

**SOB O PESO DO CUIDADO:** A Exaustão Física E Mental Das Mulheres E A Invisibilidade Do Trabalho No Capitalismo Pós-Fordista.

**UNDER THE BURDEN OF CARE:** Women's Physical And Mental Exhaustion And The Invisibility Of Labor In Post-Fordist Capitalism.

Maria Lais Cavalcante de Oliveira<sup>1</sup>

Fernanda Andrade Macedo<sup>2</sup>

Marta Taina de Souza<sup>3</sup>

**Resumo:** O artigo investiga como as transformações do capitalismo pós-fordista impactaram a divisão sexual do trabalho, gerando sobrecarga e exaustão física e mental nas mulheres. Discute a invisibilidade do trabalho doméstico e de cuidado, evidenciando sua importância para a reprodução social e a manutenção da vida.

**Palavras chave:** capitalismo. desigualdade de gênero. exaustão.

**Resume:** The article investigates how the transformations of post-Fordist capitalism have impacted the sexual division of labor, generating physical and mental exhaustion in women. It discusses the invisibility of domestic and care work, highlighting its importance for social reproduction and the maintenance of life.

**Keywords:** capitalism. exhaustion. gender inequality.

## 1. INTRODUÇÃO

No início do século XX, foi desenvolvido por Henry Ford um novo modelo de produção industrial, implementado em sua fábrica de automóveis. Esse modelo, denominado fordismo, baseava-se na divisão e especialização do trabalho, em que cada operário executava uma tarefa específica e repetitiva. Segundo Harvey (1992) o fordismo representou um modo de regulação que combinava produção em massa e consumo em massa, sustentado pela estabilidade do emprego e pelo aumento do poder de compra dos trabalhadores. Essa organização permitia o aumento da produtividade por meio da produção em massa e da padronização dos produtos, resultando na redução dos custos e dos preços finais.

<sup>1</sup>Maria Lais Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)

Uma das inovações introduzidas por Ford foi o aumento da remuneração dos trabalhadores, possibilitando que estes consumissem os próprios produtos que fabricavam. Como aponta Antunes (2005), o fordismo buscava estabilizar a força de trabalho e integrar o operário ao sistema capitalista por meio do consumo, criando uma aparente harmonia entre capital e trabalho. Desse modo, o modelo consolidou-se como um dos pilares do desenvolvimento industrial do século XX, moldando não apenas a economia, mas também as formas de vida social e familiar.

Contudo, a partir da década de 1960, o fordismo passou a apresentar sinais de esgotamento. Entre os fatores que contribuíram para sua crise estão: a superprodução, a rigidez da produção, as constantes greves em prol de melhores condições de trabalho, a escassa variedade de produtos oferecidos no mercado e o aumento da concorrência internacional (Harvey, 1992). A célebre frase atribuída a Henry Ford — “Você pode ter um Ford Modelo T em qualquer cor, desde que seja preto” — ilustra de forma simbólica a limitação do sistema quanto à diversidade dos bens produzidos.

O modelo fordista de produção influenciava não apenas a organização do trabalho, mas também as estruturas familiares. Segundo Dubet (1996), predominava uma estrutura familiar patriarcal, na qual o homem era o provedor, exercendo uma função remunerada e relativamente estável, enquanto a mulher permanecia em casa, dedicada ao cuidado dos filhos e às tarefas domésticas. Essa configuração favorecia a manutenção de uma rotina doméstica regular e previsível.

De acordo com Araújo (2004), embora as mulheres já atuassem de forma significativa na manutenção das famílias, foi durante as guerras mundiais que suas responsabilidades sociais e econômicas se tornaram mais visíveis e incontornáveis. Com os homens sendo enviados para as frentes de batalha, as mulheres passaram a ocupar o lugar que antes era exclusivamente deles: assumiram os negócios familiares, cuidaram da produção e passaram a ser o principal — e, muitas vezes, o único — sustento do lar.

<sup>1</sup>Maria Laís Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)

Como aponta Saffioti (2015), as mulheres, especialmente das classes populares, sempre desempenharam funções produtivas, ainda que invisibilizadas, e durante os períodos de guerra, assumiram integralmente a manutenção econômica e afetiva do lar. Muitas mulheres, ao perderem seus maridos durante a guerra, tiveram que assumir integralmente a responsabilidade pela sobrevivência dos filhos e pela manutenção do lar, dando continuidade aos trabalhos que, até então, eram considerados exclusivamente masculinos. Para aquelas pertencentes às classes sociais mais baixas, a realidade era ainda mais difícil: buscavam alternativas como a venda de doces, bordados, arranjos de flores ou ofereciam aulas de música, na tentativa de gerar alguma renda.

Um exemplo dessa mudança de papéis pode ser observado no filme *O Jogo da Imitação* (2014), que retrata a história de Joan Clarke, uma das poucas mulheres a integrar a equipe de decodificação britânica durante a Segunda Guerra Mundial. Joan ocupou um posto majoritariamente masculino, enfrentando constantes barreiras e preconceitos de gênero, evidenciando a luta feminina por reconhecimento em um contexto social e profissional desigual.

No entanto, mesmo diante de tanto esforço e necessidade, essas atividades eram muitas vezes vistas com desprezo pela sociedade, que seguia julgando negativamente qualquer sinal de autonomia feminina. Havia um forte estigma sobre a mulher que trabalhava fora, especialmente quando isso implicava ultrapassar os limites impostos pela cultura patriarcal da época.

Ainda que fossem fundamentais para a manutenção da vida, suas ações não eram valorizadas, pois o ideal dominante seguia sendo o da mulher submissa, dependente e confinada ao espaço doméstico. Beauvoir (1949) já destacava que a mulher foi reduzida à condição de “outro”. Esse contraste entre o papel que as mulheres efetivamente desempenhavam e o lugar social que lhes era atribuído revela uma contradição histórica: mesmo quando elas sustentavam a casa, a sociedade insistia em negar seu protagonismo.

<sup>1</sup>Maria Laís Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)

Assim, as guerras, apesar de todo o sofrimento que trouxeram, escancararam a desigualdade de gênero e colocaram em xeque a ideia de que o espaço público era exclusivamente masculino — um passo importante, ainda que forçado pelas circunstâncias, para a desconstrução dos modelos tradicionais de família e de papéis de gênero. (Perrot, 1998)

Segundo Dubet (1996), a família fordista também se caracterizava pela padronização de seus papéis e funções, refletindo a lógica da produção em massa do próprio sistema fordista. Assim como no ambiente de trabalho, as relações familiares seguiam uma estrutura rígida e disciplinada, voltada para a estabilidade e a funcionalidade dentro do modelo capitalista da época. Essa organização estava diretamente ligada à previsibilidade do emprego, ao consumo regulado e ao papel social atribuído a cada membro da família, o que contribuía para a manutenção da ordem social.

Contudo, com a crise do fordismo a partir da década de 1970, essa estrutura começa a se desestabilizar. Surge então um novo modelo produtivo: o pós-fordismo, no qual o sistema anterior é reformulado e adaptado às novas exigências do mercado, sobretudo com o avanço da tecnologia e da globalização. Nesse novo contexto, a produção torna-se descentralizada, e o trabalho se torna multifuncional, exigindo que os trabalhadores desempenhem diversas tarefas, em contraste com a especialização rígida do modelo anterior. A padronização e a repetição das funções são substituídas por maior flexibilidade e variedade na produção — transformações que também impactam diretamente a estrutura familiar, tornando-a mais heterogênea, instável e marcada por novas dinâmicas afetivas e econômicas (Antunes, 2009).

Hirata e Kergoat (2007) destacam que essa inserção feminina no contexto pós-fordista ocorreu em postos de trabalho marcados pela flexibilidade e pela ausência de garantias trabalhistas, o que reforçou a desigualdade de gênero e a sobrecarga física e emocional das mulheres. Essas transformações contribuíram para o enfraquecimento do modelo tradicional de família baseado na complementaridade rígida de papéis, como o pai provedor e a mãe exclusivamente dedicada ao lar, e anunciaram o início da decadência da família nuclear clássica.

<sup>1</sup>Maria Laís Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)

A desestabilização desse modelo se intensificou com os movimentos culturais e políticos da época, como o feminismo, a ampliação dos direitos civis e o questionamento da moral sexual tradicional, ampliando as possibilidades de arranjos familiares. O ideal de uma família única, estável e normativa dá lugar à pluralidade de formas de convivência, como famílias monoparentais, recompostas, homoafetivas, entre outras. Assim, a família passa a refletir não apenas os papéis previamente definidos, mas as dinâmicas afetivas, econômicas e simbólicas de sujeitos inseridos em uma sociedade em constante mutação (Beck 2002).

A. Como aponta Saffioti (2015), a divisão sexual do trabalho segue estruturando as desigualdades, fazendo com que o cuidado e o trabalho doméstico continuem sendo responsabilidades majoritariamente femininas, mesmo após a conquista do espaço público. Tornando uma jornada de trabalho dupla e comprometendo o bem-estar físico e mental das mulheres.

Assim sendo, este estudo se classifica como uma pesquisa de caráter exploratório e buscou responder à seguinte pergunta norteadora: Quais os impactos das transformações do modelo produtivo capitalista na estrutura e nas dinâmicas da família contemporânea? Dessa forma, estabeleceu-se como objetivo geral: analisar os efeitos das mudanças do fordismo ao pós-fordismo sobre a organização familiar, com ênfase nas questões de gênero, cuidado e exaustão. Quanto aos objetivos específicos, definiram-se três: 1) compreender como o modelo fordista estruturava os papéis familiares tradicionais; 2) investigar de que forma o pós-fordismo impactou a divisão sexual do trabalho e a sobrecarga das mulheres; 3) refletir sobre as novas configurações familiares e os desafios enfrentados no contexto da flexibilização econômica e afetiva.

## 2. METODOLOGIA

Este estudo é uma revisão de literatura de caráter qualitativo e exploratório, desenvolvida a partir de buscas nas bases de dados SciELO e LILACS, por sua relevância nas áreas das ciências humanas e sociais. As palavras-chave utilizadas foram: *Família, Gênero, Fordismo, Pós-Fordismo, Trabalho Feminino e Cuidado*.

<sup>1</sup>Maria Laís Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)

O recorte temporal compreendeu o período de 2010 a 2024, escolhido por reunir pesquisas recentes sobre as transformações do trabalho e das relações de gênero no contexto pós-fordista e neoliberal.

Inicialmente foram encontrados 48 artigos; após leitura de títulos e resumos, 25 foram selecionados para leitura integral, resultando em 12 artigos que atenderam aos critérios de inclusão — estudos que relacionavam trabalho, família e gênero, com enfoque na inserção feminina e nas funções de cuidado. Foram excluídos textos fora do recorte temporal, repetidos, quantitativos ou que não abordavam diretamente os temas centrais.

Além dos artigos selecionados, foram consultadas obras teóricas fundamentais, como Harvey (1992), Saffioti (1976), Federici (2017) e Fraser (2019), para embasar a discussão sobre as transformações produtivas e a sobrecarga feminina no capitalismo contemporâneo.

## FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

As transformações nas relações de trabalho e nas estruturas familiares, especialmente a partir da crise do fordismo na década de 1970, evidenciam mudanças significativas na inserção da mulher na sociedade. O fordismo, enquanto modelo de produção baseado na rigidez das funções e na estabilidade do emprego, sustentava também uma lógica familiar pautada pela divisão tradicional dos papéis de gênero — o homem provedor e a mulher cuidadora (Harvey, 1992; Dubet, 1996). Com o advento do pós-fordismo, caracterizado pela flexibilização, pela descentralização produtiva e pela globalização, essa estrutura se desestabiliza, produzindo novos modos de viver, trabalhar e se relacionar (Antunes, 2018; Fraser, 2019).

David Harvey (1992) aponta que o capitalismo pós-fordista introduz um regime de acumulação flexível, em que a lógica da instabilidade, da polivalência e da fragmentação substitui o modelo rígido e previsível anterior. Essa nova configuração

<sup>1</sup>Maria Laís Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)

afeta diretamente as subjetividades, pois exige um trabalhador constantemente disponível, adaptável e produtivo. Nancy Fraser (2019) complementa essa análise ao afirmar que o neoliberalismo incorporou o discurso da emancipação feminina apenas para explorar uma nova forma de trabalho precarizado — especialmente o das mulheres, que passaram a ocupar funções desvalorizadas e mal remuneradas.

A entrada crescente das mulheres no mercado de trabalho ocorreu tanto por necessidade econômica quanto pelas lutas feministas, mas frequentemente em condições precárias, informais e desprovidas de direitos (Hirata, 2001; Federici, 2017). Nesse contexto, muitas mulheres passaram a vivenciar a chamada dupla jornada, na qual acumulam atividades profissionais e responsabilidades domésticas (Saffioti, 1976; Bourdieu, 1999). A desigualdade na divisão sexual do trabalho permanece, reforçando o imaginário patriarcal que associa o cuidado, a afetividade e a manutenção da vida ao feminino (Kergoat, 2009; Hirata; Kergoat, 2007).

Pierre Bourdieu (1999) descreve essa dinâmica como um processo de violência simbólica, em que as relações de dominação se naturalizam por meio das práticas cotidianas e das representações sociais. A mulher internaliza expectativas culturais de cuidado e abnegação, reproduzindo a lógica que a sobrecarrega. Essa naturalização é uma das razões pelas quais o trabalho doméstico e de cuidado segue sendo invisibilizado, mesmo quando é essencial para a reprodução da vida e para o funcionamento do sistema produtivo (Federici, 2017).

Silvia Federici (2017) denuncia que o capitalismo se sustenta sobre o trabalho reprodutivo gratuito das mulheres — aquele que garante a alimentação, o descanso, a educação dos filhos e o suporte emocional aos trabalhadores. Esse trabalho, embora indispensável, é desvalorizado porque não gera lucro direto. Essa invisibilidade é o que Federici chama de “ponto zero da revolução”: a base sobre a qual o capital se ergue, sem reconhecer o papel das mulheres na sustentação da economia e da vida social.

A sobrecarga resultante dessa dinâmica não é apenas física, mas também **emocional e psíquica**. Dejours (1999) analisa que o sofrimento no trabalho ocorre

<sup>1</sup>Maria Laís Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)

quando há uma discrepância entre as exigências da produção e a capacidade subjetiva do trabalhador de lidar com elas. No caso das mulheres, o sofrimento se agrava pela pressão de conciliar papéis contraditórios — ser produtiva, cuidadora, emocionalmente disponível e, ao mesmo tempo, autônoma. Essa tensão leva à sensação de exaustão permanente e à culpa por não “dar conta de tudo”, como observa Borralho (2025).

A filósofa Eva Illouz (2011) acrescenta que, na era do capitalismo emocional, as relações afetivas também se tornaram mercantilizadas. A mulher contemporânea é estimulada a investir emocionalmente em todos os aspectos da vida — no trabalho, na família e nos relacionamentos — como parte de sua performance de sucesso. Esse imperativo emocional reforça a sobrecarga, pois transforma o cuidado em um dever moral e afetivo, e não em uma responsabilidade compartilhada socialmente.

Nancy Chodorow (1990) e Carol Gilligan (1982) também destacam que o cuidado se constitui como uma dimensão identitária das mulheres, construída culturalmente desde a infância, o que contribui para a reprodução intergeracional dessa desigualdade. Já Joan Tronto (1993) propõe o conceito de **ética do cuidado**, defendendo que o cuidado deve ser compreendido como um valor coletivo e político, e não como uma atribuição natural do feminino. Para Tronto, o reconhecimento social e institucional do cuidado é essencial para a justiça de gênero e para o fortalecimento da democracia.

Essas discussões mostram que a exaustão feminina é um fenômeno social complexo, que ultrapassa o campo psicológico individual. A naturalização da sobrecarga e a invisibilidade do trabalho doméstico são sustentadas por estruturas econômicas e simbólicas que mantêm as mulheres em posição de subalternidade. Assim, compreender a exaustão feminina requer uma análise multidimensional, que articule economia, gênero e cultura (Fraser, 2019; Federici, 2017; Illouz, 2011; Tronto, 1993).

Dessa forma, a fundamentação teórica deste estudo se ancora na perspectiva crítica feminista, que reconhece o cuidado e o trabalho doméstico como dimensões

<sup>1</sup>Maria Laís Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)

centrais da reprodução social e da exploração capitalista. Essa leitura permite compreender que o sofrimento e a exaustão das mulheres não derivam de fragilidades pessoais, mas de uma estrutura social que depende historicamente da desvalorização do trabalho feminino e da naturalização de sua disponibilidade para o cuidado (Saffioti, 1976; Federici, 2017; Fraser, 2019).

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

O modelo pós-fordista é caracterizado pela valorização da autonomia individual, pela flexibilidade nas relações de trabalho e pela instabilidade contratual. Tais características repercutem diretamente na organização da vida familiar, especialmente no que se refere ao cotidiano e ao trabalho de cuidado. Este, por sua vez, permanece amplamente atribuído às mulheres, revelando uma persistente desigualdade de gênero. Apesar dos avanços nos discursos sobre equidade, a lógica da propriedade privada e da divisão sexual do trabalho continua a delegar às mulheres a responsabilidade pela reprodução social. Como consequência, a jornada dupla torna-se fonte de desgaste físico e emocional, aprofundando a sobrecarga e limitando o acesso das mulheres a melhores condições profissionais e de vida.

Esse acúmulo de funções não apenas compromete a saúde mental das mulheres, mas também limita sua autonomia, lazer, tempo de descanso e desenvolvimento pessoal e profissional. Muitas vezes, mesmo quando inseridas no mercado de trabalho, elas continuam sendo as principais responsáveis pela organização da vida doméstica e afetiva, o que leva a uma sensação constante de insuficiência, culpa e exaustão.

A mulher é frequentemente encarregada de garantir o funcionamento de toda a dinâmica doméstica: desde a alimentação da família, o acompanhamento da rotina dos filhos, a realização das compras da casa, até o cuidado com familiares. Esse esforço contínuo, tanto físico quanto mental, é invisibilizado e raramente reconhecido socialmente, o que acentua o desgaste emocional e a sensação de sobrecarga. Tal

<sup>1</sup>Maria Laís Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)

invisibilidade não é acidental, mas sim resultado de uma estrutura histórica e cultural que naturaliza a figura da mulher como cuidadora principal.

Além do cansaço decorrente das tarefas domésticas historicamente atribuídas às mulheres, é fundamental considerar as transformações sociais provocadas pela inserção feminina no mercado de trabalho e pelas novas configurações familiares. Segundo Simões (2012), os papéis de homens e mulheres dentro da família têm se tornado cada vez mais fluidos, distanciando-se da estrutura tradicional. Um exemplo significativo dessas mudanças é o crescente número de mães solo. De acordo com dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no início dos anos 2000, cerca de 22% das mulheres se declararam pessoas de referência em suas famílias, percentual que chegou a quase 29% em 2002 e permaneceu nesse patamar em 2005. Especificamente, a proporção de mulheres sem cônjuge e com filhos era de 15,8% em 1996, aumentando para 18,1% em 2006 — um crescimento de quase três pontos percentuais, evidenciando uma tendência de reconfiguração dos lares brasileiros.

Esse cenário evidencia, conseqüentemente, uma sobrecarga nas funções maternas, uma vez que, nessas configurações familiares, a mulher assume não apenas a responsabilidade pela educação e cuidado dos filhos, mas também pelo sustento financeiro do lar. A acumulação dessas funções reflete as desigualdades persistentes em relação à divisão do trabalho doméstico e à distribuição das responsabilidades parentais.

A ausência de políticas públicas eficazes — como creches acessíveis, escolas de tempo integral e licenças parentais compartilhadas — evidencia a falta de suporte institucional à redistribuição das responsabilidades do cuidado. Essa lacuna se soma à crescente precarização do trabalho, que atinge majoritariamente as mulheres, e à persistência de valores sociais que as mantêm nesse lugar de responsabilidade quase exclusiva pela reprodução da vida cotidiana.

Como ressalta Silvia Federici (2017), o trabalho reprodutivo — ou seja, aquele que garante a manutenção da vida e do bem-estar diário — constitui um pilar

<sup>1</sup>Maria Laís Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)

fundamental do sistema capitalista, embora continue sendo invisível e desvalorizado. Essa negligência estrutural contribui para o adoecimento emocional e para o esgotamento das mulheres, que seguem acumulando funções sem o devido reconhecimento social, econômico ou político.

O discurso neoliberal, ao propagar a ideia de que a mulher é capaz de “dar conta de tudo”, contribui para a individualização de um problema estrutural, deslocando a responsabilidade do esgotamento para a esfera pessoal. Essa narrativa cria uma expectativa inalcançável de desempenho, fazendo com que a mulher se sinta culpada por não conseguir atender a todas as demandas impostas. Como consequência, aumentam-se os riscos de desenvolvimento de burnout, ansiedade, depressão e outros tipos de sofrimento psíquico. Soma-se a isso a invisibilidade do trabalho doméstico, que afeta diretamente a forma como são vistas e valorizadas as habilidades e competências necessárias para sua realização. Segundo Borralho (2025), frequentemente, essas atividades são consideradas menos importantes do que aquelas desempenhadas em contextos de trabalho remunerado, o que evidencia uma desvalorização histórica e cultural do trabalho realizado majoritariamente por mulheres. Essa falta de reconhecimento é reflexo direto das desigualdades de gênero, sustentadas por uma crença ainda presente de que cabe à mulher a responsabilidade pelo cuidado da casa e da família, enquanto aos homens é reservado o papel de provedor no espaço público e produtivo.

Diante disso, é fundamental compreender o estresse feminino como um fenômeno sociopolítico, e não como uma questão meramente individual ou psicológica. A exaustão vivida por tantas mulheres não resulta de uma suposta falta de organização, resiliência ou competência pessoal, mas é fruto de um modelo de sociedade que centraliza nelas a responsabilidade pela sustentação da vida cotidiana, sem oferecer reconhecimento, suporte ou uma redistribuição justa dessas tarefas.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

<sup>1</sup>Maria Laís Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)

As transformações no modelo produtivo capitalista, da rigidez do fordismo à flexibilização do pós-fordismo, trouxeram implicações profundas para a organização das famílias e, sobretudo, para a posição ocupada pelas mulheres no mercado de trabalho e no espaço doméstico. Ao mesmo tempo em que ampliaram as possibilidades de inserção feminina no mundo laboral, essas mudanças não vieram acompanhadas de uma reconfiguração equitativa das responsabilidades no âmbito do cuidado e das tarefas domésticas. Como resultado, consolidou-se uma jornada múltipla de trabalho para as mulheres, marcada por sobrecarga, invisibilidade e sofrimento psíquico.

A persistência da divisão sexual do trabalho, aliada à lógica neoliberal de responsabilização individual, contribui para a naturalização da exaustão feminina como uma falha pessoal, e não como um sintoma de desigualdades estruturais. A crença de que as mulheres “dão conta de tudo” reforça expectativas inalcançáveis e silencia as demandas por reconhecimento, redistribuição e suporte institucional.

Assim, torna-se urgente repensar as formas de organização do trabalho e da vida cotidiana, considerando o cuidado como um valor social coletivo e não como uma atribuição naturalizada do feminino. Reconhecer o trabalho doméstico e afetivo como parte essencial da sustentação da vida é um passo fundamental para combater as desigualdades de gênero e promover uma sociedade mais justa, solidária e humanizada. A superação da lógica produtivista e individualizante depende, portanto, da construção de políticas públicas efetivas, da transformação cultural e do engajamento coletivo em prol da equidade.

## Referências

ANTUNES, Ricardo. *O privilégio da servidão: o novo proletariado de serviços na era digital*. São Paulo: Boitempo, 2018.

ARAÚJO, Luís, C. G. As mulheres no controle do mundo – elas têm influência em todas as esferas, da política à educação. Forbes Brasil, São Paulo, set. 2004.

<sup>1</sup>Maria Laís Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)

BORRALHO, Renata Sousa. “TEMOS QUE DAR CONTA DE TUDO, O TRABALHO NUNCA ACABA E NÃO TRAZ PRESTÍGIO ALGUM”: significado do trabalho doméstico para mulheres donas de casa em Imperatriz/MA. 2025. Dissertação (Mestrado em Sociologia) – Programa de Pós-Graduação em Sociologia, Universidade Federal do Maranhão, Centro de Ciências de Imperatriz – CCIM, Imperatriz, 2025.

BOURDIEU, Pierre. *A dominação masculina*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1999.

BRIZOLA, Jairo; FANTIN, Nádia. Revisão da literatura e revisão sistemática da literatura. *Revista de Educação do Vale do Arinos-RELVA*, v. 3, n. 2, 2016. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/relva/article/view/1738>. Acesso em: 11 abr. 2025.

CARDOSO, Luís Antônio. A categoria trabalho no capitalismo contemporâneo. *Tempo Social*, São Paulo, v. 21, n. 1, p. 101–122, jun. 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ts/a/D3YFpmVxjd8TyPbHy6Rt5XG/>. Acesso em: 12 abr. 2025.

CHODOROW, N. *The Reproduction of Mothering: Psychoanalysis and the Sociology of Gender*. Berkeley: University of California Press, 1990.

DUBET, François. *As transformações da escola: a nova condição dos jovens*. Petrópolis: Vozes, 1996.

FISHER, Mark. Realismo capitalista: é mais fácil imaginar o fim do mundo do que o fim do capitalismo? Tradução de Jorge Adeodato e Maikel da Silveira Rodrigo Gonsalves. São Paulo: Autonomia Literária, 2020. Amazon Brasil.

FRASER, Nancy. *Fortunas do feminismo: do capitalismo gerencial à crise neoliberal*. São Paulo: Boitempo, 2019.

FEDERICI, Silvia. *O ponto zero da revolução: trabalho doméstico, reprodução e lutas feministas*. São Paulo: Elefante, 2017.

<sup>1</sup>Maria Laís Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)

FORD, Henry; CROWTHER, Samuel. *My Life and Work*. Garden City, New York: Doubleday, Page & Company, 1922.

HARVEY, David. *A condição pós-moderna*. São Paulo: Loyola, 1992.

HIRATA, Helena. *Nova divisão sexual do trabalho? Um olhar voltado para a empresa e a sociedade*. São Paulo: Boitempo, 2001.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. *Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios: PNAD*. Rio de Janeiro: IBGE, 2005. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br>. Acesso em: 14 abr. 2025.

ILLOUZ, E. *O amor nos tempos do capitalismo*. Rio de Janeiro: Zahar, 2011.

O JOGO da Imitação. Direção: Morten Tyldum. Produção: Nora Grossman, Ido Ostrowsky, Teddy Schwarzman. Roteiro: Graham Moore. Elenco: Benedict Cumberbatch, Keira Knightley, Matthew Goode, Mark Strong. Reino Unido; Estados Unidos: Black Bear Pictures; The Weinstein Company, 2014. 1 DVD (113 min), son., color.

RIBEIRO, A. de F. Taylorismo, fordismo e toyotismo. *Lutas Sociais*, São Paulo, v. 19, n. 35, p. 65–79, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.23925/ls.v19i35.26678>. Acesso em: 8 abr. 2025.

SAFFIOTI, Heleieth I. B. *A mulher na sociedade de classes: mito e realidade*. Petrópolis: Vozes, 1976.

SIMÕES, Fatima Itsue Watanabe; HASHIMOTO, Francisco. Mulher, mercado de trabalho e as configurações familiares do século XX. *Revista Vozes dos Vales: Publicações Acadêmicas*, Diamantina: UFVJM, n. 02, ano I, out. 2012. Disponível em: <http://www.ufvjm.edu.br/vozes>. Acesso em: 14/04/2025

KERGOAT, D. *Divisão sexual do trabalho e relações sociais de sexo*. In: HIRATA, H. et al. *Dicionário crítico do feminismo*. São Paulo: UNESP, 2009.

<sup>1</sup>Maria Laís Cavalcante de Oliveira - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [lais.oliveira@alu.fpo.edu.br](mailto:lais.oliveira@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Fernanda Andrade Macedo - Graduanda em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste. e-mail: [fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br](mailto:fernanda.andrade@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup>Marta Taina de Souza - Graduada em Psicologia na Faculdade Princesa do Oeste, Especialista em Teorias e Técnicas Psicanalistas. e-mail: [marta.taina@fpo.edu.br](mailto:marta.taina@fpo.edu.br)