XIII ENCONTRO INTERNACIONAL DO CONPEDI URUGUAI – MONTEVIDÉU

DIREITO DO TRABALHO E EFICÁCIA DOS DIREITOS FUNDAMENTAIS NO MEIO AMBIENTE DO TRABALHO II

JOSÉ ALBERTO ANTUNES DE MIRANDA

VALTER MOURA DO CARMO

EDUARDO GOLDSTEIN LAMSCHTEIN

Copyright © 2024 Conselho Nacional de Pesquisa e Pós-Graduação em Direito

Todos os direitos reservados e protegidos. Nenhuma parte destes anais poderá ser reproduzida ou transmitida sejam quais forem os meios empregados sem prévia autorização dos editores.

Diretoria – CONPEDI
Presidente - Profa. Dra. Samyra Haydêe Dal Farra Naspolini - FMU – São Paulo
Diretor Executivo - Prof. Dr. Orides Mezzaroba - UFSC – Santa Catarina
Vice-presidente Norte - Prof. Dr. Jean Carlos Dias - Cesupa – Pará
Vice-presidente Centro-Oeste - Prof. Dr. José Querino Tavares Neto - UFG – Goiás
Vice-presidente Sul - Prof. Dr. Leonel Severo Rocha - Unisinos – Rio Grande do Sul
Vice-presidente Sudeste - Profa. Dra. Rosângela Lunardelli Cavallazzi - UFRJ/PUCRio – Rio de Janeiro
Vice-presidente Nordeste - Prof. Dr. Raymundo Juliano Feitosa - UNICAP - Pernambuco

Representante Discente: Prof. Dr. Abner da Silva Jaques - UPM/UNIGRAN - Mato Grosso do Sul

Conselho Fiscal:
Prof. Dr. José Filomeno de Moraes Filho - UFMA - Maranhão
Prof. Dr. Caio Augusto Souza Lara - SKEMA/ESDHC/UFMG - Minas Gerais
Prof. Dr. Valter Moura do Carmo - UFERSA - Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Fernando Passos – UNIARA - São Paulo
Prof. Dr. Edinilson Donisete Machado - UNIVEM/UENP - São Paulo
Secretarias
Relações Institucionais:
Prof. Dra. Claudia Maria Barbosa - PUCPR - Paraná
Prof. Dr. Heron José de Santana Gordilho - UFBA - Bahia
Profa. Dra. Daniela Marques de Moraes - UNB - Distrito Federal
Comunicação:
Prof. Dr. Robison Tramontina - UNOESC - Santa Catarina
Prof. Dr. Liton Lanes Pilau Sobrinho - UPF/Univali - Rio Grande do Sul
Prof. Dr. Lucas Gonçalves da Silva - UFS - Sergipe
Relações Internacionais para o Continente Americano:
Prof. Dr. Jerônimo Siqueira Tybusch - UFSM - Rio Grande do Sul
Prof. Dr. Paulo Roberto Barbosa Ramos - UFMA - Maranhão
Prof. Dr. Felipe Chiarello de Souza Pinto - UPM – São Paulo
Relações Internacionais para os demais Continentes:
Profa. Dra. Gina Vidal Marcilio Pompeu - UNIFOR - Ceará
Profa. Dra. Sandra Regina Martini - UNIRITTER / UFRGS - Rio Grande do Sul
Profa. Dra. Maria Claudia da Silva Antunes de Souza - UNIVALI – Santa Catarina
Eventos:
Prof. Dr. Yuri Nathan da Costa Lannes - FDF - São Paulo
Profa. Dra. Norma Sueli Padilha - UFSC - Santa Catarina
Prof. Dr. Juraci Mourão Lopes Filho - UNICHRISTUS - Ceará

Membro Nato – Presidência anterior Prof. Dr. Raymundo Juliano Feitosa – UNICAP – Pernambuco

D597

DIREITO DO TRABALHO E EFICÁCIA DOS DIREITOS FUNDAMENTAIS NO MEIO AMBIENTE DO TRABALHO II

[Recurso eletrônico on-line] organização CONPEDI

Coordenadores: José Alberto Antunes de Miranda, Valter Moura do Carmo, Eduardo Goldstein Lamschtein – Florianópolis: CONPEDI, 2024.

Inclui bibliografia
ISBN: 978-85-5505-963-6
Modo de acesso: www.conpedi.org.br em publicações
Tema: ESTADO DE DERECHO, INVESTIGACIÓN JURÍDICA E INNOVACIÓN

1. Direito – Estudo e ensino (Pós-graduação) – 2. Direito do trabalho. 3. Meio ambiente do trabalho. XIII ENCONTRO INTERNACIONAL DO CONPEDI URUGUAI – MONTEVIDÉU (2: 2024 : Florianópolis, Brasil).

CDU: 34



Conselho Nacional de Pesquisa
e Pós-Graduação em Direito Florianópolis
Santa Catarina – Brasil
www.conpedi.org.br

XIII ENCONTRO INTERNACIONAL DO CONPEDI URUGUAI – MONTEVIDÉU

DIREITO DO TRABALHO E EFICÁCIA DOS DIREITOS FUNDAMENTAIS NO MEIO AMBIENTE DO TRABALHO II

Apresentação

O XIII Encontro Internacional do CONPEDI, realizado nos dias 18, 19 e 20 de setembro de 2024, abordou o tema principal "ESTADO DE DERECHO, INVESTIGACIÓN JURÍDICA E INNOVACIÓN". Os anfitriões deste encontro foram a Universidad de La República Uruguay, por meio de sua prestigiada Facultad de Derecho, e a Universidade Federal de Goiás, através de seu Programa de Pós-graduação em Direito e Políticas Públicas. Essa colaboração reflete o compromisso com a excelência acadêmica e a relevância das temáticas abordadas.

Este evento é uma iniciativa do Conselho Nacional de Pesquisa e Pós-Graduação em Direito (CONPEDI) e visa fortalecer a integração da pesquisa jurídica nacional com os países da América Latina. No âmbito do evento, coordenamos o Grupo de Trabalho "DIREITO DO TRABALHO E EFICÁCIA DOS DIREITOS FUNDAMENTAIS NO MEIO AMBIENTE DO TRABALHO II", onde foram apresentados 12 artigos de grande relevância. Foram eles:

1. A CONSTITUIÇÃO TRANSFORMADORA DE 1988 E A JURISPRUDÊNCIA DO SUPREMO TRIBUNAL FEDERAL EM MATÉRIA TRABALHISTA: UMA ANÁLISE A PARTIR DO TEMA 1046 DE REPERCUSSÃO GERAL

Autores: Nathália Eugênia Nascimento e Silva, Victor Hugo de Almeida

O artigo analisa a postura do STF em relação à promoção da justiça social na área trabalhista, destacando a flexibilização de direitos trabalhistas pela negociação coletiva, especialmente após a Reforma Trabalhista de 2017. Conclui que o STF adota uma postura regressiva, enfraquecendo a Justiça do Trabalho.

2. A IMPORTÂNCIA DA NOVA COMISSÃO INTERNA DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES E DE ASSÉDIO NO COMBATE AO ASSÉDIO SEXUAL NO AMBIENTE DO TRABALHO

Autores: Ana Clara Tristão, Luiza Macedo Pedroso e Victor Hugo de Almeida

Este trabalho aborda a inclusão da prevenção ao assédio sexual como função da CIPA, reforçando o papel da nova nomenclatura e de sua atuação proativa na defesa dos trabalhadores.

3. LICITAÇÕES SUSTENTÁVEIS NO PODER JUDICIÁRIO BRASILEIRO: PERSPECTIVAS A PARTIR DAS RESOLUÇÕES 347/2020 E 400/2021

Autores: Leila Maria De Souza Jardim, Naura Stella Bezerra de Souza Cavalcante

O artigo discute a implementação de práticas de licitações sustentáveis no Poder Judiciário, com base nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU, promovendo economia de recursos e responsabilidade socioambiental.

4. A FRAUDE À LEI DECORRENTE DA ALTERAÇÃO DO ELEMENTO DE CONEXÃO DAS RELAÇÕES DE TRABALHO DE BRASILEIROS CONTRATADOS NO PAÍS PARA TRABALHAR EM NAVIOS DE CRUZEIRO

Autores: Gil César Costa de Paula e Jorge Luis Machado

A pesquisa tem o escopo de proporcionar uma reflexão acerca da aplicação da Convenção de Direito Internacional Privado de Havana, ratificada no Brasil, que prevê a incidência da Lei do Pavilhão aos trabalhadores contratados para desenvolver atividades a bordo de navios estrangeiros, nos casos em que a empresa armadora adota as famigeradas bandeiras de conveniência, ou de aluguel, com o intuito de submeter-se a regras jurídicas mais frágeis e a controles governamentais mais brandos.

5. A SÍNDROME DE BURNOUT EM MULHERES E A SUA ECLOSÃO NO AMBITO DO TRABALHO DOMÉSTICO NÃO REMUNERADO: UMA ANÁLISE SOB A ÓTICA DA IGUALDADE DE GÊNERO

Autores: Josiane Petry Faria, Carina Ruas Balestreri e Giovana da Silva Petry

O texto busca compreender a invisibilidade desse trabalho e o impacto da Síndrome de Burnout em mulheres, como afeta o seu bem-estar emocional e físico, alinhado com os desafios enfrentados para alcançar a igualdade de gênero. O artigo analisa então os impactos da Síndrome de Burnout no trabalho doméstico feminino não remunerado, propondo políticas de redistribuição de tarefas e apoio social para mitigar o problema.

6. A INCLUSÃO DO TRABALHADOR COM DEFICIÊNCIA NO PODER JUDICIÁRIO BRASILEIRO

Autores: Sandro Nahmias Melo, Marklea da Cunha Ferst e Sâmara Christina Souza Nogueira

A pesquisa aborda as barreiras enfrentadas por trabalhadores com deficiência no Judiciário brasileiro, destacando a falta de acessibilidade e a ineficácia das reservas legais de vagas. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica e a análise quantitativa dos dados contidos no relatório Diagnóstico das Pessoas com Deficiência no Poder Judiciário publicado pelo CNJ em 2022

7. A SUBJETIVIDADE OPERÁRIA: O DIREITO ACHADO NA RUA E A CONSTRUÇÃO DA IDENTIFICAÇÃO COLETIVA DOS TRABALHADORES

Autora: Juliana Pieruccetti Senges Waksman

O artigo explora a teoria do Direito Achado na Rua, associando-a à formação da identidade dos trabalhadores e à luta sindical no Brasil, destacando seu potencial transformador. A pesquisa foi feita com base em revisão bibliográfica apresentando a teoria do Direito Achado na Rua e a evolução histórica do direito dos trabalhadores, cidadania e identidade de classe.

8. AUTOMAÇÃO E MEIO AMBIENTE DO TRABALHO

Autores: Adriano Fernandes Ferreira, Bianka Caelli Barreto Rodrigues e Christina Almeida de Araújo Beleza

Este trabalho discute os impactos da automação no ambiente de trabalho, abordando tanto os benefícios econômicos quanto os riscos à saúde e à substituição de postos de trabalho. Na utilização dessa tecnologia podemos identificar aspectos positivos e negativos do uso da automação, por um lado com a aplicação de técnicas computadorizadas ou mecânicas fazendo com que a haja um número maior e mais rápido na produção e o aumento da economia das empresas, influenciando significativamente na arrecadação e geração de lucros.

9. AFINAL, OS ALGORITMOS REALMENTE IRÃO DOMINAR O MUNDO DO TRABALHO?

Autores: Iris Soier do Nascimento de Andrade, Breno Henrique Nascimento de Andrade e Regiane Pereira Silva da Cunha

O estudo investiga o impacto dos algoritmos no mundo do trabalho, analisando se esses sistemas serão capazes de substituir a força de trabalho humana no futuro. A metodologia utilizada é o método de abordagem indutivo e a pesquisa dogmático-jurídica de natureza bibliográfica.

10. AUTODISPONIBILIDADE DO TRABALHADOR E DIREITO À DESCONEXÃO: UMA ANÁLISE DOS IMPACTOS DO TELETRABALHO NA SAÚDE E DIGNIDADE HUMANA

Autores: Maria Augusta Leite de Oliveira e Souza, Maria Clara Leite de Oliveira e Souza

O artigo aborda o impacto do teletrabalho na saúde mental dos trabalhadores, discutindo o direito à desconexão e os efeitos do excesso de trabalho no ambiente digital. A ideia do teletrabalho não é novidade, mas o instituto passou por severas modificações juntamente com as novas possibilidades de desempenho da atividade laborativa, especialmente com o advento das Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs).

11. AS NUANCES DO TRABALHO DECENTE/DIGNO NO DESENVOLVIMENTO E TURISMO SUSTENTÁVEIS

Autores: Paulo Campanha Santana, Marcia Dieguez Leuzinger e Lorene Raquel de Souza

A pesquisa avalia como o turismo sustentável pode promover o trabalho decente, analisando casos de ecoturismo no Brasil e suas implicações para o desenvolvimento local. Ao final conclui que o turismo sustentável é um meio efetivo para possibilitar o trabalho digno para população local, oportunizando a divulgação de seu artesanato, comida típica e suas tradições.

12. O ATIVISMO JUDICIAL BRASILEIRO E AS NOVAS FORMAS DE Ao TRABALHO – CASO UBER

Autores: Sandro Nahmias Melo, Sâmara Christina Souza Nogueira e Sarah Clarimar Ribeiro de Miranda

Este trabalho discute o ativismo judicial no contexto da "uberização" do trabalho, destacando a necessidade de uma resposta do Judiciário para garantir um ambiente de trabalho digno. Conclui que, a despeito do crescimento dessa nova forma de trabalho não ter deixado muito espaço para previsões sobre o impacto que poderia ter na sociedade e no emprego, há a necessidade da atuação ativa do Poder Judiciário.

Nos tempos atuais, discutir a eficácia dos direitos fundamentais no meio ambiente de trabalho busca assegurar que esses direitos sejam efetivamente alcançados. O direito atua tanto como instrumento de controle quanto de transformação social, refletindo a complexa tarefa de harmonizar as relações sociais, frequentemente marcadas por conflitos de interesses.

Os artigos aqui apresentados ressaltam a importância dessas discussões em um momento de profunda transformação do Direito do Trabalho e dos Direitos Fundamentais na sociedade. Questões como automação, prevenção de acidentes por assédio, inclusão de trabalhadores com deficiência, o impacto dos algoritmos no mundo do trabalho e as nuances do trabalho decente são apenas alguns dos temas que nos levam a refletir sobre as mudanças significativas no ambiente laboral e suas implicações jurídicas.

Boa leitura!

Prof. Dr. Eduardo Goldstein Lamschtein - Universidad de la República

Prof. Dr. José Alberto Antunes de Miranda - Universidade La Salle

Prof. Dr. Valter Moura do Carmo - Universidade Federal Rural do Semi-Árido

A SÍNDROME DE BURNOUT EM MULHERES E A SUA ECLOSÃO NO AMBITO DO TRABALHO DOMÉSTICO NÃO REMUNERADO: UMA ANÁLISE SOB ÓTICA DA IGUALDADE DE GÊNERO

BURNOUT SYNDROME IN WOMEN AND ITS ESCLOSION IN UNPAID DOMESTIC WORK: AN ANALYSIS FROM THE PERSPECTIVE OF GENDER EQUALITY

Josiane Petry Faria [1]
Carina Ruas Balestreri [2]
Giovana da Silva Petry [3]

Resumo

A incidência da Síndrome de Burnout e o trabalho doméstico feminino, especialmente o não remunerado, intensificando as discussões que envolvem as questões de gênero com a surgimento expressivo dessa patologia. Compreender a invisibilidade desse trabalho e o impacto da Síndrome de Burnout em mulheres, como afeta o seu bem-estar emocional e físico, alinhado com os desafios enfrentados para alcançar a igualdade de gênero. Discute-se estratégias para mitigar os efeitos adversos da Síndrome de Burnout nas mulheres que desempenham papéis duplos como trabalhadoras domésticas e profissionais, incluindo a redistribuição das tarefas domésticas, com amparo da rede de apoio social e a promoção de políticas familiares e de mitigação a desigualdade. Assim, pelo método dedutivo, se observa como o trabalho de cuidado está intrinsicamente ligado a figura feminina, sendo que a carga desigual de labor doméstico age impactando a saúde mental das mulheres, que necessita, então, de ações promocionais e afirmativas para uma sociedade igualitária e saudável

Palavras-chave: Igualdade de gênero, Trabalho não remunerado, Trabalho doméstico, Dupla jornada, Síndrome de burnout

Abstract/Resumen/Résumé

The incidence of Burnout Syndrome and female domestic work, especially unpaid work, intensifying discussions involving gender issues with the significant emergence of this pathology. Understand the invisibility of this work and the impact of Burnout Syndrome on women, how it affects their emotional and physical well-being, aligned with the challenges

[1] Doutora em Direito, com Pós-doutorado em direito pela FURG. Professora do PPGDireito, Professora e Coordenadora do Projeto de Extensão Projur Mulher e Diversidade da Universidade de Passo Fundo; Advogada, jfaria@upf.br

[2] Mestranda em Direito pelo Programa de Pós-Graduação em Direito da Universidade de Passo Fundo. Pós-graduada em Direito do Trabalho e Seguridade Social. Advogada, crbalestreri@gmail.com

[3] Graduanda no Curso de Ciências Jurídicas e Sociais da Universidade de Passo Fundo – UPF. Email: giovanapetry17@gmail.com

faced to achieve gender equality. Strategies to mitigate the adverse effects of Burnout Syndrome on women who play dual roles as domestic workers and professionals are discussed, including the redistribution of domestic tasks, with the support of the social support network and the promotion of family policies and the mitigation of inequality . Thus, using the deductive method, it is observed how care work is intrinsically linked to the female figure, with the unequal burden of domestic work impacting women's mental health, which then requires promotional and affirmative actions for an egalitarian society It's healthy.

Keywords/Palabras-claves/Mots-clés: Gender equality, Unpaid work, Housework, Double journey, Burnout syndrome

1 INTRODUÇÃO

A conquista das mulheres ao longo das décadas, tem sido inegável e inspiradora, resultando em avanços recentes nos campos da educação, da carreira e da participação ativa na vida pública. No entanto, uma batalha persistente e que ainda assombra inúmeras mulheres em todo o mundo, o trabalho doméstico não remunerado. A invisibilidade desse trabalho continua sendo uma parte devastadora da vida de milhões de mulheres, que continua a ser realizado desproporcionalmente.

O que torna essa questão mais complexa é a crescente incidência da Síndrome de Burnout, afetando mulheres que enfrentam uma carga esmagadora de responsabilidades domésticas e profissionais. A Síndrome de Burnout é um estado de exaustão física e mental, relacionado ao ambiente de trabalho. O artigo realiza uma análise evidenciando-se que a incidência do Burnout é uma preocupação significativa em mulheres que desempenham um papel duplo como profissionais ativas e cuidadoras domésticas.

Ao se tratar do tema é importante pontuar de que forma as políticas públicas e a conscientização podem ajudar a aliviar a carga desigual que contribui para o trabalho doméstico não remunerado e suas implicações diante da Síndrome de Burnout. O reconhecimento jurídico do trabalho da mulher, com enfoque no trabalho doméstico, especialmente o não remunerado e a responsabilidade incessante da mulher, como protagonista do trabalho dentro e fora de casa.

Desse modo, se dará, mediante implementação do método dedutivo, o enfoque da Síndrome de Burnout, suas características, classificação, sintomas, e a relação da patologia e a sua incidência em mulheres, especialmente sob a perspectiva da igualdade de gênero[1], pontuando-se a solução para a sobrecarga do trabalho doméstico desempenhado pelas mulheres e a construção de estratégias e soluções para a igualdade e de prevenção da Síndrome de Burnout.

[1] A igualdade de género significa a igual visibilidade, empoderamento, responsabilidade e participação, quer das mulheres, quer dos homens em todas as esferas da vida pública e da vida privada (Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Gênero, 2023).

2 O TRABALHO DOMÉSTICO NÃO REMUNERADO E A IMPOSIÇÃO DE RESPONSABILIDADE INCESSANTE PARA AS MULHERES

A mulher e o trabalho partem de uma relação que evoluiu significativamente ao longo do tempo, refletindo mudanças sociais, econômicas e culturais. No curso da história, as mulheres foram frequentemente relegadas a papéis associados ao lar e à família, com oportunidades limitadas no mundo profissional e submissas ao papel masculino. Conforme cita Heleieth Saffioti (2013, p. 63):

> Sob a capa de uma proteção que o homem deveria oferecer à mulher em virtude da fragilidade desta, aquele obtinha dela, ao mesmo tempo, a colaboração no trabalho e o comportamento submisso que as sociedades de família patriarcal sempre entenderam ser dever da mulher desenvolver em relação ao chefe de família.

As primeiras legislações referentes ao trabalho feminino, encobriam na verdade, a conservação de hierarquia de homens sobre mulheres. Sob esses fundamentos pairavam as normas restritivas do trabalho noturno da mulher. O artigo 379 da CLT (Consolidação das Leis Trabalhistas), revogado pela Lei n. 7855/89, impunha a regra geral de vedação do trabalho noturno da mulher (mas elencava várias exceções). O artigo 380 da CLT condicionava a autorização para o trabalho da mulher. Por fim, também encontravam justificação moral as normas restritivas à realização de horas extras pelas mulheres. O artigo 376 da CLT vedava o trabalho extraordinário, admitindo-o apenas em casos de força maior. Não foram poucos os estudiosos do direito do trabalho que, antes de 1988, aplaudiam o teor da norma, tratando sempre de lembrar que a restrição às horas extras possibilitaria à mulher trabalhar fora de casa sem descurar de suas obrigações domésticas de “rainha do lar operário” (Lopes, 2006, p. 418).

Segundo Bassanezi (1997), no contexto brasileiro, com a transição do modelo de trabalho de colonato para o sistema de trabalho assalariado, as mulheres passaram a trabalhar em dupla jornada: casa e trabalho, compostas por uma jornada de muitas horas intensas de trabalho. Ressaltando-se que a mulher que trabalhava fora era considerada imoral e prejudicial à dignidade da família. Margareth Rago (2004, p. 493-494) sustenta que:

> […] com a crescente incorporação das mulheres ao mercado de trabalho e à esfera pública em geral, o trabalho feminino fora do lar passou a ser amplamente discutido, ao lado de temas relacionados à sexualidade: adultério, virgindade, casamento e prostituição. Enquanto o mundo do trabalho era representado pela metáfora do cabaré, o lar era valorizado como o ninho sagrado que abrigava a "rainha do lar" e o "reizinho da família". […]. As trabalhadoras pobres eram consideradas profundamente ignorantes, irresponsáveis e incapazes, tidas como mais irracionais que as mulheres das camadas médias e altas, as quais, por sua vez, eram consideradas menos racionais que os homens. No imaginário das elites, o trabalho braçal, antes realizado em sua maior parte pelos escravos, era associado à incapacidade pessoal para desenvolver qualquer habilidade intelectual ou artística e à degeneração moral. Desde a famosa "costureirinha", a operária, a lavadeira, a doceira, a empregada doméstica, até a florista e a artista, as várias profissões femininas eram estigmatizadas e associadas a imagens de perdição moral, de degradação e de prostituição.

A busca pela liberdade no mundo profissional e pelas melhores oportunidades não foi uma jornada fácil. As mulheres, ao considerarem a desigualdade de direitos em comparação aos homens e a necessidade de transformar seu papel na sociedade, travaram árduas batalhas. Riva Roitman (2005, p. 171-172), resumidamente, aborda:

> As mulheres do século XX tiveram coragem de reivindicar e de assumir reais posiçõesem quase todos os campos, enfrentando uma série de preconceitos a fim de poderem participar plenamente como cidadãs. Os ganhos são notáveis em relação ao reconhecimento formal de direitos, mas que deixam ainda a desejar quanto ao grau departicipação da mulher na educação, no trabalho, nos esportes, na mídia, no comércio, na medicina e na tecnologia, para citar algumas áreas. Um marco na trajetória das conquistas das mulheres é a Declaração sobre a Eliminação da Discriminação da Mulher (ONU, 1967) consolidando em um único documento todas as questões sobre Direitos Humanos relacionadas à mulher, discutidas na ONU desde 1945, ano em que foi firmado o primeiro Acordo Internacional proclamando a igualdade dos Direitos daMulher.

Após a promulgação da Constituição de 1988, iniciou-se um processo de adaptação das regras jurídicas aos novos princípios referente as mulheres: proibição de discriminação em relação a sexo (artigo 3º, IV; artigo 5º, I) e abolição da chefia da sociedade conjugal (artigo 226, § 5º: Os direitos e deveres referentes à sociedade conjugal são exercidos igualmente pelo homem e pela mulher). O direito do trabalho, em relação à mulher, deixou de ser restritivo e passou a ser promocional. Com efeito, "o direito promocional do trabalho da mulher surgiu quando as premissas que inspiraram a legislação anterior proibitiva foram afastadas e a mulher deixou de ser considerada um ser inferior que necessita da proteção do Estado" (Nascimento, 1997).

Um marco importante, foi a Declaração Universal dos Direitos Humanos, em 1948, que distribuiu o princípio da igualdade de gênero como um direito fundamental.

Diversas legislações e tratados internacionais surgiram para combater a discriminação de gênero no local de trabalho. Exemplos notáveis incluem a Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação Contra as Mulheres (CEDAW), e a Convenção da Organização Internacional do Trabalho (OIT) sobre Trabalho Decente para Trabalhadores e Trabalhadoras Domésticas, em 2011, instrumentos legais estes que contribuíram para a promoção da igualdade de gênero e do reconhecimento dos direitos das mulheres em vários contextos laborais.

Além disso, segundo dados da Justiça do trabalho (2017), no Brasil, as mulheres são maioria da população, ocupam cada vez mais espaço no mercado de trabalho e, atualmente, são responsáveis pelo sustento de 37,3% das famílias brasileiras.

Em que pese o trabalho doméstico ser alicerce que sustenta a vida familiar e permite que outras atividades se desdobrem, como carreiras profissionais, educação e engajamento comunitário, historicamente não recebeu o reconhecimento e a devida valorização. Do período do descobrimento até a abolição da escravatura (1888) e desta até 1972, quando foi editada a Lei n. 5.859, não havia nenhuma legislação específica para o trabalhador doméstico (Leite, 2015, p. 19).

Contudo, a Constituição da República Federativa do Brasil de 1988, trouxe disposição expressa sobre o trabalhador doméstico, em seu artigo 7° parágrafo único, estendeu-lhe nove direitos do extenso rol dos direitos fundamentais trabalhistas concedidos aos empregados urbanos e rurais.

Pontua-se, que o trabalho doméstico é desempenhando predominantemente por mulheres, sendo identificado três performances de mulheres relacionadas a esse trabalho. A trabalhadora doméstica propriamente dita, que tem seus direitos assegurados conforme previsto em Lei. A mulher que trabalha exclusivamente em casa, sem remuneração, realizando todas as tarefas domésticas de cuidado com o lar, filhos e família e ainda, a terceira figura de mulher que é a que tem seu trabalho laboral fora de casa e necessita contratar uma empregada doméstica pra lhe “substituir” ou ainda se vê obrigada a realizar a dita dupla jornada de trabalho, tendo suas responsabilidades fora de casa e ainda a sobrecarga de dentro de casa.

O ordenamento patriarcal da sociedade e que moldou a identidade das mulheres ao espaço doméstico, não apenas limita as oportunidades destas no mercado de trabalho, mas marca suas carreiras por avanços e retrocessos, períodos de crescimento e de declínio (Fraga,

2020). O trabalho doméstico transcende a mera limpeza do lar, ele inclui a provisão para aqueles que exercem funções remuneradas, abrangendo aspectos físicos, emocionais e sexuais, a fim de capacidade para as exigências diárias do trabalho. Além disso, implica zelar pelas crianças, que representam uma futura força de trabalho, garantindo que se alinhem às expectativas do sistema capitalista. Isso evidencia o trabalho invisível de inúmeras mulheres, nos bastidores de cada fábrica, escola, escritório ou mina (Federici, 2021, p.28).

Ao longo da história, o trabalho doméstico tem sido tradicionalmente atribuído às mulheres, principalmente devido a papéis de gênero e expectativas sociais protegidas. “O caráter submisso que há milênios que as sociedades vinham moldando nas mulheres facilitava enormemente a elevação do montante de seu trabalho excedente” (Saffioti, 2013, p. 72).

A ideia de que as mulheres são naturalmente mais adequadas para o trabalho doméstico foi amplamente aceita e perpetuada ao longo dos séculos. A falta de mães e o status informal dessas atividades sentem-se para a desvalorização das mulheres no mercado de trabalho e para sua dependência econômica.

No contexto do trabalho doméstico, o patriarcado desempenhou um papel fundamental na atribuição e perpetuação das tarefas domésticas às mulheres. As mulheres foram socializadas para assumir a responsabilidade pela manutenção do lar e do cuidado da família, enquanto os homens encorajados a se engajar em atividades remuneradas fora de casa. Esse modelo de divisão sexual do trabalho estabeleceu uma hierarquia de gênero, em que o trabalho doméstico feminino era visto como natural e inerente às mulheres, enquanto o trabalho fora de casa era considerado um domínio masculino. “A sociedade, enquanto sociedade capitalista, não de forma uniforme e institucionalizado, mas periodicamente, certos trabalhos femininos e, constantemente, certos outros, embora de reduzido prestígio” (Saffioti, 2013, p. 70).

Por ser atribuído naturalmente às mulheres, o trabalho doméstico não foi reconhecido como digno de remuneração ou status social, sendo invisível e perpetuando a desigualdade de gênero, limitando oportunidades em outras esferas da vida. A subjetividade construída a partir de sujeitas inferiores, representa opressões distintas e determinantes para definir a continuidade nessa posição.

> Em suma, percebe-se que no Brasil a categoria das trabalhadoras domésticas representa o ponto de confluência de vários aspectos de vulnerabilidade social, econômica, de gênero e de raça, os quais são reflexos das concepções do período escravocrata, usadas como justificativa até o presente tempo para desvalorizar e manter o trabalho doméstico preso no tempo colonial. (Miraglia, 2020, p. 22).

Logo, conforme clássico fenômeno de divisão sexual do trabalho, a responsabilidade pela esfera reprodutiva fica atribuída às mulheres e aos homens pela esfera produtiva (Hirata; Kergoat, 2007). O trabalho doméstico feminino acentua a sobrecarga de responsabilidades que recai sobre as mulheres, enfrentando uma dupla jornada de trabalho, com exaustão física e emocional, impactando a saúde e o bem-estar das mulheres. Como refere se a autora Silvia Federici (2019, p. 45):

> É precisamente essa combinação particular de serviços físicos, emocionais e sexuais que está envolvida no papel que as mulheres devem desempenhar para que o capital possa criar a personagem específica da criada que é a dona de casa, tornando seu trabalho tão pesado e, ao mesmo tempo, tão invisível.

Ainda, ressalta-se que Lei Complementar n. 150 de 1° de junho de 2015 (lei contribuiu para a normatização de direitos aos trabalhadores domésticos como um todo), não contemplando integralmente o trabalho doméstico feminino, afinal uma mulher, mãe, não se atem a realizar tarefas domésticas somente oito horas diárias.

Segundo um estudo realizado pelo IBGE em 2019, o percentual de mulheres para a realização dos afazeres domésticos é de 92,1%, sendo que, em média as mulheres dedicam cerca de 10,4 horas por semana a mais que os homens aos afazeres domésticos ou ao cuidado com pessoas (atividades não remuneradas).

Ao longo do tempo, movimentos sociais e progressos legais têm buscado proteger os direitos das trabalhadoras domésticas, embora ainda haja desafios para serem superados em direção à igualdade de gênero no campo do trabalho doméstico, como a autora Silvia Federici (2019, p. 46), traz referência:

> Essa fraude que se esconde sob o nome de “amor” e “casamento” afeta a todas nós, até mesmo se não somos casadas, porque, uma vez que o trabalho doméstico é totalmente naturalizado e sexualizado, uma vez que se torna um atributo feminino, todas nós, como mulheres, somos caracterizadas por ele.

A desvalorização e invisibilidade, sobrecarga desproporcional de tarefas domésticas, além de suas responsabilidades profissionais e/ou acadêmicas, as mulheres assumem a maior parte das tarefas de cuidado e demandas familiares. Isso resulta em uma carga excessiva de trabalho e pode levar a estresse, exaustão e falta de tempo para cuidar de si mesmas.

2 A SÍNDROME DE BURNOUT NAS MÚLTIPLAS JORNADAS FEMININAS, SUA PREVENÇÃO E AS ESTRATÉGIAS PARA A IGUALDADE DE GÊNERO

A globalização e as mudanças tecnológicas têm transformado padrões de trabalho, o que contribui para o estresse das pessoas, vindo a sofrerem com ansiedade, depressão, crises de pânico e, por vezes, necessitam administrar medicamentos contínuos, para amenizar sintomas e levar uma vida com um pouco mais de qualidade.

Assim, doença que vem ganhando destaque nos últimos anos é a Síndrome de Burnout, a qual segundo o Ministério da Saúde (2021) "é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade".

Desde o dia 1º de janeiro de 2022, segundo o Ministério da Saúde (2021) a Síndrome de Burnout, foi incorporada à lista das doenças ocupacionais reconhecidas pela Organização Mundial da Saúde. As pessoas diagnosticadas passam a ter as mesmas garantias trabalhistas e previdenciárias previstas para as demais doenças do trabalho. A síndrome passou a ter o código QD85, dentro da Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11).

O Burnout tem sido considerado um problema de ordem social e de grande relevância, já que seus custos organizacionais vêm aumentando, com o decorrer dos crescentes casos de trabalhadores afetados.

> Alguns destes custos devem-se a rotatividade de pessoal, absenteísmo, problemas de produtividade e qualidade e também por associar-se a vários tipos de disfunções pessoais, como o surgimento de graves problemas psicológicos e físicos podendo levar o trabalhador a incapacidade total para o trabalho (Carlotto; Câmara, 2008, p. 154).

O termo Burnout significa queima ou combustão total. Faz parte do vocabulário coloquial em países de língua inglesa e costuma ser empregado para denotar um estado de esgotamento completo da energia individual associado a uma intensa frustração com o trabalho (Maslach; Schaufeli; Leiter, 2001). As principais causas da Síndrome de Burnout são o estresse crônico e a tensão emocional gerados no ambiente de trabalho por condições físicas, psicológicas e emocionais desgastantes. A Organização Mundial da Saúde (2019) assim refere:

> Burn-out está incluído na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11) como um fenômeno ocupacional [...] é caracterizada por três dimensões: sensação de esgotamento ou exaustão de energia; aumento da distância mental do trabalho ou sentimentos de negativismo ou cinismo relacionados ao trabalho; e eficácia profissional reduzida

A Síndrome pode atingir igualmente homens e mulheres, sem distinção, contudo, conforme evidenciaram Sharp e Whitaker-Worth (2020), ao analisar os dados de Burnout entre médicos dermatologistas que trabalham meio período. O grupo de mulheres dermatologistas é acometido pelo Burnout em 36%, enquanto os homens dermatologistas são acometidos em apenas 14%. Segundo as autoras, as mulheres dermatologistas sofrem uma sobrecarga, um acúmulo de trabalho da vida pessoal com a profissional, ou seja, para as mulheres, soma-se o cuidado com os filhos, a gestão da casa e outras atividades pessoais às obrigações e responsabilidades profissionais. A sobrecarga de responsabilidades contribui para uma estatística mais elevada de resultados da Síndrome de Burnout, quando comparado com o grupo de homens dermatologistas. A dupla jornada se mostra, neste estudo, como um ponto significativo que contribui para a exaustão característica da Síndrome de Burnout.

Além disso, outro estudo feito com intuito de compreender o impacto do sexo e da idade dos profissionais em relação à Síndrome de Burnout mostrou os seguintes resultados: mulheres entre 20 a 35 anos mostraram-se mais propensas a terem Burnout (Marchand et al., 2018). Já um estudo transversal feito no Brasil para compreensão da associação entre fatores sociodemográficos e síndrome de burnout foi feita com 434 estudantes de administração. Os resultados obtidos mostram que a variável sexo relacionou-se diretamente com a exaustão. Mulheres apresentaram maior propensão para desenvolver Síndrome de Burnout do que os homens. Ter filhos mostrou-se relacionado a baixa eficácia

profissional. E indivíduos que possuíam filhos tiveram maior propensão a ter Síndrome de Burnout (Lima et al., 2020).

Como apontam Carvalho e Almeida (2003), a família é mediadora entre o indivíduo e a sociedade, atuando como espaço de produção e transmissão de pautas e práticas culturais, sendo a responsável pela organização cotidiana de seus integrantes e pela produção e distribuição de recursos para a satisfação das necessidades básicas de seus componentes. Garcia (2005) afirma que as mães que possuem um trabalho remunerado não demonstram grande adesão às atividades de lazer, sua rotina de trabalho é acrescida pelas tarefas domésticas e pela atenção dedicada aos filhos, atrelado a isso estão o cansaço físico e mental.

Como elemento histórico central no funcionamento da família, as mulheres ao ingressar no mercado de trabalho remunerado, assumem mais um papel, muitas vezes, em dupla ou tripla jornada de trabalho, para atender diferentes demandas, escolhas e necessidade pessoais e do grupo familiar. A busca desse incessante equilíbrio pode torna-las pessoas particularmente vulneráveis a desenvolver a Síndrome de Burnout. Pois, as mulheres muitas vezes enfrentam pressões sociais e expectativas irrealistas de equilibrar tudo com perfeição, o que pode aumentar o estresse e a ansiedade em uma realidade complexa e muitas vezes invisível. Reconhecer essa realidade e buscar maneiras de enfrentá-la é fundamental para o bem-estar das mulheres.

As relações de gênero gradualmente se estabeleceram assumindo uma forma de construções culturais que delinearam identidades masculinas e femininas. Englobaram dinâmicas de poder e influenciaram os comportamentos de homens e mulheres, muitas vezes moldando suas subjetividades sem necessariamente exigirem coerção física, mas permeando suas mentes "mesmo em meio à sua aparente liberdade e privacidade" (Eagleton, 2005, p. 76).

Nesse contexto, uma parcela significativa da humanidade acredita erroneamente que essas disparidades de gênero são normais ou até mesmo naturais de tal forma que geralmente:

> homens e mulheres são identificados por seu sexo; em particular, as mulheres são condenadas a ele, ancoradas em seus corpos de mulheres chegando até a ser prisioneiras deles. […] Esta naturalização das mulheres, presas a seus corpos, a sua função reprodutora materna e doméstica, e excluída da cidadania política em nome desta mesma identidade, traz uma base biológica ao discurso paralelo e simultâneo dautilidade social (Perrot, 2005, p. 470).

Ainda que a Comissão para Cidadania e a Igualdade de Gênero (2023), delineie que a equidade de gênero se refere à igualdade de oportunidades, direitos e responsabilidades entre homens e mulheres, ainda existem disparidades de gênero em diversas áreas da vida, como no trabalho, na educação e nos relacionamentos.

Essa desigualdade de gênero no trabalho doméstico apresenta uma série de desafios que precisam ser vistos para alcançar uma distribuição mais justa das tarefas, como traz a autora Andreia de Souza Gama (2014, p. 61):

> A desigualdade de gênero provavelmente terá uma expectativa de vida maior do que o patriarcado, em decorrência da profunda inserção em padrões de renda estruturados por gênero e pela manutenção das antigas assimetrias quanto às responsabilidades familiares.

Os estereótipos de gênero continuam a ser influenciados como expectativas sociais em relação às responsabilidades, tornando mais difícil a superação das desigualdades no trabalho doméstico. De acordo com Hirata e Kergoat (2007, p. 596), pensar e estudar a divisão sexual do trabalho é:

> I. Mostrar que as desigualdades entre homens e mulheres são sistemáticas e II. Articular essa descrição do real como uma reflexão sobre os processos pelos quais a sociedade utiliza essa diferenciação para hierarquizar as atividades e os sexos, em suma, para criar um sistema de gênero.

A Síndrome de Burnout e o trabalho doméstico feminino representam desafios significativos para a igualdade de gênero, já que a carga excessiva de trabalho, combinada com a pressão social e as expectativas tradicionais de gênero, pode levar à exaustão física e emocional, característica da Síndrome de Burnout. Pontua Gayle Rubin (2017, p.16):

> E precisamente esse elemento moral e histórico que determina que uma esposa estejaentre as necessidades de um trabalhador, que as mulheres, e não os homens façam o trabalho doméstico, e que o capitalismo seja herdeiro de uma longa tradição na qual as mulheres não herdam, na qual as mulheres não exercem o papel de liderança, na qual as mulheres não falam com Deus. Foi esse _elemento histórico e moral que instaurou no capitalismo um patrimônio cultural de formas de masculinidade efeminilidade.

Outro desafio é a falta de valorização e reconhecimento do trabalho doméstico, o que muitas vezes é considerado como uma extensão natural do papel feminino, contribuindo para a subvalorização do trabalho doméstico e dificultando a busca por igualdade, já que seria preciso valorizar e compartilhar igualmente essa carga de trabalho.

No Brasil, o serviço doméstico tem recortes de gênero, raça e classe social, segundo dados do 4º trimestre de 2022 da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (Pnad Contínua), do IBGE, revelam que o Brasil conta com 5,8 milhões de pessoas ocupadas no trabalho doméstico, equivalente a 5,9% da força de trabalho, das quais 91,4% são mulheres. Ademais, o trabalho dentro de casa possui raízes de que é um trabalho "de mulher", sendo invisibilizado, pelo simples fato de estar em casa, a visão é de que um mero capricho, ou ainda, a justificativa de que são atos de amor e cuidado atribuídos essencialmente ao gênero feminino. Conforme aduz Marcela Lagarde (2022), as mulheres da era moderna são sincréticas e híbridas cada uma antagoniza a concretização de projetos diferentes de ser mulher.

> Qualquer pesquisa que tenha como objeto a vida familiar cotidiana deve remeter, necessariamente, ao trabalho doméstico. Esse conjunto de atividades aparentemente óbvias e sem muita importância e sempre identificadas como atributo essencial das mulheres, só nas últimas décadas começou a ser percebido como indispensável para o bem-estar dos indivíduos que fazem parte da família. Não são poucos os estudos que têm mostrado a universalidade e a persistência de uma divisão sexual do trabalho, que atribui aos homens principalmente as atividades de caráter produtivo, geradoras de renda e desenvolvidas no espaço público, e às mulheres as tarefas reprodutivas, por elas entendendo-se tanto os cuidados com o bem-estar físico e emocional dos membros da família — incluindo alimentação, limpeza, vestuário, higiene pessoal e saúde física e mental — quanto aos cuidados com a própria moradia e com a criação dos filhos (Bruschini; Ricoldi, 2009, p. 95-96).

É notório a falta de políticas adequadas de licença parental, creches acessíveis e outras medidas que ajudariam a equilibrar as responsabilidades domésticas entre homens e mulheres. A ausência de estruturas de apoio dificulta a conciliação entre o trabalho remunerado e as tarefas domésticas, levando a uma sobrecarga desproporcional nas mulheres.

Ademais, as desigualdades salariais e a dependência financeira contribuem para a persistência dos desafios para a igualdade de gênero no trabalho doméstico. Assim aduz Verónica Gago (2020, p. 143-144):

> Visibilizar o trabalho assalariado e precarizado a partir da perspectiva feminista que surge da análise do trabalho historicamente não remunerado e das tarefas feminizadas possibilita uma nova capacidade analítica de todo o conjunto. [...] Não queremos diminuir a brecha para que sejamos tão exploradas quanto aso homens. O que nos interessa, e o que nos permite valorizar uma economia feminista, é a luta que as mulheres, protagonizam pela reprodução da vida contra as relações de exploração e subordinação.

A prevenção da Síndrome de Burnout, em questões de gênero, possui algumas estratégias que podem ser adotadas em conjunto. Uma delas é a promoção de políticas de licença parental igualitária, que garantam que tanto homens quanto mulheres tenham tempo para cuidar de seus filhos e equilibrar as responsabilidades familiares. Isso contribui para a igualdade, ao mesmo tempo em que alivia a carga emocional e o estresse relacionado à conciliação entre trabalho e vida pessoal.

As organizações devem desenvolver políticas claras que promovam a igualdade de oportunidades e combatam a discriminação de gênero. Isso pode ser alcançado por meio de treinamentos de conscientização, estabelecendo normas de comportamento respeitoso e incentivando a participação igualitária de homens e mulheres em todos os níveis hierárquicos, seja no âmbito laboral ou no âmbito familiar.

O trabalho doméstico ainda é amplamente invisibilizado e subestimado, o que prejudica a posição das mulheres na sociedade e no mercado de trabalho, inclusive por interesses do próprio sistema.

> O trabalho doméstico e reprodutivo, são essenciais para a manutenção cotidiana da vida, porém, é sabido que não há interesse nem do capitalismo, muito menos do patriarcado em rever as relações desiguais de gênero. Até porque o capital sempre encontra uma nova fonte de acumulação, e isso se dá principalmente a partir da exploração de corpos femininos e racializados (Galetti, 2021, p. 3).

É fundamental promover a igualdade de gênero desde a infância, desconstruindo estereótipos de gênero e educando para a igualdade. A conscientização e a sensibilização em relação à importância do trabalho doméstico devem ser ensinadas, a fim de conceder essa forma de trabalho. É evidente a importância de incentivar a participação ativa dos homens no

trabalho doméstico e promover uma divisão mais igualitária das tarefas. Isso requer uma mudança de maternidade e um compromisso de todos os membros da sociedade para reconhecer a importância da igualdade de gênero no trabalho doméstico. Sendo assim, é necessário acabar com o isolamento que tem caracterizado o trabalho doméstico, não com vista a sua reorganização a escala industrial, mas com a ideia de criar formas mais cooperativas de realizar o trabalho de cuidado (Federici, 2018, p. 107).

A superação dos desafios relacionados à Síndrome de Burnout e ao trabalho doméstico realizado pelas mulheres é crucial não apenas para a saúde e bem-estar das mulheres, mas para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária. Ao reconhecer o valor do trabalho doméstico e criar condições adequadas para sua realização, se dá um passo importante em direção à igualdade de gênero e ao respeito pelos direitos humanos fundamentais das mulheres. Portanto, no cenário atual, a oposição às disparidades originadas, seja em termos de raça, gênero ou idade, exige unir o que foi segregado na vida das mulheres, especialmente, e reconstruir um interesse coletivo. Isso deve ser considerado uma política de prioridade não apenas para as feministas, mas também para outros movimentos de justiça social (Federici, 2018, p. 106).

A valorização e o reconhecimento do trabalho doméstico não remunerado constituem pilares fundamentais para a construção de sociedades mais justa e igualitária. Este tema transcende a esfera individual, pois impacta diretamente o tecido social e econômico de uma nação. Ao compreender e apreciar as diversas dimensões desse trabalho essencial, que muitas vezes ocorrem nos bastidores e é invisível aos olhos da sociedade, abre-se espaço para a implementação de políticas públicas e estruturas que visam não apenas refletir, mas também facilitar e apoiar essas atividades. A própria ONU nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (2022), no item n. 5° cita “Alcançar a igualdade de gênero e empoderar todas as mulheres e meninas” e mais especificamente no subitem 5.4 aborda “Reconhecer e valorizar o trabalho de assistência e doméstico não remunerado, por meio da disponibilização de serviços públicos, infraestrutura e políticas de proteção social, bem como a promoção da responsabilidade compartilhada dentro do lar e da família, conforme os contextos nacionais”.

Neste cenário, a valorização do trabalho não remunerado não é apenas uma questão de justiça social, mas também uma peça-chave para a construção de uma base sólida para o desenvolvimento sustentável e inclusivo em todas as nações. Somente com mudanças desses paradigmas pode-se avançar em direção a uma sociedade mais justa e igualitária, onde

as mulheres não sejam vítimas da Síndrome de Burnout devido às desigualdades de gênero no trabalho doméstico.

CONCLUSÃO

Em um mundo em constante evolução, com avanços inovadores em igualdade de gênero, é surpreendente que o trabalho doméstico não remunerado continue a ser um fator crítico na vida das mulheres, contribuindo para a prevalência da Síndrome de Burnout. O impacto negativo do desequilíbrio na distribuição das tarefas domésticas sobre a saúde mental das mulheres não pode ser subestimado.

É notório a influência e marcas de uma história de luta e superação de desafios na vida das mulheres na sociedade, de um patriarcado em que as mulheres sempre foram vistas como “do lar” e os homens os provedores da família, contribuindo para que o trabalho realizado dentro de casa fosse visto com menor importância e invisibilizado. Após décadas, as mulheres finalmente foram ganhando espaço para ter sua liberdade econômica, passando integrar a vida laboral fora de casa, contudo, isso não foi o suficiente para uma vida mais justa e igualitária de direitos. As mulheres passaram a integrar funções, acreditando ser uma obrigação dar cem por cento de si dentro e fora de casa e acarretando assim a dupla e exaustiva jornada de trabalho.

Há uma perceptiva atribuição feminina ao papel de cuidado/amor, mas que invisibiliza o trabalho doméstico excessivo, que demanda muito tempo e dedicação. Porém evidente a não regulamentação jurídica e a ausência de acesso aos direitos básicos previstos tanto na Constituição como na legislação trabalhista e previdenciária. A indignidade da simultaneidade de jornadas de trabalho provocativas a indignidade da mulher, bem como seu adoecimento físico e mental, levando assim até ao acometimento da Síndrome de Burnout. Este estudo teve como objetivo demonstrar que a igualdade de gênero, para incluir uma divisão justa das tarefas domésticas, é essencial para mitigar os riscos da Síndrome de Burnout e promover o bem-estar das mulheres.

Ficou evidenciado que as mulheres enfrentam uma sobrecarga desproporcional de responsabilidades domésticas, o que não apenas prejudica a busca da igualdade de gênero, mas também impacta a qualidade da saúde física e mental das mulheres, sendo a Síndrome de Burnout, uma realidade preocupante que afeta muitas mulheres. É fundamental entender

que a Síndrome de Burnout não é uma consequência resultante do trabalho doméstico, mas sim uma consequência da sobrecarga e do desgaste emocional e físico que muitas mulheres enfrentam nessa jornada dupla. A Síndrome de Burnout é uma questão de saúde pública que está intrinsecamente ligada ao desequilíbrio de gênero nas responsabilidades domésticas desempenhadas quase que exclusivamente pelas mulheres. Nesta senda, promover uma divisão mais igualitária das tarefas domésticas e considerar o valor do trabalho doméstico é um passo crucial para mitigar os riscos da Síndrome de Burnout entre as mulheres.

O empoderamento das mulheres não deve se limitar apenas ao âmbito profissional, mas também incluir o reconhecimento e a valorização do seu trabalho não remunerado em casa. Ao abordar as raízes do desequilíbrio nas tarefas domésticas e a consideração do valor do trabalho doméstico não remunerado, não se pode apenas prevenir a Síndrome de Burnout, mas também promover um ambiente mais saudável e igualitário para as mulheres.

A busca contínua da igualdade de gênero em todos os aspectos da sociedade é uma jornada que beneficia a todos e enriquece a vida das mulheres, permitindo que elas alcancem seu potencial máximo sem a sombra da exaustão mental e emocional. Ao adotar uma abordagem holística para abordar o trabalho doméstico não remunerado e a Síndrome de Burnout, pode se construir uma sociedade mais igualitária e saudável, onde as mulheres possam prosperar tanto em suas vidas profissionais quanto pessoais. Só assim pode se minimizar os riscos da Síndrome de Burnout e contribuir para o bem-estar e a realização de todas as mulheres na sociedade em geral.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA IBGE. *Em média, mulheres dedicam 10,4 horas por semana a mais que os homens aos afazeres domésticos ou ao cuidado de pessoas***.** 2019. 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: 18 out. 2023.

BRASIL. *Constituição da República Federativa do Brasil***.** Disponível em: < https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm>. Acesso em: 10 set. 2023.

BRASIL**.** *Decreto Lei n° 5.452, de 1° de maio de 1943*. Dispõe sobre a Consolidação das Leis do Trabalho. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del5452.htm>. Acesso em 17 de outubro de 2023.

BRASIL. *Lei complementar n° 150, de 1° de junho de 2015***.** Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/lcp/lcp150.htm#:~:text=junho%20de%202008-,Art.,ao%20valor%20da%20hora%20normal.> Acesso em: 19 de junho de 2023.

BRASIL. Nações Unidas. *Objetivos de Desenvolvimento Sustentável***.** 2022. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/sdgs/5>. Acesso em: 18 de out. 2023.
BRUSCHINI, Maria Cristina A. RICOLDI, Arlene Martinez. *Família e trabalho: difícil conciliação para mães trabalhadoras de baixa renda. Cadernos de Pesquisa*, São Paulo, v. 39,n. 136, p. 93-123, jan./abr. 2009. Disponível em: < https://www.scielo.br/j/cp/a/bQ77GtM6rf9tpczRdyqQyjh/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 03 nov. 2023.
CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. *Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil***.** Revista PSICO, v.39, n.2, p. 152-158, abr/jun., PortoAlegre, 2008. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/1461/3035>.Acesso em: 18 out. 2023.
CARVALHO, Inaiá Maria Moreira de; ALMEIDA, Paulo Henrique de. *Família e proteção social***.** São Paulo em perspectiva, v.17, n.2, p. 109-122, 2003. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/spp/a/Gk5TM4qgVRJBpHgPTMRGJJM/?format=pdf&lang= >. Acesso em: 18 out. 2023.
COMITÊ INTERMINISTERIAL DE GOVERNANÇA. *Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Gênero***.** 2023. Disponível em: < https://www.cig.gov.pt/bases-de-dados/glossario/#:~:text=A%20igualdade%20de%20g%C3%A9nero%20significa,p%C3%BA blica%20e%20da%20vida%20privada>. Acesso em: 12 de nov. 2023.
DIEESE, *Departamento Intersindical de Estatísticas e Estudos Socioeconômicos*. 2023. Disponível em: <https://www.dieese.org.br/infografico/2023/trabalhoDomestico2023.html>. Acesso em 03 de nov. 2023.
EAGLETON, Terry. *A ideia de cultura*. São Paulo, 2005.
FEDERICI, Silvia. *O patriarcado do salário – notas sobre Marx, gênero e feminismo.* São Paulo, 2021.
FEDERICI, Silvia. *O ponto zero da revolução***.** Rio de Janeiro, 2019.
FRAGA, Aline Mendonça; OLIVEIRA, Sidinei Rocha de. *Mobilidades no labirinto: tensionando as fronteiras nas carreiras de mulheres***.** 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cebape/a/PbJcbNJKxYWPFHpfnSF4Kgw/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em 12 de out 2023.
GAGO, Verónica. *A potência feminista ou o desejo de transformar tudo***.** São Paulo, 2020.
GALETTI, Camila Carolina Hildebrand. *Repensando as relações entre gênero ecapitalismo***:** discussão sobre trabalho e salário. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ref/a/cpMqXJ9BzmxR4P9RsdTZXGr/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 01 de out 2023.
GAMA, Andrea de Souza. *Trabalho, família e gênero*: impactos dos direitos do trabalho eda Educação Infantil. 1.ed. São Paulo: Editora Cortez, 2014.
GARCIA, Alessandro Barreta. *Representações sociais da cultura corporal de lazer entre mulheres auxiliares de limpeza*. Revista Digital**.** Buenos Aires, v.10, n.5, 2005.
JUSTIÇA DO TRABALHO, TRT DA 3° REGIÃO. *NJ Especial - O trabalho da mulher no Brasil***:** as normas de proteção que visam compensar as diferenças entre os gêneros. 2017. Disponível em: < https://portal.trt3.jus.br/internet/conheca-o-trt/comunicacao/noticias-juridicas/nj-especial-o-trabalho-da-mulher-no-brasil-as-normas-de-protecao-que-visam compensar-as-diferencas-entre-os-generos>. Acesso em 17 de outubro de 2023.
KERGOAT, Daniele. Verbete *"Divisão sexual do trabalho e relações sociais de sexo*". In: HIRATA, Helena. et al. (Orgs.). Dicionário crítico do feminismo. São Paulo: Editora UNESP, 2009.
LAGARDE, Marcela**.** *Género y feminismo***:** desarollo humano y democracia. Ciudad de México, 2022.

LEITE, Carlos Henrique Bezerra; DURVAL, Lais; DURVAL, Leticia**.** *A Nova Lei do Trabalho doméstico*. São Paulo, 2015.
LIMA, Joice Silva Soares de; OLIVEIRA, Agostinha Mafalda Barra de; SOUZA, Juliana Carvalho de. *Correlação entre os fatores sociodemográficos associados à síndrome de burnoutem discentes***.** Movimento-Revista De educação**.** 2020. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/revistamovimento/article/view/36375/Portugu%C3%AAs>. Acesso em: 15 set. 2023.
LOPES, Cristiane Maria Sbalqueiro. *Direito do Trabalho da Mulher*. 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cpa/a/Yyqvmv4gkq449zL5p3CtH8J/?format=pdf>. Acesso em: 17 de outubro de 2023.
MARCHAND, Alain; BLANC, Marie Eve; BEAUREGARD, Nancy. *A idade e o sexo contribuem para os sintomas de esgotamento dos trabalhadores? Medicina Ocupacional*. Volume 68, Ed. 6. 2018. Disponível em: <https://academic.oup.com/occmed/article/68/6/405/5038477>. Acesso em: 31 out. 2023.
MASLACH, Christina; SCHAUFELI, Wilmar P.; LEITER, Michael P. Esgotamento do trabalho. *Revisão Anual de Psicologia***.** Vol. 52:397-422. 2001.
MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Síndrome de Burnout***.** 2021**.** Disponível em: < https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout#:~:text=S%C3%ADndrome%20de%20Burnout%20ou%20S%C3%ADndrome,justamente%20o%20excesso%20de%20trabalho>. Acesso em: 03 set. 2023.
MIRAGLIA, Lívia Mendes Moreira; TEODORO, Maria Cecília Máximo; SOARES, Maria Clara Persilva (Orgs**.).** *Feminismo, trabalho e literatura***:** reflexões sobre o papel da mulher na sociedade contemporânea. Porto Alegre, 2020.
NASCIMENTO, Amauri Mascaro. *Curso de direito do trabalho - história e teoria geral do direito do trabalho, relações individuais e coletivas do trabalho*. 14ª ed. rev., São Paulo, 1997.
ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. *Declaração Universal dos Direitos Humanos*, 1948. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/declaracao-universal-dos-direitos-humanos>. Acesso em: 05 de set. 2023.
ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. Genebra. *Perspectivas Sociais e de Emprego no Mundo: Tendências para Mulheres*. 2018. Disponível em: <https://www.ilo.org/brasilia/noticias/WCMS_865502/lang--pt/index.htm#:~:text=Globalmente%2C%20a%20taxa%20de%20participa%C3%A7%C3%A3o,existem%20duas%20mulheres%20nessa%20situa%C3%A7%C3%A3o.>. Acesso em 12 outubro de 2023.
ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Burn-out um "fenômeno ocupacional":*Classificação Internacional de Doenças**.** 2019. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>. Acesso em: 03 set. 2023.
PERROT, Michelle. *As mulheres ou os silêncios da história*. São Paulo, 2005.
RAGO, Margareth**. "***Trabalho Feminino e Sexualidade***".** História das mulheres no Brasil / Mary Del Priore (org.); São Paulo, 2004.
ROITMAN, Riva; KOSOVSKI, Ester (org.); PIEDADE JUNIOR, Heitor (org**.).** *Mulher, educação e conquista da cidadania.* In: Vitimologia e direitos humanos. Rio de Janeiro: Sociedade Brasileira de Vitimologia, 2005.
RUBIN, Gayle**.** *Políticas do sexo*. São Paulo, 2017.
SAFFIOTI, Heleieth. *A mulher na sociedade de classes*. São Paulo, 2013.
SHARP, Kelley; WORTH, Diane Whitaker. *Burnout da dermatologista feminina: como as estratégias tradicionais de redução do burnout falharam nas mulheres***.** Revista Internacional de Dermatologia Feminina. 2019. Disponível em:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6997828/>. Acesso em: 31 out. 2023.