



24º Congresso de Stress da ISMA-BR
(International Stress Management Association)

26º Fórum Internacional de Qualidade
de Vida no Trabalho

16º Encontro Nacional de Qualidade
de Vida na Segurança Pública

16º Encontro Nacional de Qualidade
de Vida no Serviço Público



ADVERSIDADES PARA AS MULHERES NO HOME OFFICE: ANÁLISE DO BURNOUT E SUAS IMPLICAÇÕES NAS QUESTÕES DE GÊNERO

Maria Eduarda Abreu Riva; Anna Luiza de Figueiredo Balieiro Mussoi; Ana Clara Paz Cachapuz; Ivanna Cristina de Almeida Vieira; Marina Mezomo Soccal; Liana Bohrer Berni
UNIVERSIDADE FRANCISCANA (UFN)

INTRODUÇÃO

Em decorrência da pandemia de Covid-19, o trabalho *home office* cresceu significativamente nos últimos anos, com a proporção de substituir o trabalho presencial em muitas empresas. Entretanto, essa nova forma de aderência ao trabalho se tornou propícia para o desencadeamento de sintomas físicos e psicológicos decorrentes de uma falta de desconexão e descanso do trabalhador, aspectos que podem ocasionar o *Burnout*. Às mulheres, inseridas em uma tripla jornada de trabalho, os impactos na saúde mental podem ser intensificados. Diante do exposto, objetiva-se compreender e discorrer sobre as dificuldades que abrangem o trabalho *home office* na vida das mulheres e como essas circunstâncias podem ter como consequência a síndrome de *Burnout*.

METODOLOGIA

O presente trabalho configura-se como uma pesquisa bibliográfica de caráter qualitativo e exploratório, baseada na revisão da literatura encontrada na plataforma Google Acadêmico a partir das palavras-chave “*home office*” e “mulheres”.

MARCO CONCEITUAL

O *home office* é uma modalidade de trabalho feita de casa pelo próprio trabalhador. É vantajosa, mas exige organização de tempo e espaço, pode causar estresse e problemas de saúde mental, levando à síndrome de *Burnout*, caracterizada por sintomas como exaustão, estresse e esgotamento mental. Do inglês, “*burn*” significa “queima” e “*out*”, “exterior”, refletindo a ideia de que as pessoas afetadas se sentem consumidas pelo próprio trabalho (MIRANDA, 2020). Nesse sentido, também somado aos fatores que despertam essa problemática, inclui-se as condições de gênero relacionadas à tripla jornada de trabalho, que abrange responsabilidades domésticas, profissionais e familiares. Mesmo após a inserção da mulher no mercado de trabalho, decorrente das guerras mundiais, o espaço doméstico segue historicamente vinculado à figura feminina. cenário, a mulher é posicionada em uma jornada que abrange responsabilidades domésticas, familiares e profissionais e ocasiona sobrecarga de tarefas (SAFFIOTI, 1987).

RESULTADOS

Dessa forma, com as ocupações domésticas e familiares já associadas como responsabilidade exclusiva das mulheres, o *home office* pode intensificar o acúmulo de tarefas decorrente da tripla jornada por posicionar trabalho, família e domesticidade no mesmo ambiente. Estudos e revisões bibliográficas como esta têm o propósito de fomentar a reflexão e o debate em torno da sobrecarga enfrentada pelas mulheres no contexto do trabalho remoto, bem como da pressão social imposta pelo papel tradicionalmente atribuído às mulheres na conciliação entre a jornada laboral e a vida pessoal.

CONCLUSÃO

Conclui-se que a análise aprofundada dessas questões é crucial para uma compreensão mais ampla dos desafios enfrentados pelas mulheres no mercado de trabalho contemporâneo, particularmente em ambientes de *home office*.

BIBLIOGRAFIA

MIRANDA, T. B. Impactos psicológicos organizacionais em tempo de pandemia: análise dos principais impactos psicológicos no trabalho em *home office* dos discentes de um centro universitário em São Luís. **Monografia (Graduação em Administração) - Centro Universitário de Ensino Superior Dom Bosco**. São Luís, Maranhão. p. 74, 2020.

SAFFIOTI, H. I. B. O Poder do Macho. São Paulo: **Moderna**, 1987. (Coleção Polêmica).