Trata-se de uma dimensão gerencial do cuidado.

A carga mental ganha importância porque permanece ativa mesmo quando a atividade física não está sendo executada. A pessoa responsável pela tarefa continua mobilizada para evitar que algo seja esquecido. Na prática, isso dificulta a experiência de descanso e favorece a sensação de disponibilidade permanente.

Embora indicadores de uso do tempo não capturem integralmente essa dimensão, a diferença persistente de horas dedicadas ao trabalho doméstico fornece uma evidência indireta de sua concentração. Quando as tarefas rotineiras recaem mais sobre um grupo, é plausível que também recaia sobre esse grupo parcela maior da gestão cotidiana, ainda que a dimensão gerencial não possa ser quantificada diretamente por esses indicadores.

O ideal de mulher que concilia tudo produz uma ambivalência. De um lado, reconhece competência, autonomia e capacidade de realização; de outro, estabelece uma norma de desempenho que desconsidera limites de tempo, renda, saúde e infraestrutura. A mulher que não consegue cumprir todas as demandas pode interpretar o resultado como falha pessoal.

Esse mecanismo é importante porque desloca a explicação da estrutura para o indivíduo. Em vez de perguntar “como as tarefas foram distribuídas?”, pergunta-se “por que ela não conseguiu se

organizar?”. Essa mudança de foco pode invisibilizar desigualdades e aumentar a culpa.

A comunicação pode reforçar a individualização ao transformar organização doméstica em produto ou estilo de vida. A mesma linguagem de eficiência encontrada no mundo corporativo pode aparecer na gestão da casa: planejar, otimizar, controlar, acelerar. Quando os recursos são insuficientes, a diferença entre o ideal e a realidade pode ser vivida como insuficiência pessoal.

A relação entre comunicação e gênero não deve ser entendida como simples transmissão de estereótipos. A mídia constitui arena de disputa de sentidos. Há produções que reforçam imagens tradicionais da mulher e há também conteúdos que denunciam a sobrecarga, questionam a divisão sexual do trabalho e valorizam o compartilhamento do cuidado.

A pandemia ampliou essa disputa. Ao mesmo tempo em que surgiram conteúdos sobre “produtividade em casa”, organização doméstica e educação dos filhos, também cresceram relatos sobre exaustão e necessidade de redistribuir tarefas. O mesmo espaço comunicacional podia, portanto, apresentar a sobrecarga como problema individual ou como questão social.

Para a análise psicossocial, importa observar como determinados discursos se tornam familiares e legítimos. A expressão “mulher guerreira” pode condensar uma representação positiva, mas, sem crítica, também pode transformar resistência a condições injustas em obrigação. Em termos analíticos, o foco deve ser menos a palavra em si e mais a função social que a representação cumpre.

A experiência da sobrecarga não é homogênea entre todas as mulheres. Gênero se articula com raça, classe social, maternidade, território, idade, deficiência e posição ocupacional. O uso de uma categoria ampla como “mulheres” é útil para evidenciar diferenças em relação aos homens, mas insuficiente para descrever a heterogeneidade interna do grupo.

A pesquisa Sem Parar incorporou recortes de raça e apontou que as dificuldades econômicas foram particularmente relevantes entre mulheres negras. Estudos posteriores também destacaram a racialização da vulnerabilidade econômica. Essa dimensão é fundamental porque parte da organização histórica do cuidado no Brasil está relacionada à transferência do trabalho doméstico entre mulheres, sobretudo pela contratação de trabalhadoras domésticas negras e pobres.

No território, a condição rural pode limitar alternativas de apoio institucional. O dado de 62% de mulheres rurais que passaram a cuidar de alguém na pesquisa Sem Parar deve ser interpretado dentro desse contexto. Não significa que a ruralidade determine sobrecarga, mas que o acesso a serviços, transporte, conectividade e redes comunitárias pode moldar a experiência do cuidado.

A interseccionalidade, portanto, não acrescenta apenas “mais variáveis” ao modelo. Ela modifica a interpretação do próprio fenômeno. A mesma divisão sexual do trabalho pode assumir consequências diferentes quando a mulher possui renda elevada e pode terceirizar parte do cuidado, quando depende do trabalho informal, quando é mãe solo ou quando vive em região com baixa oferta de serviços.

A sobrecarga doméstica influencia o trabalho remunerado por diferentes vias. A primeira é temporal: quanto maior a dedicação a tarefas não remuneradas, menor a disponibilidade para jornadas extensas, formação e deslocamentos. A segunda é ocupacional: mulheres podem buscar atividades mais flexíveis ou jornadas parciais para compatibilizar trabalho e cuidado. A terceira é econômica: interrupções de carreira podem reduzir renda e acumulação de experiência.

Os indicadores de 2022 ilustram essa relação. As mulheres ocupadas em tempo parcial representavam 28,0% do total de ocupadas, quase o dobro do percentual de homens ocupados em tempo parcial, 14,4% (IBGE, 2024a). O dado não prova que o trabalho parcial seja causado pelo cuidado, mas é compatível com uma literatura que relaciona a inserção feminina à necessidade de conciliar trabalho e família.

No mercado de trabalho, a desigualdade de desocupação também permaneceu. Em 2024, no quarto trimestre, a taxa de desocupação foi de 7,6% entre mulheres e 5,1% entre homens. O diferencial mostra que mesmo após a recuperação agregada do mercado, o risco de desocupação continuou maior para mulheres (IBGE, 2025a).

O rendimento é outra dimensão. Em 2024, o rendimento habitual médio das mulheres foi de R\$ 2.778, contra R\$ 3.533 dos homens, correspondendo a 78,6% do valor masculino. O diferencial varia por ocupação e pode ser maior em alguns grupos ocupacionais. A persistência do gap salarial indica que a participação no mercado de trabalho não equivale a igualdade de resultados.

Indicador	Mulheres	Homens	Ano/período	Fonte
Nível de ocupação – 4º trimestre	49,1%	69,0%	2024	IBGE – PNAD Contínua
Taxa de desocupação – 4º trimestre	7,6%	5,1%	2024	IBGE – PNAD Contínua
Rendimento habitual médio	R\$ 2.778	R\$ 3.533	2024	IBGE – PNAD Contínua
Rendimento feminino como % do masculino	78,6%	100%	2024	IBGE – PNAD Contínua

A produção científica oferece um caso expressivo de como responsabilidades privadas afetam trajetórias profissionais. Durante a pandemia, universidades e centros de pesquisa operaram com fechamento de laboratórios, suspensão de aulas presenciais e reorganização do trabalho acadêmico. Em áreas em que a produção depende de artigos, projetos e orientação de estudantes, o tempo adicional necessário para o cuidado pode competir diretamente com atividades de progressão profissional.

O levantamento do projeto Parent in Science citado na literatura analisou manuscritos e evidenciou uma queda importante na participação de mulheres como primeiras autoras no início da pandemia. Embora indicadores bibliométricos não devam ser interpretados como medida simples de produtividade individual, a diferença observada é coerente com a hipótese de que alterações na distribuição do tempo de cuidado repercutiram na produção acadêmica.

A relevância do tema ultrapassa a academia. Profissionais de diferentes setores acumulam avaliações, metas e oportunidades de promoção que dependem de disponibilidade temporal. Se a pandemia desloca parte significativa do tempo feminino para o cuidado, os impactos podem aparecer meses ou anos depois, por meio de promoções não obtidas, projetos não concluídos ou redução de redes profissionais.

Essa dimensão temporal é central para políticas de igualdade. Desigualdades podem não aparecer imediatamente nos salários do mês, mas se acumular nas trajetórias. A interrupção de uma oportunidade profissional pode produzir efeito prolongado sobre renda e posição ocupacional.

A sobrecarga de trabalho possui repercussões para o bem-estar porque reduz a possibilidade de descanso, aumenta a exposição a estressores e pode dificultar o acesso a redes de apoio. Durante a pandemia, esses fatores foram combinados com medo da doença, insegurança financeira e preocupação com familiares.

O estudo de Vieira, Anido e Calife (2022) identificou relatos de alterações de humor e desconfortos físicos entre profissionais de saúde. Esses dados não permitem estabelecer causalidade exclusiva entre gênero e sintomas, mas indicam que a distribuição desigual do trabalho doméstico foi reconhecida pelas próprias participantes como fator de cansaço.

É importante distinguir sobrecarga de diagnóstico clínico. Este artigo não pretende classificar estados individuais de saúde mental, mas analisar condições sociais que podem aumentar a exposição a

estressores. Essa distinção evita psicologizar desigualdades estruturais.

A saúde também envolve o acesso a serviços e tempo para autocuidado. Em situações de crise, mulheres podem postergar atendimento, atividades físicas, descanso e lazer para priorizar necessidades da família. A consequência é uma distribuição desigual não apenas do trabalho, mas também do tempo protegido para recuperação física e emocional.

A pandemia também alterou a dinâmica do espaço doméstico. A convivência prolongada, o estresse econômico e a redução de redes externas podem aumentar a exposição de mulheres a situações de violência. A literatura produzida durante 2020–2021 discutiu o tema como uma dimensão complementar à sobrecarga e às condições de trabalho (SOUZA; DUMONT-PENA; PATROCÍNIO, 2022).

Embora violência doméstica e sobrecarga sejam fenômenos distintos, eles se cruzam porque ambos são influenciados pela organização desigual do espaço familiar. A concentração do cuidado pode aumentar a dependência, enquanto a violência pode reduzir a possibilidade de negociação e compartilhamento das tarefas.

Os indicadores mais recentes demonstram que a violência letal contra mulheres permanece uma questão estrutural. O RASEAM 2025 registrou 1.450 feminicídios no Brasil em 2024, além de 71.892 estupros registrados no mesmo ano. Esses números não são indicadores diretos de sobrecarga, mas são relevantes para contextualizar o ambiente de vulnerabilidade em que parte das mulheres realiza trabalho doméstico e de cuidado (BRASIL, 2025).

No uso desses dados, é fundamental não atribuir uma relação causal direta entre sobrecarga e feminicídio. O que se pode afirmar é que trabalho, cuidado e violência convivem no mesmo espaço social e devem ser considerados conjuntamente em políticas de proteção e autonomia.

A leitura dos anos posteriores permite verificar que a recuperação econômica não eliminou automaticamente as desigualdades. Em 2024, a taxa anual de desocupação do Brasil atingiu 6,6%, a menor da série iniciada em 2012, e a população ocupada chegou a 103,3 milhões de pessoas. Esses resultados indicam recuperação agregada do mercado de trabalho (IBGE, 2025a).

Entretanto, no quarto trimestre de 2024, o nível de ocupação foi de 69,0% entre homens e 49,1% entre mulheres. O diferencial de 19,9 pontos percentuais mostra que a melhora do mercado ocorreu sobre uma estrutura ainda assimétrica. A taxa de desocupação também permaneceu maior entre mulheres, 7,6%, do que entre homens, 5,1% (IBGE, 2025b).

No uso do tempo, a PNAD Contínua mostra que, em 2022, mulheres dedicaram 21,3 horas semanais, em média, a afazeres domésticos e/ou cuidados, contra 11,7 horas entre homens. A diferença de 9,6 horas permaneceu expressiva. O fato de esse diferencial estar presente após o pico da pandemia sugere que seu fundamento é estrutural e antecede a crise (IBGE, 2023; IBGE, 2024a).

Em outras palavras, a pandemia pode ter acelerado ou ampliado desigualdades, mas não é suficiente para explicá-las. O retorno de escolas e serviços e a normalização parcial do mercado de trabalho reduzem determinadas pressões conjunturais, porém não

redistribuem automaticamente tarefas domésticas e de cuidado. É essa permanência que justifica a utilização de indicadores pós-pandemia neste estudo.

O RASEAM 2026, produzido pelo Observatório Brasil da Igualdade de Gênero, reúne centenas de indicadores sobre trabalho, renda, educação, saúde, violência, poder e comunicação. A própria arquitetura do relatório reconhece que desigualdades devem ser monitoradas por sexo, raça, território, renda e outros marcadores. Para pesquisas sobre sobrecarga, esse sistema de indicadores é particularmente relevante porque permite acompanhar a continuidade dos diferenciais em séries históricas.

A tabela seguinte consolida indicadores utilizados no argumento central. A seleção prioriza fontes oficiais ou pesquisas com identificação metodológica, mantendo o período de referência explícito.

Indicador	Valor	População/p eríodo	Fonte
Horas domésticas/cuidado – mulheres	21,4 h/semana	14+; 2019	IBGE, PNAD Contínua
Horas domésticas/cuidado – homens	11,0 h/semana	14+; 2019	IBGE, PNAD Contínua
Diferença entre ocupados	8,1 h/semana	14+; 2019	IBGE, PNAD Contínua
Desocupação feminina	16,8%	3º tri. 2020	IBGE, PNAD Contínua

Desocupação masculina	12,8%	3º tri. 2020	IBGE, PNAD Contínua
Trabalho remoto	7,9 milhões	20–26/09/2020	IBGE, PNAD Covid-19
Mulheres que passaram a cuidar de alguém	50%	Pesquisa online; 2020	Gênero e Número/SOF
Mulheres rurais que passaram a cuidar de alguém	62%	Pesquisa online; 2020	Gênero e Número/SOF
Mulheres com apoio anterior que relataram redução do apoio	51%	Pesquisa online; 2020	Gênero e Número/SOF
Horas domésticas/cuidado – mulheres	21,3 h/semana	14+; 2022	IBGE, PNAD Contínua
Horas domésticas/cuidado – homens	11,7 h/semana	14+; 2022	IBGE, PNAD Contínua
Trabalho em tempo parcial – mulheres	28,0%	Ocupadas; 2022	IBGE, Estatísticas de Gênero
Trabalho em tempo parcial – homens	14,4%	Ocupados; 2022	IBGE, Estatísticas de Gênero
Nível de ocupação – mulheres	49,1%	4º tri. 2024	IBGE, PNAD Contínua
Nível de ocupação – homens	69,0%	4º tri. 2024	IBGE, PNAD Contínua
Desocupação – mulheres	7,6%	4º tri. 2024	IBGE, PNAD Contínua
Desocupação – homens	5,1%	4º tri. 2024	IBGE, PNAD Contínua

Rendimento habitual médio – mulheres	R\$ 2.778	2024	IBGE, PNAD Contínua
Rendimento habitual médio – homens	R\$ 3.533	2024	IBGE, PNAD Contínua
Rendimento feminino em relação ao masculino	78,6%	2024	IBGE, PNAD Contínua
Feminicídios	1.450 casos	Brasil; 2024	Ministério das Mulheres/RASE AM
Estupros registrados contra mulheres	71.892 casos	Brasil; 2024	Ministério da Justiça/RASEAM

Os indicadores permitem sustentar três proposições. Primeiro, a desigualdade de uso do tempo antecede a pandemia. Segundo, durante a crise houve combinação entre intensificação do cuidado e deterioração das condições do mercado de trabalho. Terceiro, a recuperação posterior do emprego não eliminou o diferencial entre homens e mulheres em ocupação, desocupação, tempo doméstico e rendimentos.

A primeira proposição impede que a pandemia seja tratada como origem da desigualdade. O fenômeno é histórico. A segunda mostra que a crise sanitária funcionou como amplificador: as responsabilidades que já eram desiguais passaram a conviver com escolas fechadas, redes de apoio reduzidas e maior incerteza econômica. A terceira é importante para evitar uma leitura temporal limitada: o desaparecimento da emergência sanitária não apaga automaticamente os mecanismos estruturais.

Em termos de Psicologia Social, o ponto central é a articulação entre estrutura e significado. A divisão sexual do trabalho organiza

recursos materiais; a comunicação participa da produção de sentidos; identidade e representações sociais mediam a experiência; e a ideologia contribui para tornar determinadas práticas familiares e profissionais aparentemente naturais.

Essa articulação também permite compreender por que políticas exclusivamente econômicas podem ter impacto parcial. A criação de emprego, por exemplo, é necessária, mas não resolve integralmente a sobrecarga se as mulheres retornam ao mercado mantendo a responsabilidade principal pelo cuidado. Da mesma forma, campanhas de conscientização têm alcance limitado quando não são acompanhadas de mudanças na oferta de serviços, nas regras do trabalho e na distribuição das tarefas domésticas.

O cuidado deve ser tratado como dimensão de infraestrutura social. Políticas de creche, escola em tempo adequado às jornadas, atenção à pessoa idosa, proteção social, transporte e saúde podem reduzir a dependência exclusiva das famílias. Dentro das famílias, a redistribuição requer práticas e expectativas que atribuam responsabilidade compartilhada aos homens.

A comunicação pode contribuir em duas frentes. Na primeira, tornar visível o trabalho doméstico e de cuidado como trabalho. Na segunda, ampliar o repertório de representações de masculinidade e feminilidade, mostrando homens realizando cuidado de modo cotidiano e mulheres em posições profissionais diversas sem exigir delas uma disponibilidade total. A mudança simbólica não substitui políticas públicas, mas pode apoiar sua legitimidade social.

Por fim, a interseccionalidade impede generalizações. Uma política eficaz precisa considerar que a sobrecarga pode ser diferente entre

mulheres negras, brancas, rurais, urbanas, com deficiência, com ou sem filhos e em distintas posições ocupacionais. O mesmo indicador agregado pode esconder desigualdades internas importantes.

Este artigo possui limitações que devem ser explicitadas. A primeira é a heterogeneidade das fontes: os indicadores oficiais são produzidos por pesquisas probabilísticas e registros administrativos, enquanto a pesquisa Sem Parar utiliza questionário on-line. Não é metodologicamente adequado combinar os resultados como se tivessem a mesma representatividade estatística.

A segunda limitação é temporal. Os dados de 2020 e 2021 capturam períodos de alta instabilidade, enquanto dados de 2022 e 2024 refletem contextos diferentes. A comparação é útil para identificar persistências e mudanças, mas não deve ser interpretada como experimento longitudinal perfeito.

A terceira limitação é a ausência de uma modelagem causal. O estudo identifica convergências entre indicadores e literatura, porém não estima quanto da mudança em cada indicador pode ser atribuído exclusivamente à pandemia. A queda ou aumento de um indicador pode resultar de múltiplos fatores.

A quarta limitação diz respeito às categorias de gênero. A maior parte das estatísticas oficiais opera com sexo binário e, portanto, não representa adequadamente toda a diversidade de identidades de gênero. A análise acompanha a classificação utilizada pelas bases para manter a comparabilidade.

Os resultados sugerem quatro campos de intervenção: analítica e institucional. O primeiro é a produção continuada de estatísticas de uso do tempo desagregadas por sexo, raça, renda, território e

presença de crianças. O segundo é a integração de dados sobre emprego, cuidado e serviços públicos, permitindo observar a relação entre participação econômica e infraestrutura de cuidado.

O terceiro campo é o desenho de organizações de trabalho que considerem responsabilidades de cuidado sem penalizar trajetórias profissionais. Horários flexíveis, trabalho remoto quando adequado, licenças e serviços de apoio podem reduzir conflitos entre trabalho e família, mas precisam ser desenhados de modo a não concentrar novamente a flexibilidade apenas nas mulheres.

O quarto campo envolve comunicação e educação. É necessário disputar a representação de que o cuidado é feminino por natureza. A responsabilidade pelo cuidado precisa ser apresentada como competência e dever social compartilhado. No plano comunicacional, isso implica representar homens cuidando, mulheres trabalhando em funções diversas e famílias distribuindo tarefas de forma cotidiana.

Em nível científico, recomenda-se que estudos futuros combinem métodos quantitativos e qualitativos. Indicadores de horas e participação capturam distribuição de tempo, mas entrevistas, diários de uso do tempo e estudos etnográficos podem revelar dimensões de carga mental, negociação e conflito que não aparecem nas estatísticas agregadas.

Outra agenda relevante é acompanhar os efeitos de longo prazo da pandemia sobre trajetórias femininas. Indicadores de renda, promoção, produção acadêmica, participação em cargos de decisão e retorno ao trabalho podem revelar efeitos persistentes que não são visíveis no curto prazo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A sobrecarga de trabalho das mulheres durante a pandemia de Covid-19 deve ser entendida como fenômeno social, econômico, cultural e psicossocial. A crise sanitária reorganizou o cotidiano e ampliou demandas, mas encontrou uma sociedade na qual mulheres já realizavam quantidade significativamente maior de trabalho doméstico e de cuidado.

Os indicadores mostram a consistência dessa desigualdade. Em 2019, antes da pandemia, mulheres ocupadas dedicavam 8,1 horas semanais a mais que homens ocupados aos afazeres domésticos e/ou cuidados. Em 2020, a desocupação feminina foi maior do que a masculina; em 2021, a diferença permaneceu. Durante a crise, pesquisa com 2.641 mulheres registrou aumento das responsabilidades de cuidado e redução das redes de apoio.

Os dados posteriores são igualmente importantes. Em 2022, as mulheres ainda dedicavam 21,3 horas semanais a afazeres domésticos e/ou cuidados, contra 11,7 horas entre homens. Em 2024, o nível de ocupação e os rendimentos também mostravam diferenças expressivas por sexo. Esses indicadores não demonstram que a pandemia permaneceu “causando” diretamente cada desigualdade, mas evidenciam que a estrutura que produziu a sobrecarga permanece relevante.

A análise psicossocial permite acrescentar ao quadro estatístico a dimensão dos significados. A identidade feminina é construída em contextos de expectativas sobre cuidado; a ideologia pode naturalizar a associação entre mulher e responsabilidade doméstica;

e representações sociais reproduzidas pela comunicação podem tornar a multitarefa um ideal de feminilidade.

Por isso, enfrentar a sobrecarga não significa ensinar mulheres a organizar melhor uma rotina impossível. Significa discutir como o tempo e o cuidado são distribuídos, quais recursos sociais estão disponíveis e quais valores legitimam a desigualdade. A questão é menos “como a mulher pode dar conta de tudo?” e mais “como a sociedade pode distribuir de forma mais justa o trabalho necessário para que a vida cotidiana aconteça?”.

A pandemia tornou essa pergunta incontornável. O desafio científico e social do período posterior é transformar a visibilidade produzida pela crise em capacidade de monitoramento, pesquisa e redistribuição. Para a Psicologia Social, isso significa analisar a experiência subjetiva sem separá-la das estruturas que a produzem e compreender a comunicação como espaço de reprodução, contestação e transformação de significados.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABREU, Kamila Eulálio; CARDOSO, Vanessa Clemente; SILVA, Juliana Marcia Santos; SILVA, Lívia Souza. A feminização do cuidado e a sobrecarga da mulher-mãe na pandemia. Revista Feminismos, Bahia, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/feminismos/article/view/42114>. Acesso em: 17 abr. 2021.

ALVES, Júlia Somberg; MOREIRA, Lisandra Espíndula; NATIVIDADE, Cláudia; OLIVEIRA, Renata Ghisleni de. Mulheres em tempos de pandemia: um ensaio teórico-político sobre a casa e a guerra. Belo Horizonte, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?>

[script=sci_arttext&pid=S0102-71822020000100413](#). Acesso em: 18 abr. 2021.

BEAUVOIR, Simone de. O segundo sexo: fatos e mitos. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

BRASIL. Ministério das Mulheres. Relatório Anual Socioeconômico da Mulher – RASEAM 2025. Brasília, DF: Ministério das Mulheres, 2025. Disponível em: <https://www.gov.br/mulheres/>. Acesso em: 17 set. 2026.

BRASIL. Ministério das Mulheres. Relatório Anual Socioeconômico da Mulher – RASEAM 2026. Brasília, DF: Ministério das Mulheres, 2026. Disponível em: <https://www.gov.br/mulheres/pt-br/central-de-conteudos/publicacoes-1/raseam-2026-relatorio-anual-socioeconomico-da-mulher.pdf>. Acesso em: 17 set. 2026.

CASTRO, Bárbara; ARAÚJO, Angela Maria Carneiro; KREIN, André Eduardo Becker. O trabalho em domicílio no Brasil pré-pandemia: mudanças no setor de atividade e no perfil das/os trabalhadoras/es. Sociedade e Estado, v. 39, n. 3, e53040, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1590/s0102-6992-20243903e53040>.

GARCIA, Bruna Carolina; MARCONDES, Glaucia dos Santos. As desigualdades da reprodução: homens e mulheres no trabalho doméstico não remunerado. Revista Brasileira de Estudos de População, v. 39, p. 1-23, 2022. DOI: <https://doi.org/10.20947/S0102-3098a0204>.

GÊNERO E NÚMERO; SEMPREVIVA ORGANIZAÇÃO FEMINISTA. Sem parar: o trabalho e a vida das mulheres na pandemia. 2020. Disponível em: <https://mulheresnapandemia.sof.org.br/>. Acesso em: 17 set. 2026.

HIRATA, Helena; KERGOAT, Danièle. Novas configurações da divisão sexual do trabalho. Cadernos de Pesquisa, v. 37, n. 132, p. 595-609, 2007.

IBGE. Em média, mulheres dedicam 10,4 horas por semana a mais que os homens aos afazeres domésticos ou ao cuidado de pessoas. Agência de Notícias IBGE, 2020. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/27877-em-media-mulheres-dedicam-10-4-horas-por-semana-a-mais-que-os-homens-aos-afazeres-domesticos-ou-ao-cuidado-de-pessoas>. Acesso em: 17 set. 2026.

IBGE. Estatísticas de gênero: indicadores sociais das mulheres no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2024. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/>. Acesso em: 17 set. 2026.

IBGE. Outras formas de trabalho 2022: mulheres dedicaram 9,6 horas por semana a mais do que os homens aos afazeres domésticos ou ao cuidado de pessoas. Agência de Notícias IBGE, 2023. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/>. Acesso em: 17 set. 2026.

IBGE. PNAD Contínua Trimestral: desocupação recua em 15 das 27 UFs no 4º trimestre de 2021. Agência de Notícias IBGE, 2022. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/>. Acesso em: 17 set. 2026.

IBGE. PNAD Contínua trimestral: desocupação recua em três das 27 UFs no 4º trimestre de 2024. Agência de Notícias IBGE, 2025. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/>. Acesso em: 17 set. 2026.

IBGE. PNAD Contínua: em 2024, taxa anual de desocupação foi de 6,6% enquanto taxa de subutilização foi de 16,2%. Agência de Notícias IBGE, 2025. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/>. Acesso em: 17 set. 2026.

IBGE. PNAD Contínua: taxa de desocupação é de 13,2% e taxa de subutilização é de 27,4% no trimestre encerrado em agosto. Agência de Notícias IBGE, 2021. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/>. Acesso em: 17 set. 2026.

IBGE. PNAD Contínua: taxa de desocupação é de 14,2% e taxa de subutilização é de 29,0% no trimestre encerrado em janeiro de 2021. Agência de Notícias IBGE, 2021. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/>. Acesso em: 17 set. 2026.

MOSCOVICI, Serge. Representações sociais: investigações em psicologia social. Petrópolis: Vozes, 2015.

SOUSA, Luana Passos de; GUEDES, Dyeggo Rocha. A desigual divisão sexual do trabalho: um olhar sobre a última década. Estudos Avançados, v. 30, n. 87, p. 123-139, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-40142016.30870008>.

SOUZA, Érica Renata; DUMONT-PENA, Érica; PATROCÍNIO, Laís Barbosa. Pandemia do coronavírus (2019-nCoV) e mulheres: efeitos nas condições de trabalho e na saúde. Saúde em Debate, 2022. Disponível em: <https://saudeemdebate.org.br/sed/article/view/5145>. Acesso em: 17 set. 2026.

VIEIRA, Julia; ANIDO, Isabela; CALIFE, Karina. Mulheres profissionais da saúde e as repercussões da pandemia da Covid-19: é mais difícil

para elas? Saúde em Debate, v. 46, n. 132, p. 47-62, 2022. DOI:
<https://doi.org/10.1590/0103-1104202213203>.