

UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO – UFRRJ

INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS E SOCIAIS - ICHS

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS SOCIAIS - PPGCS

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

**Transformações no mundo do trabalho: a prática do atendimento remoto por
psicólogas e as implicações nas relações de gênero e cuidados.**

MARIA ELISA GONÇALVES MUNIZ

2025



UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS E SOCIAIS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS SOCIAIS

Transformações no mundo do trabalho: a prática do atendimento remoto por psicólogas e as implicações nas relações de gênero e cuidados.

MARIA ELISA GONÇALVES MUNIZ

Sob Orientação da Prof^a Dra
Moema de Castro Guedes (UFRRJ)

Dissertação submetida como requisito para obtenção
do grau de **Mestre em Ciências Sociais**, ao Programa de
Pós-Graduação em Ciências Sociais da Universidade
Federal Rural do Rio de Janeiro.

Seropédica, RJ
Junho de 2025

**UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS SOCIAIS**

MARIA ELISA GONÇALVES MUNIZ

Dissertação submetida como requisito parcial para obtenção do grau de **Mestre**, no Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais, Área de Concentração em Ciências Sociais.

DISSERTAÇÃO APROVADA EM 07/07/2025

Documento assinado digitalmente
 MOEMA DE CASTRO GUedes
Data: 10/07/2025 16:41:29-0300
Verifique em <https://validar.itd.gov.br>

Profº. Drª Moema de Castro Guedes. (PPGCS/UFRRJ) (orientadora)

Documento assinado digitalmente
 CLARA MARIA DE OLIVEIRA ARAUJO
Data: 15/07/2025 11:21:09-0300
Verifique em <https://validar.itd.gov.br>

Profº. Drª Clara Maria de Oliveira Araújo. (PPCIS/UERJ)

Documento assinado digitalmente
 AURELIANO LOPES DA SILVA JUNIOR
Data: 17/07/2025 12:03:05-0300
Verifique em <https://validar.itd.gov.br>

Prof. Dr Aureliano Lopes da Silva Junior (PPGPSI/UFRRJ)

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Biblioteca Central / Seção de Processamento Técnico

Ficha catalográfica elaborada
com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

M963t Muniz, Maria Elisa Gonçalves, 1999-
Transformações no mundo do trabalho: a prática do
atendimento remoto por psicólogas e as implicações nas
relações de gênero e cuidados / Maria Elisa Gonçalves
Muniz. - Rio de Janeiro, 2025.
120 f.: il.

Orientadora: Moema de Castro Guedes.
Dissertação(Mestrado). -- Universidade Federal Rural
do Rio de Janeiro, Ciências Sociais , 2025.

1. Trabalho Remoto. 2. Cuidados. 3. Gênero . 4.
Tempos Sociais . 5. Psicólogas . I. Guedes, Moema de
Castro, 1979-, orient. II Universidade Federal Rural
do Rio de Janeiro. Ciências Sociais III. Título.

Sumário

INTRODUÇÃO.....	8
CAPÍTULO 1 – CUIDADOS EM PERSPECTIVA: DIMENSÕES CONCEITUAIS E IMPACTOS DA PANDEMIA	13
1.1 Indissociabilidade: Uma Perspectiva Fundamental nas Análises de Cuidados	14
1.2 Conceito de Cuidados e seus Circuitos: Uma Análise Crítica.....	18
1.3 Trabalho Produtivo e Divisão Sexual do Trabalho: Psicologia como Profissão Feminizada.....	22
CAPÍTULO 2 – PERFIL DAS PSICÓLOGAS E TRABALHO REMOTO: INTERFACES COM A MEDIAÇÃO DOS TEMPOS SOCIAIS E A CRISE DOS CUIDADOS.....	28
2.1 O perfil feminizado da psicologia e a crise dos cuidados.....	28
2.2 O IMPACTO DO TRABALHO REMOTO NA MEDIAÇÃO DOS TEMPOS SOCIAIS NO CONTEXTO PÓS-PANDÊMICO.....	34
CAPÍTULO 3 - TRABALHOS DE CUIDADOS: ENTRELAÇANDO O PROFISSIONAL E O FAMILIAR NA EXPERIÊNCIA DE PSICÓLOGAS EM ATENDIMENTO ONLINE.....	41
3.1 Massificação do Trabalho Remoto e a relação entre divisão social do trabalho e expectativas de gênero na sociedade contemporânea.....	46
3.2 A Relação das Psicólogas com o Tempo no Atendimento Online e A Jornada Indefinida.....	57
3.3 Reconfiguração da Mediação Temporal: O Trabalho Remoto e o Exercício da Maternidade.....	67
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	79
REFERÊNCIAS	
BIBLIOGRÁFICAS.....	83

ANEXO	I	-	ROTEIRO	DE
ENTREVISTA.....				94
ANEXO	II	-	RELATO	DAS
ENTREVISTAS.....				97

“Há todo um velho mundo ainda por destruir e todo um novo mundo a construir. Mas nós conseguiremos, jovens amigos, não é verdade?” - Rosa Luxemburgo

Dedico esta obra às minhas ancestrais, minha mãe, tia e avó, que me deram a vida; à minha noiva, com quem compartilho o cotidiano; e a todos que, assim como eu, acreditam e lutam por um futuro mais justo.

“O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.”

AGRADECIMENTOS

Dante do caminho desafiador que se apresentou na construção desta dissertação, que foi realizada a muitas mãos, gostaria de expressar minha profunda gratidão a todas que contribuíram para essa trajetória coletiva.

Primeiramente, agradeço à minha amada noiva, que sempre me incentivou e esteve segurando minha mão durante toda essa jornada. Seu amor e apoio foram fundamentais para que eu pudesse seguir em frente.

Agradeço também às minhas bases, as mulheres que grandiosamente me criaram e me permitiram voar: tia Déia, minha mãe Angela Cristina e minha reverenciada avó Maria José. A vocês, devo tudo. A força, a determinação e os valores que me ensinaram são a base do que sou hoje.

À minha orientadora, que me proporcionou um intenso aprendizado e acompanhou meu percurso acadêmico com dedicação e generosidade. Sua orientação foi essencial para o desenvolvimento deste trabalho.

Agradeço às entrevistadas, que, sem a disposição em compartilhar suas experiências, tornariam esta pesquisa impossível. Seu tempo e confiança foram inestimáveis.

Agradeço ao Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais (PPGCS), que me ofereceu um ambiente enriquecedor e acolhedor para o desenvolvimento da minha pesquisa.

Por fim, agradeço aos meus colegas da UFRRJ, que tornaram essa jornada mais leve e cheia de aprendizado. Cada um de vocês contribuiu para que essa experiência fosse ainda mais significativa. A todos, meu sincero muito obrigada!

RESUMO

Esta dissertação investiga as experiências de psicólogas que atuam em atendimento remoto, analisando os impactos dessa modalidade em suas práticas de cuidados, subjetividades e mediações do tempo. A pesquisa, baseada em dez entrevistas em profundidade, revela como a transição do atendimento presencial para o virtual trouxe reconfigurações nas relações entre trabalho produtivo e reprodutivo, especialmente no contexto pós-pandemia. As psicólogas enfrentam desafios significativos relacionados às desigualdades de gênero, que se intensificaram durante a pandemia, levando a uma sobrecarga de responsabilidades e à necessidade de conciliar trabalho e cuidados familiares. Os resultados indicam que, embora o atendimento remoto ofereça flexibilidade, ele também resulta em uma expectativa de disponibilidade constante, comprometendo a saúde mental das profissionais. A análise mostra que a feminização da Psicologia e as condições de trabalho dessas mulheres estão interligadas às dinâmicas sociais mais amplas de gênero. A dissertação sugere a importância de políticas que valorizem o trabalho de cuidado e promovam uma distribuição equitativa das responsabilidades. Conclui-se que o atendimento remoto representa uma reconfiguração significativa da prática profissional, exigindo uma reflexão crítica sobre suas implicações para a saúde mental e para o bem-estar das psicólogas.

Palavra-chave: TRABALHO REMOTO. CUIDADOS. GÊNERO. TEMPOS SOCIAIS. PSICÓLOGAS.

ABSTRACT

This dissertation investigates the experiences of psychologists working in remote care, analyzing the impacts of this modality on their caregiving practices, subjectivities, and time mediations. The research, based on ten in-depth interviews, reveals how the transition from in-person to virtual care has brought about reconfigurations in the relationships between productive and reproductive work, especially in the post-pandemic context. Psychologists face significant challenges related to gender inequalities that intensified during the pandemic, leading to an overload of responsibilities and the need to balance work with family care. The results indicate that while remote care offers flexibility, it also results in an expectation of constant availability, compromising the mental health of these professionals. The analysis shows that the feminization of Psychology and the working conditions of these women are interconnected with broader social gender dynamics. The dissertation suggests the importance of policies that value caregiving work and promote an equitable distribution of responsibilities. It concludes that remote care represents a significant reconfiguration of professional practice, requiring critical reflection on its implications for the mental health and well-being of psychologists.

Keywords: REMOTE WORK. CARE. GENDER. SOCIAL TIMES.
PSYCHOLOGISTS.

INTRODUÇÃO

Esta dissertação parte de um posicionamento epistemológico, reconhece que a produção científica não emerge de um lugar neutro, mas sim de uma *práxis* comprometida com a transformação social. Como afirma Carrilho (2016, p.23), “O conhecimento não é um momento de inspiração individual, mas sim uma trajetória coletiva de aprendizados e aprimoramentos constantes”. Assim, assumimos um conhecimento interessado, ético e construído coletivamente, que busca não apenas compreender a realidade, mas contribuir com recursos teórico-empíricos para sua transformação.

Ao trazer à luz as experiências das psicólogas que atuam em atendimento remoto, esta pesquisa busca fomentar um diálogo mais amplo sobre os cuidados, a saúde mental e as desigualdades de gênero enfrentadas pelas mulheres no campo da psicologia na contemporaneidade. Esperamos que os resultados desta dissertação não apenas ampliem a compreensão sobre essas dinâmicas, mas também inspirem mudanças nas práticas e políticas que impactam a vida de profissionais da saúde mental.

Sob essa perspectiva, propõe-se analisar as experiências de psicólogas que realizam atendimento remoto (online) e os impactos dessa modalidade de trabalho para suas práticas sociais de cuidados, suas subjetividades e os tempos sociais que vivenciam. A pesquisa se baseia em um conjunto de dez entrevistas que buscou compreender as vivências dessas profissionais, com destaque para as desigualdades de gênero que permeiam suas realidades. Em particular, interessou-nos investigar o impacto do atendimento remoto na relação entre as práticas de cuidados, trabalho produtivo e reprodutivo, e as alterações nesta dinâmica no período pós pandêmico.

Com essa finalidade, o grupo de entrevistadas que se dispôs a falar foi em grande medida de psicólogas que exercem a maternidade. Chama a atenção também o maior número de entrevistas realizadas com mães de crianças com neurodivergência, uma condição que mostrou complexificar essa relação. Esse perfil de mulheres demonstrou mais interesse na pesquisa, o que evidencia uma maior necessidade de compartilharem suas experiências. Esta particularidade enriqueceu a pesquisa ao revelar, com maior nitidez, os desafios da mediação temporal experimentados por estas profissionais e a invisibilização que ainda cerca o debate sobre deficiência, ainda que este não fosse nosso foco central.

As entrevistas foram conduzidas de forma online, uma estratégia que, embora traga uma série de possibilidades, também impõe desafios que merecem ser e serão discutidos. Em relação à amostra alcançada, divulgamos a pesquisa em diversas listas e algumas mulheres retornaram nosso contato, o que ocasionou um viés de autosseleção. Nessa abordagem, as psicólogas se voluntariaram para participar do estudo, o que evidencia interesse no tema e o desejo de falar. Isso oportunizou entrevistas com maior profundidade e riqueza de dados. Por outro lado, o perfil alcançado ficou um pouco restrito em relação à heterogeneidade necessária aos resultados da pesquisa, nuances que serão discutidas no capítulo 3. Chamamos atenção em particular para a dificuldade encontrada de entrevistar psicólogas pretas.

Buscamos também analisar as experiências com o trabalho remoto relacionado à divisão sexual do trabalho, uso do tempo, desigualdades de gênero, regimes de poder e relações sociais de cuidados. Em termos mais específicos, discutimos também ao longo da pesquisa: I. Análise das experiências de psicólogas em trabalho remoto, correlacionando com as práticas sociais de cuidados no âmbito doméstico; II. Análise e verificação dos modelos de articulação entre trabalhos domésticos, de cuidados e trabalho produtivo adotado pelas psicólogas na mediação dos tempos sociais; III. Aprofundamento das questões relacionadas à subjetividade, através da afetividade intrínseca nas práticas de cuidados.

O atendimento remoto tornou-se uma realidade cada vez mais presente na prática profissional das psicólogas, especialmente após a pandemia de COVID-19, caracterizando uma reestruturação no mundo do trabalho em geral. Essa modalidade de trabalho trouxe desafios e mudanças significativas para os profissionais, que precisaram se adaptar a novas tecnologias e formas de interação com seus pacientes. Do mesmo modo, houve, no arranjo familiar, reorganizações a partir das mudanças nas dinâmicas de trabalho.

Nesse sentido, reconhecendo os cuidados como dimensão central da prática profissional em psicologia, a modalidade remota demonstra afetar a forma como as profissionais exercem os cuidados. Através da análise dos tempos sociais, buscamos articular possíveis impactos na subjetividade das psicólogas e como isso se relaciona com suas práticas de cuidados, a partir dessa restauração da natureza e do fazer profissional. Desse modo, visamos contribuir também para uma reflexão sobre as transformações na prática profissional em psicologia.

A análise das experiências das psicólogas que realizam o atendimento online não pode ser dissociada do contexto mais amplo das relações de gênero que estruturam a sociedade contemporânea. A crise sanitária global provocada pela COVID-19 não apenas evidenciou, mas intensificou desigualdades sociais preexistentes, com impactos particularmente pronunciados nas dinâmicas de gênero. Enquanto evento disruptivo de proporções inéditas, a pandemia reconfigurou espaços, temporalidades e relações sociais, impondo reorganizações que afetaram diferentemente homens e mulheres. Os relatos coletados nesta pesquisa, portanto, não representam apenas adaptações técnicas a uma nova modalidade de atendimento, mas inscrevem-se em uma trama social mais densa, revelando como a massificação do trabalho remoto foi atravessada por expectativas, atribuições e sobrecarga associadas à condição feminina em uma conjuntura pós-crise. A compreensão desta dimensão da experiência profissional estudada oferece uma lente analítica fundamental para interpretar as estratégias adaptativas, os desafios enfrentados e as ressignificações do trabalho psicológico relatadas pelas participantes.

Com o avanço da tecnologia e a facilidade de acesso à internet, há uma massificação dessa forma de atendimento, que é mostrada como uma alternativa viável e eficaz para a promoção da saúde mental e do cuidado psicológico. A literatura da área (COSTA, 2007; MAZZEI, CAMPOS 2012; MISHIMA, STICCA, 2020; OLIVEIRA, PAMTOJA, 2018; PARADELA, PEETERS, 2001) define que o atendimento psicológico online possibilita uma alternativa para ampliar o acesso aos serviços de saúde mental, seja para pessoas que vivem em áreas remotas, têm dificuldades de mobilidade ou enfrentam barreiras geográficas. Essa modalidade de atendimento também tem sido utilizada em situações de emergência, em que o acesso ao atendimento presencial pode ser limitado. As entrevistas demonstram que este entendimento é compartilhado pelas psicólogas, que apostam no atendimento online como uma alternativa recente de conciliação e captação de pacientes.

A partir dos relatos, como veremos, fica evidente que a pandemia afetou as mulheres de maneira desproporcional, especialmente em relação aos trabalhos de cuidados. Com o fechamento de escolas e creches, muitas mães se viram obrigadas a assumir a responsabilidade pelo ensino remoto dos filhos e pela gestão das tarefas domésticas, enquanto também mantinham os atendimentos. Esse acúmulo de funções não apenas gerou uma sobrecarga, mas também comprometeu a saúde mental e física dessas mulheres. Algumas mudanças observadas seguem impactando suas vidas atualmente. O novo cenário exige,

portanto, um aprofundamento das questões de pesquisa sobre trabalhos de cuidados e uma reavaliação das expectativas sociais em torno do que significam.

A presente dissertação, está dividida em três capítulos, onde será apresentado o debate das teorias que subsidiaram o levantamento proposto e a análise de dados. O capítulo 1 estabelecerá o alicerce teórico para a análise das experiências das psicólogas que realizam atendimento remoto, permitindo uma compreensão mais profunda da indissociabilidade entre cuidados, gênero e saúde mental. A revisão do conceito de cuidados não apenas enriquece a discussão acadêmica, mas também propõe um olhar crítico sobre as práticas sociais e institucionais que moldam a realidade dos cuidados na sociedade contemporânea. Ao final deste capítulo, esperamos que essa fundamentação contribua para a construção das questões de pesquisa das quais partimos.

No capítulo 2, será realizada uma análise do perfil das psicólogas, destacando a predominância feminina na área da Psicologia e a feminização da profissão. Essa discussão é essencial para entender não apenas a composição demográfica da profissão, mas também as implicações sociais e culturais que essa predominância acarreta. Além disso, abordaremos como o cenário pós-pandêmico é marcado por mudanças significativas na configuração do fazer profissional das psicólogas, alterando suas práticas, desafios e oportunidades. Esperamos que esta análise contribua para um entendimento mais abrangente das complexidades que envolvem a atuação das psicólogas no contexto contemporâneo, promovendo uma reflexão crítica sobre as estruturas de gênero e as condições de trabalho que moldam sua prática profissional. Ao final deste capítulo, estaremos mais bem equipados para discutir as implicações dessas dinâmicas nas experiências vividas pelas psicólogas em atendimento remoto, as quais serão exploradas no capítulo seguinte.

O capítulo 3 tem como objetivo apresentar uma análise detalhada das entrevistas realizadas com psicólogas que são mães, sob a perspectiva do atendimento psicológico remoto. Serão apresentados os dados e narrativas coletados, seguidos de uma análise crítica que busca compreender as nuances e implicações dessas experiências. Através das vozes das entrevistadas, será possível explorar como o atendimento psicológico remoto pode ser mais extenuante para as psicólogas, e contraditoriamente atraente e lucrativo, muito devido ao aumento da demanda no contexto contemporâneo, e ao senso de oportunidade que cria dificuldade em negar novos pacientes. A nova dinâmica, que permitiu alocar atendimentos fora do horário comercial, tende a corroborar também uma visão acrítica de que o trabalho

remoto permite uma conciliação das vidas pessoal e profissional. Nesse sentido, chamamos atenção para algumas dimensões: sobreposição dos tempos sociais, sobrecarga de trabalho e impacto na saúde mental, levando em conta as realidades das psicólogas e os contextos sociais que as cercam.

CAPÍTULO 1 – CUIDADOS EM PERSPECTIVA: DIMENSÕES CONCEITUAIS E IMPACTOS DA PANDEMIA

Neste capítulo introdutório, realizamos uma análise conceitual abrangente sobre os cuidados, que se mostram essenciais para a sustentabilidade da vida e a reprodução social. Nosso objetivo é examinar criticamente essa noção, explorando sua pluralidade tipológica e mapeando detalhadamente seus circuitos de circulação. A partir de uma perspectiva que atravessa fronteiras disciplinares, buscamos revelar as múltiplas camadas de complexidade inerentes a essa temática, assim como suas reverberações nos contextos familiar, social e institucional.

A contextualização da situação dos cuidados durante a pandemia de COVID-19 constitui um ponto de partida fundamental para nossa análise. Esse período evidenciou que as responsabilidades de cuidados recaíram com maior intensidade sobre as mulheres brasileiras. Dados indicam que "metade das mulheres brasileiras passou a cuidar de alguém durante a pandemia" (SOF; GÊNERO E NÚMERO, 2020, p.11), demonstrando que a crise sanitária não apenas intensificou, mas também expôs de maneira crua uma responsabilidade historicamente atribuída ao gênero feminino. Esse contexto trouxe uma visibilidade sem precedentes à centralidade dos trabalhos de cuidados — tanto remunerados quanto não remunerados — para a sustentação da sociedade e o funcionamento econômico, reafirmando a perspectiva feminista de que a organização social dos cuidados está estruturalmente ancorada na exploração do trabalho feminino, independentemente de ser remunerado ou não.

A impossibilidade de delegar responsabilidades resultou no acúmulo de tarefas relacionadas aos trabalhos domésticos e de cuidados, sem uma efetiva reorganização ou redistribuição dessas práticas. A relação entre mulheres, cuidados e exaustão emergiu de maneira clara nas entrevistas, expressando aspectos da crise dos cuidados já vivenciada por mulheres de classes empobrecidas, especialmente negras, que frequentemente sobrepõem trabalhos de cuidados gratuitos e assalariados sem a possibilidade de delegação. O acúmulo de responsabilidades, a atribuição desproporcional, a invisibilidade dessas relações e a omissão estatal geraram não apenas sobrecarga, mas também um processo de profunda exaustão e isolamento.

A pandemia expôs essa dimensão de cansaço e esgotamento intrínseca às relações de cuidados, sinalizando a urgência de uma revisão social das atitudes históricas de

invisibilização, banalização e desvalorização dessas atividades. Sem possibilidade de ocultação, a crise sanitária também revelou uma crise nos trabalhos de cuidados, já existente, com mulheres em um profundo processo de esgotamento, enquanto continuavam a sustentar a vida humana.

Embora essa dinâmica tenha uma presença histórica na sociedade brasileira, eram predominantemente mulheres negras e pobres que suportavam o maior peso do acúmulo entre trabalhos de cuidados gratuitos ou remunerados e vivenciavam mais visceralmente essa crise. O contexto pandêmico evidenciou ainda mais a lacuna deixada pela ausência de corresponsabilização estatal, familiar e social. Com a implementação compulsória e massificada do trabalho remoto, combinada ao isolamento social, essa dinâmica se complexificou significativamente, pois essas mulheres passaram a permanecer integralmente no ambiente doméstico, assim como seus filhos, dependentes e familiares, adicionando novas camadas de complexidade à já problemática gestão do tempo.

Nos próximos tópicos, aprofundaremos a análise conceitual dos cuidados, examinando suas dimensões teóricas, tipologias e circuitos, sempre em diálogo com as realidades concretas reveladas pelo contexto pandêmico e consolidadas na contemporaneidade.

1.1 Indissociabilidade: Uma Perspectiva Fundamental nas Análises de Cuidados

Ao abordar os cuidados como um campo de estudo nas ciências sociais, é essencial considerar sua complexidade e indissociabilidade, levando em conta não apenas questões de gênero, mas também dimensões de classe, raça, sexualidade e outros marcadores sociais que influenciam a experiência humana. Essa abordagem requer uma perspectiva crítica que problematize as práticas de cuidados, questionando as estruturas de poder e os mecanismos de exclusão que as configuram.

As relações sociais de gênero, raça e classe, assim como suas interconexões, são fundamentais para o sistema capitalista contemporâneo. Essas três dimensões se manifestam de maneira contraditória e entrelaçada, constituindo o que Saffioti (2004) chama de um "nó". "De acordo com as circunstâncias históricas, cada uma das contradições integrantes do nó adquire relevos distintos" (SAFFIOTI, 2004, p.125). O sujeito que se apresenta em gênero, raça e classe não pode ser visto como homogêneo. Ao analisar essas contradições isoladamente, observamos características que diferem daquelas percebidas em sua articulação

conjunta, interligando-se no novelo de patriarcado, racismo e capitalismo historicamente constituídos (SAFFIOTI, 1987).

As relações de exploração e dominação baseiam-se nas diferenças de gênero, classe e raça, solidificando desigualdades nas sociedades capitalistas. Essa realidade insere-se em uma lógica contraditória, destacando a importância de uma análise qualitativa dessas contradições como fundidas em um nó. Ao entrelaçarem-se, essas dimensões alteram-se mutuamente, tornando uma análise isolada de cada categoria insuficiente para compreender a complexidade gerada por sua articulação (SAFFIOTI, 2004).

As teóricas feministas que desenvolvem conceitos que integram indissociavelmente gênero, raça e classe partem de um conhecimento situado. Hirata (2014) observa que categorias como interseccionalidade e consubstancialidade compartilham o pressuposto central dos estudos feministas: romper com modelos teóricos universalistas que se baseiam na neutralidade e objetividade, refletindo um ambiente científico hegemonicamente branco, eurocêntrico e masculino. Essas abordagens possibilitam uma compreensão fundamentada na análise das múltiplas desigualdades. A metáfora do "nó", proposta por Saffioti, permite entender a consubstancialidade a partir da realidade brasileira.

Danièle Kergoat, no final dos anos 1970, introduziu o conceito de consubstancialidade para analisar as relações e práticas sociais de opressão e exploração entre homens e mulheres, inicialmente focando na interação entre desigualdades de gênero e classe. Posteriormente, ela incorporou a opressão racial em uma análise tridimensional. Assim como outras intelectuais do feminismo materialista que dialogam com o marxismo para repensar essas categorias, Kergoat analisa as dominações de maneira conjunta, sem hierarquização, contribuindo para sua superação (HIRATA, 2014; KERGOAT, 2010).

Quatro décadas depois, Hirata (2014) ressalta que o ponto crucial que une os conceitos de consubstancialidade e interseccionalidade é a proposta de não hierarquizar as desigualdades de gênero, raça e classe em suas análises.

A interseccionalidade, por sua vez, foi inicialmente elaborada pela jurista Kimberlé W. Crenshaw para descrever a interdependência das relações de poder de gênero, raça e classe (HIRATA, 2014). Herdeira do movimento *Black Feminism* do final dos anos 1970, que criticava o feminismo predominante por ser branco, elitista e heterossexual, a

interseccionalidade busca incorporar as múltiplas origens das identidades dos sujeitos, sem a intenção de constituir uma nova teoria globalizante da identidade (CRENSHAW, 1994).

Por ser um conceito em disputa, diversas autoras articulam diferentes categorias dentro dessa interseção. Embora algumas teóricas incluam também a classe, essa categoria não recebe a mesma ênfase nos escritos sobre interseccionalidade que nos trabalhos das feministas materialistas que utilizam a consubstancialidade.

Para compreender como os sistemas de dominação, opressão e exploração se articulam simultaneamente e de diversas maneiras, usaremos uma perspectiva de indissociabilidade, para isso nos baseamos em Saffioti (2015), que propõe entender a sociedade capitalista como um enovelamento, um nó onde as diversas relações sociais estão entrelaçadas e conectadas: "Mostrou-se difícil lidar com esta nova realidade, formada pelos três marcadores: gênero, classe social, raça/etnia, já que presidida por uma lógica contraditória, distinta das que regem cada contradição em separado. Uma voz menos grave ou menos aguda de uma mulher é relevante em sua atuação, segundo o preconceito étnico-racial, e, mais seguramente, na relação de gênero e de classes sociais. O importante é analisar estas contradições na condição de fundida ou enoveladas ou enlaçadas em um nó. [...] Não que cada uma destas contradições atue livre e isoladamente. No nó, elas passam a apresentar uma dinâmica especial, própria do nó" (SAFFIOTI, 2015, p. 133).

A perspectiva de indissociabilidade serve como uma estratégia de análise crítica da realidade concreta em nossa pesquisa, a partir do conceito de enovelamento e da indissociabilidade das dimensões da exploração e opressão que estruturam e impactam diretamente a sociabilidade dos sujeitos e as relações sociais historicamente construídas. Portanto, não é suficiente considerar apenas a categoria gênero, desvinculada de uma perspectiva crítica e analisada sem articulação com outros regimes de poder e seus impactos nas subjetividades.

Ao trazer os cuidados para o centro do debate acadêmico, a partir de uma análise com base na perspectiva da indissociabilidade, reconhecemos sua importância fundamental para a compreensão das relações sociais. Essa abordagem permite examinar como as práticas de cuidados são estruturadas e valoradas na sociedade, identificar os principais agentes envolvidos nesses processos e analisar suas implicações para a reprodução social. A partir de uma perspectiva interdisciplinar que dialoga com a sociologia, antropologia e ciência política,

busca-se desnaturalizar concepções tradicionais de cuidados e questionar as hierarquias que as sustentam.

Uma contribuição central dos estudos sobre cuidados nas ciências sociais tem sido evidenciar sua dimensão política, demonstrando como essas práticas estão intrinsecamente ligadas às estruturas de poder e à divisão sexual do trabalho. Esta análise permite problematizar as assimetrias de gênero, classe e raça presentes na organização social, além de repensar políticas públicas e práticas institucionais relacionadas à proteção social e ao bem-estar. Adicionalmente, estes estudos ampliam a compreensão sobre uma indissociabilidade presente nas relações de poder, permitindo examinar como diferentes marcadores sociais se entrecruzam e moldam as experiências de cuidados. Esta abordagem possibilita análises mais complexas e contextualizadas, considerando a multiplicidade de identidades e realidades na sociedade contemporânea.

Molinier apresenta uma caracterização empírica, central para as análises nas ciências sociais, que reflete a dinâmica desigual construída histórica, política, cultural e socialmente, marcada pela hegemonia masculina e invisibilidade feminina. Sua pesquisa demonstra como as mulheres são frequentemente excluídas da ação política e das discussões intelectuais. São predominantemente homens que refletem, discutem, constroem e decidem sobre áreas estruturadas por mulheres, seja na política, comunicação ou academia, expressando um mundo dos e para os homens. "Exibindo o monopólio da expertise, essa palavra onipresente é um lembrete constante da dominação masculina em um mundo que prova ser sustentado pelo trabalho das mulheres" (MOLINIER, 2020, p.2).

Os cuidados enquanto campo de estudos das ciências sociais representam uma área fértil de investigação e debate, convidando-nos a repensar relações interpessoais, políticas sociais e estruturas de poder. Através de uma abordagem crítica e reflexiva, vislumbram-se novas possibilidades de organização social e construção de uma sociedade emancipatória, onde os cuidados sejam plenamente corresponsabilizados, reconhecidos e valorizados.

A concepção dos trabalhos de cuidados como essencialmente femininos acarreta consequências significativas para as mulheres, incluindo sobrecarga, falta de reconhecimento e limitação de oportunidades. Adicionalmente, essa visão perpetua desigualdades de gênero ao reforçar a ideia de que mulheres são naturalmente mais adequadas para atividades de

cuidados, enquanto homens seriam mais aptos para atividades consideradas produtivas. Entendimento que se revelou um paradigma necessário para os estudos em ciências sociais.

Essa atribuição dos trabalhos de cuidados como essencialmente femininos constitui uma construção social que reflete e reforça estereótipos de gênero profundamente arraigados, inclusive na produção científica. Historicamente, as mulheres foram designadas como cuidadoras, tanto no âmbito doméstico quanto no trabalho remunerado em áreas como enfermagem, educação infantil e assistência social. Essa divisão laboral baseada no gênero contribui para a desvalorização e invisibilidade dessas práticas, bem como para a sub-representação feminina em posições como de liderança e decisão.

Esta perspectiva crítica sobre os cuidados, desenvolvida nas ciências sociais, oferece ferramentas analíticas fundamentais para investigar, compreender e transformar as estruturas de poder desiguais que permeiam a sociedade, contribuindo para a construção de conhecimentos e práticas sociais mais realistas e emancipatórias.

1.2 Conceito de Cuidados e seus Circuitos: Uma Análise Crítica

O conceito de cuidados, conforme abordado por diversas pesquisadoras, tem ganhado centralidade na agenda de pesquisa feminista, especialmente ao considerar a ética do cuidado feminina. Joan Tronto (2007) define os cuidados como uma atividade intrínseca à espécie humana, essencial para a manutenção da vida e o bem-estar social. Essa definição abrange práticas necessárias para preservar e reparar a vida, envolvendo múltiplos atores. A partir dessas teorias, o entendimento sobre os cuidados diversificou-se, revelando sua amplitude e complexidade.

No Brasil, autoras como Helena Hirata e Nadya Araujo Guimarães desempenharam um papel pioneiro na ampliação dos estudos sobre cuidados na pesquisa feminista crítica, particularmente com a publicação de "Cuidado e Cuidadoras" (2012). Elas evidenciam a diversidade e a complexidade dos cuidados, um conceito polissêmico que abrange significações como "cuidar do outro, preocupar-se e estar atento às suas necessidades" (HIRATA e GUIMARÃES, 2012, p.01). O reconhecimento dos cuidados como trabalho é fundamental para atribuir-lhes o valor devido.

Os cuidados são compreendidos, portanto, como um conjunto de ações destinadas a atender necessidades físicas, emocionais e sociais, garantindo sobrevivência e bem-estar.

Entre eles, destacam-se os cuidados de saúde, emocionais, afetivos, pessoais e educacionais. A distribuição desigual dessas responsabilidades, fortemente influenciada pelos papéis de gênero, exige uma abordagem crítica e sensível.

Marcondes e Yannoulas (2012) argumentam que os cuidados, enquanto prática social ancorada na divisão sexual do trabalho, visa atender às necessidades humanas concretas. A interação face a face entre quem cuida e quem é cuidado, em uma relação de interdependência, é um elemento definidor desse conceito. Essa prática abrange tanto uma dimensão objetiva, que atende necessidades materiais ou imateriais, quanto uma dimensão subjetiva, que envolve afeto, sentimentos e emoções.

A natureza das práticas de cuidados exige que quem cuida esteja "à disposição" para atender às necessidades do outro, complicando a medição dos tempos sociais. Isso pode significar uma disponibilidade integral (MARCONDES; YANNOULAS, 2012), levantando a questão de como mensurar o tempo dedicado aos cuidados, especialmente o não remunerado. Um exemplo dessa complexidade é a pesquisa de Jordana Jesus, que revela uma subnotificação do tempo destinado ao trabalho doméstico no Brasil. A pesquisa aponta que, apesar da PNAD tentar captar as horas dedicadas aos cuidados, as mulheres frequentemente não incluem o tempo gasto com filhos ou idosos em sua carga de trabalho. Essa naturalização dos cuidados como um "trabalho de amor" resulta em uma quantidade imensa de cuidados prestados sem reconhecimento ou remuneração (JESUS, 2023, p.6).

Então os cuidados envolvem trabalho, emoções e ética, abrangendo a interdependência relacional entre quem cuida e quem é cuidado. Historicamente, a responsabilidade pelos cuidados foi atribuída às mulheres (HIRATA; GUIMARÃES, 2012), o que se reflete em todas as classes sociais, aprofundando-se com a indissociabilidade dos marcadores de desigualdades. O movimento de inserção feminina no mercado de trabalho trouxe à tona uma questão crucial: quem assumirá a responsabilidade pelos cuidados gratuitos que antes recaiam sobre as mulheres, agora que elas, supostamente, dedicam mais tempo ao trabalho remunerado? Neste sentido, a insuficiência do Estado em fornecer serviços e políticas públicas adequadas para os cuidados reafirma a centralidade das famílias e a responsabilização feminina nessas práticas sociais (MARCONDES; YANNOULAS, 2012).

A partir desse conceito multifacetado, exploramos os cuidados como trabalho vital, reconhecendo sua multiplicidade. A realidade de países colonizados e de capitalismo

dependente, caracterizados por desigualdades estruturais, produz especificidades relevantes, como no caso brasileiro. Bubeck (2002) descreve o "círculo do cuidado", onde as fronteiras são definidas por um emaranhado de constrangimentos que levam as mulheres a realizarem a maior parte dos cuidados necessários. Esses fatores incluem condições materiais, situacionais, psicológicas e ideológicas, formando um labirinto do qual há poucas saídas (MARCONDES; YANNOULAS, 2012, p.179).

O trabalho de cuidados, ao combinar afetividade e responsabilidade, difere do trabalho doméstico, embora ambos os campos estejam interligados. Em "Gênero do cuidado: Desigualdades, significações e identidades", Hirata e Guimarães propõem uma ferramenta conceitualmente poderosa que privilegia as relações sociais em vários domínios dos cuidados, analisadas a partir de quatro dimensões: o significado atribuído ao trabalho, os atores aptos a realizá-lo, o tipo de relação social (mercantilizada ou não) e as formas de retribuição (monetária ou não) (SORJ, 2008, p.1091).

As autoras introduzem a categoria analítica dos "circuitos do cuidado", que representam fluxos e interações complexas envolvendo a prestação e recepção de cuidados. Esses circuitos transcendem o âmbito individual e familiar, englobando instituições, organizações e comunidades. Diferentes atores — profissionais de saúde, assistentes sociais, familiares e voluntários — interagem para garantir a provisão adequada de cuidados. No entanto, essas interações são permeadas por dinâmicas de poder que influenciam a distribuição de recursos e o acesso aos serviços.

No entanto, há uma relação paradoxal: embora as práticas de cuidados sejam essenciais para a sustentabilidade da vida humana e necessariamente vivenciada por todos os indivíduos no decorrer da vida, são desvalorizadas (MARCONDES; YANNOULAS, 2012). Essa desvalorização relegou os trabalhos de cuidados à invisibilidade, assim como as pessoas que os realizam — predominantemente mulheres, especialmente na esfera privada. Quando os cuidados são realizados de forma remunerada, o trabalho se torna precarizado e mal pago, sendo as mulheres pobres e negras as que frequentemente acumulam essas duas modalidades.

A construção dos cuidados como uma prática essencialmente feminina, associada à natureza do cuidar e servir ao outro, resulta em uma acumulação de responsabilidades. Na esfera privada, as mulheres formam redes de apoio como mães, avós, tias, irmãs, vizinhas e

amigas; na esfera pública, atuam como trabalhadoras domésticas, enfermeiras, psicólogas, assistentes sociais e professoras.

O modelo familiar patriarcal e heteronormativo reforça a responsabilização feminina pelos cuidados e sua invisibilidade. Esse modelo patriarcal inferioriza as mulheres, atribuindo-lhes a responsabilidade pela esfera privada, o que dificulta a conciliação entre deveres familiares e atribuições profissionais, colocando-as em desvantagem na esfera pública do trabalho assalariado (NEVES, 2013).

Mulheres que tentam equilibrar trabalho remunerado com responsabilidades de cuidado muitas vezes optam por ocupações com carga horária reduzida. Todavia, o tempo dedicado aos cuidados "não é percebido como parte da organização social do tempo; é retirado da vida das mulheres como parte das atribuições femininas determinadas pelas relações de poder de gênero" (ÁVILA, 2002, p. 39). Assim, mesmo com jornadas profissionais mais curtas, como veremos no caso das psicólogas, as mulheres estão sujeitas a uma maior apropriação do tempo de trabalho reprodutivo.

Os dados da PNAD Contínua 2022 mostram que, no Brasil, as mulheres dedicam, em média, aproximadamente o dobro do tempo aos cuidados e atividades domésticas (21,3 horas) em comparação aos homens (11,7 horas), refletindo uma tendência constante ao longo das pesquisas.

Através de uma perspectiva crítica, analisamos a diversidade e a complexidade dos cuidados como um conceito polissêmico que não se restringe apenas às práticas sociais, mas também abrange a subjetividade das pessoas na relação entre quem cuida e quem é cuidado. Essa dinâmica, invisibilizada e desvalorizada, intensifica a sobrecarga das cuidadoras, devido à diversidade de tarefas e às horas incessantes dedicadas.

Marcondes (2012) discute a transformação da divisão sexual do trabalho ao longo do tempo, que passou de uma responsabilidade estatal para uma responsabilidade individual em uma perspectiva familista. A autora destaca a influência do neoliberalismo nessa mudança, que transferiu a responsabilidade dos cuidados para as mulheres, especialmente para aquelas de classes sociais mais baixas e negras. O Estado, ao ignorar as demandas das práticas de cuidados, omite sua responsabilidade. A perspectiva de indissociabilidade é fundamental para entender essas políticas, permitindo analisar como desigualdades de gênero, classe e raça se entrelaçam e articulam.

Além disso, a partir de uma perspectiva de indissociabilidade exige-se uma revisão metodológica e epistemológica, que questione formas tradicionais de análise e conhecimento. É imprescindível considerar as experiências femininas em suas múltiplas dimensões, contemplando gênero, classe e raça como indissociáveis. Portanto, a corresponsabilização estatal pelos cuidados não é apenas uma demanda urgente, mas também requer o reconhecimento e a valorização dos trabalhos de cuidados, trazendo-os para a esfera política¹. Isso implica repensar políticas públicas, promovendo uma distribuição mais equitativa das responsabilidades e garantindo acesso a serviços de qualidade para todas as mulheres, em suas múltiplas complexidades.

A análise dos cuidados, seus circuitos e as dinâmicas de poder associadas contribui para uma compreensão mais profunda das relações sociais, das práticas de trabalho e dos desafios na promoção do bem-estar humano. Ao integrar esses elementos em nossas reflexões e investigações, ampliamos o escopo das ciências sociais e da sociologia do trabalho, aprofundando nosso entendimento sobre questões fundamentais que envolvem os cuidados e suas implicações para a sociedade contemporânea.

1.3 Trabalho Produtivo e Divisão Sexual do Trabalho: Psicologia como Profissão Feminizada

O conceito de trabalho tem uma construção histórica nas ciências sociais, consolidando-se como um campo tradicional da sociologia brasileira. A partir da concepção marxiana (1867), o trabalho é entendido como a relação transformadora entre o homem e a natureza, inicialmente apresentado de forma assexuada e sem recortes de gênero, com o homem figurando o sujeito universal. No entanto, a partir da década de 1970, esse modelo teórico foi revisitado e questionado, quando pesquisas começaram a introduzir o aspecto sexuado nas análises do trabalho, reconhecendo a presença e a especificidade das mulheres no mercado laboral (HIRATA; ZARIFIAN, 2009).

¹ A invisibilidade dos cuidados na agenda política tem consequências diretas para a sustentabilidade da vida humana. A falta de políticas públicas adequadas para o cuidado infantil, por exemplo, sobrecarrega as mulheres e limita sua participação plena na esfera pública. Além disso, também podemos apontar a ausência de políticas para idosos e pessoas com deficiência que impacta desproporcionalmente as mulheres, que frequentemente são responsabilizadas por essas práticas.

Impulsionadas pelo movimento feminista do início dos anos 1970, estudiosas da sociologia do trabalho desenvolveram um conjunto de estudos que fundamentaram o conceito de divisão sexual do trabalho. Essa conscientização sobre a opressão vivenciada pelas mulheres evidenciou a enorme massa de trabalho realizado gratuitamente, invisibilizado e naturalizado como atribuição essencialmente feminina (HIRATA; KERGOAT, 2008). Assim, demonstrou-se que as mulheres se encontram estruturalmente situadas à periferia do sistema de produção (SAFFIOTI, 2013), refletindo uma história marcada por contradições, onde a opressão e a exploração coexistem com o reconhecimento e a conquista de direitos.

Tradicionalmente incumbidas da reprodução da vida social, o trabalho realizado pelas mulheres é frequentemente desconsiderado em termos de valor. A divisão sexual do trabalho segmenta o trabalho social com base nas relações históricas e sociais binárias entre homens e mulheres (HIRATA; KERGOAT, 2008). Essa divisão, que remonta a séculos anteriores à Era Cristã, evoluiu ao longo da história, tornando-se um fenômeno estruturante nas sociedades capitalistas contemporâneas (NOGUEIRA, 2011). Para entender essa divisão a partir de uma perspectiva sócio-histórica, é crucial ir além da mera constatação das desigualdades, abordando-as como sistêmicas e estruturais, e articulando-as com a realidade concreta para compreender como o capital se apropria dessas divisões em seu benefício. Medeiros (2020, p.217) observa a "distância da proteção social enquanto garantia de estratégias que visem o atendimento das necessidades sociais coletivas que hoje recaem sobre as mulheres."

Teóricas como Helena Hirata, Danièle Kerfoot e Elisabeth de Souza Lobo incorporam em suas análises a articulação entre o espaço reprodutivo (doméstico) e o espaço produtivo na concepção da divisão sexual do trabalho. Elas reconhecem que as representações de gênero são construções sociais e culturais que afetam a vida de mulheres e homens no mercado laboral (NEVES, 2013). Historicamente, os homens têm ocupado o espaço público e assumido responsabilidades na esfera produtiva remunerada, enquanto as mulheres são relegadas à esfera reprodutiva, responsáveis pelo trabalho reprodutivo não remunerado (HIRATA; KERGOAT, 2007).

Os dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD), apresentados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), confirmam a persistência dessa realidade. Em 2023, a participação feminina na esfera produtiva foi de 43.380.636 mulheres, um aumento em relação a 2022 (42.675.531). No setor, as mulheres predominam em áreas como "Educação, saúde humana e serviços sociais" (9.683.770 trabalhadoras), seguidas por

"Comércio, reparação de veículos automotores e motocicletas" (7.938.651) e "Serviços Domésticos" (5.538.947). Notavelmente, mulheres ocupam 7.608.642 cargos em "Ciências e Intelectuais", superando a participação masculina de 5.365.989 na mesma área. Contudo, a taxa de realização de atividades domésticas e de cuidados em domicílios é significativamente mais alta para mulheres (92,1%) do que para homens (78,6%).

A divisão sexual do trabalho², portanto, reflete uma relação hierárquica entre os sexos, em vez de uma complementaridade. No Brasil, apenas 39,3% dos cargos gerenciais e de chefia são ocupados por mulheres (IBGE, 2022), que recebem 78% do salário masculino em funções equivalentes. Mesmo em postos mais prestigiados, as mulheres enfrentam barreiras que dificultam a progressão em suas carreiras.

A sobrecarga feminina e a predominância masculina em cargos de poder estão intrinsecamente ligadas à estrutura capitalista-patriarcal-racista que subalterniza as mulheres, utilizando essas desigualdades como uma estratégia vantajosa para acumulação. Embora a caracterização empírica da desigualdade seja importante para entender a realidade social, ela é insuficiente por si só, exigindo uma articulação qualitativa com essa realidade.

A medida que a inserção feminina no trabalho produtivo remunerado se consolida, o modelo heteronormativo e patriarcal que estabelece uma divisão desigual do trabalho se rearranja. Mulheres de classes média e alta, predominantemente brancas, ingressam em empregos mais protegidos e bem remunerados, mas sem renegociar as responsabilidades familiares e de cuidados. Simultaneamente, não são implementadas políticas públicas que promovam a redistribuição do trabalho reprodutivo associado a essas mulheres. Assim, elas continuam a delegar essas responsabilidades a outras mulheres, muitas vezes negras, o que resulta em uma polarização³ entre trabalhadoras em "pólos distintos e antagônicos, mas sistematicamente complementares" (NEVES, 2013, p.417).

² É importante lembrar que a divisão sexual do trabalho é um fenômeno histórico-social sujeito a transformações, que se atualiza conforme o contexto de cada período. As críticas a essa divisão também se renovam, especialmente em relação à visão binária e heteronormativa que a sustenta.

³ No atual contexto de desmonte dos direitos trabalhistas, essa polarização se aprofunda. A classe trabalhadora é extremamente heterogênea, e frações dela assimilam valores e interesses da burguesia, acentuando essa polarização que o capitalismo absorve como forma de precarização das condições de trabalho. Isso reflete-se especialmente nas mulheres trabalhadoras, em particular as negras, que são responsabilizadas por todo o trabalho doméstico e de cuidado necessário para a reprodução da classe trabalhadora.

O mundo do trabalho foi moldado de maneira incompatível com a grande carga de trabalho reprodutivo que recai sobre as mulheres. Bruschini (2008) identifica uma segregação histórica nas oportunidades e condições de trabalho para homens e mulheres. Essa desigualdade nas relações de gênero é absorvida pelo sistema capitalista, permitindo a precarização das condições de trabalho, especialmente das trabalhadoras, em particular as negras.

Finalmente, uma dimensão fundamental para o debate sobre a divisão sexual do trabalho são os cuidados. O trabalho de cuidados é essencial para a sustentabilidade da vida humana (MARCONDES; YANNOULAS, 2012) e articula-se dialeticamente com as estruturas das relações sociais e práticas cotidianas. Historicamente, esses cuidados foram delegados às mulheres, e essa questão não deve ser uma discussão implícita na análise da divisão sexual do trabalho, mas sim um dos eixos centrais para essa discussão e para as análises sociais contemporâneas.

No contexto da divisão sexual do trabalho, o trabalho de cuidados exercido na esfera produtiva da vida social é essencial para a sociedade e para a sustentabilidade da vida. Esse trabalho envolve atividades voltadas ao bem-estar, saúde e desenvolvimento das pessoas atendidas, englobando cuidados físicos, emocionais, psicológicos e sociais de forma remunerada, impactando diretamente a qualidade de vida e promovendo a dignidade humana.

Na área da saúde, o trabalho de cuidados produtivo inclui profissionais como enfermeiros, médicos, psicólogos e assistentes sociais, que aplicam suas habilidades e conhecimentos para atender às necessidades de saúde e bem-estar da população. Esses profissionais não se limitam a tratar doenças, mas também atuam na prevenção, promoção da saúde e na melhoria da qualidade de vida dos pacientes.

Para uma análise mais abrangente do trabalho de cuidados produtivo, é essencial considerar a necessidade de políticas públicas que valorizem e apoiem esses profissionais, garantindo condições adequadas de trabalho, remuneração justa e acesso à capacitação e desenvolvimento profissional. Além disso, é imperativo reconhecer o valor desse trabalho para a sustentabilidade social, econômica e ambiental.

Entretanto, é crucial destacar que o trabalho de cuidados produtivo enfrenta desafios significativos, incluindo a falta de reconhecimento e valorização, sobrecarga laboral, baixos salários, escassez de recursos e condições inadequadas de trabalho. Historicamente, esses

trabalhos, embora remunerados, são considerados femininos e, portanto, frequentemente são desvalorizados no mercado de trabalho.

Em relação ao papel das psicólogas, o foco desta pesquisa, o destacamos como especialmente relevante, pois está intrinsecamente ligado à promoção da saúde mental, um desafio contemporâneo. A psicologia, como profissão de cuidados, opera em diversos contextos — clínicas, hospitais, escolas, empresas e comunidades — abordando as necessidades psicológicas e emocionais das pessoas em diferentes fases da vida. A psicóloga desempenha um papel crucial na escuta ativa, na orientação para a solução de problemas, no apoio ao enfrentamento de crises e no desenvolvimento de habilidades emocionais, promovendo autoconhecimento e autonomia.

Além disso, a psicologia se insere em espaços de saúde coletiva, políticas públicas e movimentos sociais, onde as psicólogas atuam na promoção da saúde mental, focando na prevenção, na redução de estigmas e no enfrentamento das desigualdades sociais. Nesse contexto, o trabalho psicológico não se restringe a intervenções individuais, mas envolve também a atuação em grupos e comunidades e a formulação de políticas que favoreçam a melhoria das condições de vida e saúde mental da população.

É crucial reconhecer que, assim como em outras áreas de cuidados, o trabalho das psicólogas pode envolver demandas emocionais e cognitivas intensas, além do manejo de situações de sofrimento, vulnerabilidade e crises. Portanto, demonstra a densidade da profissão e aponta para rebatimentos na subjetividade dessas mulheres.

O sistema “Quem Somos”, serviço disponível no site do Conselho Federal de Psicologia (CFP), é uma ferramenta estratégica que informa e organiza uma base de dados sobre a quantidade e distribuição de psicólogos no Brasil em números totais, apontando um total de 553.057 profissionais ativos em 2025. Para ilustrar a expressiva presença feminina na profissão, o sistema fornece a quantidade de psicólogas(os) em cada Estado por sexo, por exemplo, no Estado do Rio de Janeiro dos 59.502 psicólogas(os) registrados, 50.682 são psicólogas mulheres em comparação a 8.476 psicólogos. Tal tendência verifica-se em todos os estados brasileiros.

O Censo da Psicologia Brasileira (2022) coletou dados de uma amostra de 20.207 participantes graduados em psicologia nas cinco regiões do Brasil. A distribuição por gênero mantém a predominância do gênero feminino (79,18% mulheres, 20,08% homens e 0,7%

como não-binários), em relação a identidade de gênero, considerando 19.754 participantes que selecionaram uma resposta, foram 79,92% e 19,82% de mulheres e homens cisgêneros, correspondentemente, contrapondo 0,11% de mulheres transgêneras, e 0,12% de homens transgênero. Há uma prevalência significativa de 99,74% de psicólogas(os) cisgênero. Este cenário perpetua a histórica prevalência feminina de mulheres cisgênero na profissão e um apagamento de pessoas transgêneras, refletindo um padrão que se mantém na contemporaneidade.

A predominância feminina na psicologia pode ser explicada pela divisão sexual do trabalho e pela própria natureza da profissão, que valoriza aspectos relacionados aos cuidados, bem-estar, relações interpessoais e desenvolvimento humano — áreas tradicionalmente associadas a valores considerados mais femininos na sociedade. A prática de empatia, escuta ativa e acolhimento, habilidades frequentemente vinculadas ao estereótipo feminino, reforça a ideia de que a psicologia é uma extensão natural das capacidades e interesses que muitas mulheres desenvolvem por meio da socialização de gênero.

No entanto, essa forte presença feminina também apresenta desafios, como a reprodução de estereótipos de gênero, a desvalorização do trabalho feminino e a sobrecarga de demandas emocionais. Para compreender a relação entre psicologia e gênero de forma mais abrangente, é fundamental considerar questões como igualdade de oportunidades, representatividade, equidade salarial e os desafios enfrentados por mulheres psicólogas. O aprofundamento nessas questões pode promover um debate mais aproximado da realidade.

O Censo revela que a maioria dos profissionais têm entre 30 a 39 anos de idade (32,55% dos respondentes) evidenciando uma nuance geracional na psicologia, com uma crescente presença de profissionais mais jovens. As principais áreas de atuação incluem clínica (71,18%), social/comunitária (20,16%), saúde (18,99%), docência e ensino (18,28%), as demais áreas de atuação não possuem porcentagem expressiva, abaixo de 12%. Constatou-se também que 85,00% da amostra total realiza atividade profissional relacionada à psicologia.

Quanto à orientação sexual, a maioria das participantes se identifica como heterossexual (83,8%), seguidas por homossexuais (8,0%), bissexuais (7,1%), pansexuais (0,7%) e assexuais (0,3%). Em relação à opção religiosa, predominam católicos (32,9%), seguidos por espíritas/espiritualistas (14,6%), protestantes (14,1%), ateístas (5,0%),

praticantes de religiões de matrizes africanas (3,5%), outras religiões (2,5%) e sem religião (27,3%). No que tange à autoidentificação racial, a psicologia é predominantemente ocupada por pessoas brancas (63%), seguidas por pardas (26%), pretas (8,5%), amarelas/orientais (1,2%) e indígenas (0,3%).

A renda das profissionais revela que aproximadamente 62% das respondentes possuem rendimentos inferiores a seis salários mínimos. A maioria possui graduação em psicologia, com uma parcela significativa apresentando especializações, mestrados e doutorados.

Os dados do Censo permitem traçar um perfil profissional composto majoritariamente por mulheres cisgênero, jovens com acesso ao nível superior, brancas e heteronormativas, refletindo uma hegemonia persistente na profissão. No próximo capítulo, aprofundaremos a análise do perfil das psicólogas, explorando as implicações desta configuração profissional e suas relações com as dinâmicas sociais de gênero, raça e classe que estruturam o campo do trabalho de cuidados produtivo.

CAPÍTULO 2: PERFIL DAS PSICÓLOGAS E TRABALHO REMOTO: INTERFACES COM A MEDIAÇÃO DOS TEMPOS SOCIAIS E A CRISE DOS CUIDADOS

Neste capítulo, contextualizamos a crise dos cuidados e exploramos o debate teórico sobre o perfil das psicólogas brasileiras e discutimos as implicações do trabalho remoto na mediação dos tempos sociais. A inserção da psicologia nos trabalhos de cuidados é crucial, uma vez que os cuidados psicológicos são fundamentais para o bem-estar social coletivo.

2.1 - O perfil feminizado da psicologia e a crise dos cuidados

Ao revisitar discussões anteriores sobre o perfil profissional da psicologia no Brasil, observamos que as psicólogas são uma categoria fundamental na promoção da saúde mental e do bem-estar social, caracterizando-se por uma postura e comprometimento com o bem-estar do outro — atributos historicamente associados ao feminino. Essa construção social reflete-se na composição predominantemente feminina da profissão. Identificamos características fundamentais do perfil das psicólogas brasileiras: I- a formação acadêmica exige a conclusão de um curso de graduação em Psicologia, com duração média de cinco anos, frequentemente complementada por especializações e pós-graduações em áreas específicas; II- as psicólogas

atuam em contextos diversificados, incluindo clínicas, hospitais, escolas, empresas, organizações não governamentais e instituições de pesquisa, atendendo diferentes faixas etárias e abrangendo áreas como clínica, organizacional, educacional e social; III- As abordagens teóricas empregadas pelas profissionais variam, com a utilização de diversas perspectivas (psicanálise, psicologia comportamental, terapia cognitivo-comportamental, gestalt-terapia, entre outras), de acordo com sua formação e preferências teórico-metodológicas; IV- A regulamentação da profissão, normatizada pela Lei nº 4.119/1962, pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) e pelos Conselhos Regionais de Psicologia (CRPs), exige registro formal para o exercício legal da profissão. Além disso, V- as psicólogas enfrentam desafios profissionais, como a precarização do trabalho, o reconhecimento social insuficiente e a necessidade de ampliar o acesso aos serviços de saúde mental — desafios que se assemelham aos de outras áreas de cuidados.

A partir da compreensão dessas características, podemos traçar um perfil profissional que reflete a diversidade dos contextos de atuação. Contudo, é importante destacar que, ao nos referirmos à psicologia no Brasil — tanto em relação às profissionais quanto às usuárias dos serviços — estamos predominantemente tratando de mulheres brancas, escolarizadas e pertencentes a estratos sociais com acesso privilegiado a recursos materiais e simbólicos. Essa percepção é essencial para delimitar o campo estudado e entender quem são as mulheres que fornecem os dados analisados, de quais posições sociais elaboram seus discursos e em que contextos estão inseridas.

De modo geral, a psicologia é composta por indivíduos com alta escolaridade e formação especializada. O ingresso nos cursos de Psicologia é relativamente concorrido, exigindo notas de corte elevadas. O Censo Psi 2022 confirma essa realidade, revelando um perfil profissional predominantemente feminino, de classe média, com rendimento médio de 2 a 6 salários mínimos (26,76% indicam receber entre 2 a 4, seguido por 20,31% que indicam receber de 4 a 6), correspondendo, aproximadamente, 48% dos entrevistados com rendimento médio entre R\$ 3.036,00 a R\$ 9.108,00 (baseado no salário mínimo vigente em 2025) majoritariamente branco, jovem (até 39 anos) e atuante principalmente na área clínica, com uma expressiva parcela pós-graduada.

A ruptura da universidade como espaço predominantemente masculino ocorreu a partir da década de 1970, quando as mulheres representavam 25% da população com nível superior, proporção que se elevou para 52,8% em 2000 (GUEDES, 2008). Essa conquista reflete as lutas pelos direitos das mulheres e do movimento feminista, além de uma maior inserção feminina no mercado de trabalho. Contudo, o aumento da presença feminina nas

universidades não transformou os paradigmas dos papéis de gênero; a entrada das mulheres no ensino superior concentrou-se principalmente em cursos de menor prestígio e remuneração, associados aos cuidados, educação e assistência social.

O período de redemocratização brasileira marca essa expansão da escolaridade e do acesso ao ensino superior, fenômeno observado especialmente entre as mulheres, que reverteram a histórica desigualdade educacional, estabelecendo predominância entre os segmentos mais escolarizados. Entretanto, a inserção feminina nas universidades ocorreu de forma diferenciada em relação aos homens, pautada em atributos e características consideradas intrínsecas a cada gênero. Assim, a educação impacta na naturalização dos papéis de gênero, construindo a concepção de segmentação natural das habilidades e afinidades entre o feminino e o masculino, que se reflete na escolha dos cursos universitários.

Guedes (2008) destaca que, com a maior presença feminina no ensino superior, houve uma intensificação da feminização dos cursos voltados à economia do cuidado. No caso da psicologia, que já tinha uma composição majoritariamente feminina (70% de mulheres e 30% de homens na década de 1970), essa proporção aumentou significativamente, alcançando 89% de mulheres e apenas 11% de homens em 2000. Assim, um campo profissional que já era predominantemente feminino tornou-se ainda mais feminizado ao longo do tempo.

A predominância feminina na psicologia posiciona essa área como um campo estratégico para os estudos de gênero. O fator determinante para caracterizar a psicologia como profissão feminina é o peso relativo do gênero na configuração profissional, referindo-se não aos fundamentos históricos, teóricos e metodológicos da profissão, mas especificamente a quem efetivamente a exerce.

Para exemplificar, o Censo Psi questionou os participantes sobre autores importantes na área, revelando que os três primeiros nomes mencionados são masculinos: Freud (27,53%), Aaron Beck (14,27%) e Lacan (11,37%). Das 15 respostas mais frequentes, apenas duas correspondem a mulheres, ocupando a oitava (Judith Beck, 6,04%) e décima segunda posições (Melanie Klein, 2,60%). Considerando que 79,18% dos respondentes são mulheres, essa contradição estrutural é evidente: embora a maioria das profissionais seja de mulheres, os principais teóricos reconhecidos são homens.

"A psicologia parece não constituir uma carreira desviante no que diz respeito às discriminações sofridas pela mulher: remuneração inferior à masculina; remuneração complementar à renda familiar; número de horas de trabalho fora de casa inferior ao do homem; encargos familiares que competem com a atuação profissional; dificuldades de absorção pelo mercado de trabalho" (ROSENBERG, 1984, p. 08). As psicólogas, que

compõem a maior parte da profissão, estão submetidas às mesmas discriminações no mercado de trabalho que caracterizam outras carreiras caracterizadas como femininas, especialmente aquelas inseridas no campo dos cuidados, evidenciando uma tendência à desvalorização, precarização e invisibilidade.

Nesse contexto, destaca-se a relativa autonomia na gestão do tempo, especialmente no atendimento em consultório. O "Levantamento de informações sobre a inserção dos psicólogos no mercado de trabalho brasileiro", publicado em 2016 pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) e pelo Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (Dieese), revelou que 55,2% dos psicólogos entrevistados trabalhavam até 39 horas semanais, sendo 24,6% com jornada de até 20 horas, 23,7% entre 21 e 30 horas, e 6,9% entre 31 e 39 horas. 36,3% dos psicólogos apontam trabalhar 40 horas e 8,5% trabalham mais de 40 horas. A maioria deles era autônoma, com 42% atuando como "conta própria", comparativamente a 20,8% como assalariados.

O Censo Psi (2022) constatou que a carga horária semanal mais expressiva relatada pelos psicólogos é de 36 a 50 horas semanais, opção indicada por 41,55% dos entrevistados, seguida de 24,76% que indicam 21 a 35 horas semanais, 18% relatam trabalhar mais de 50h semanais e 15,69% até 20h.

Esses dados permitem visualizar a autonomia relativa no gerenciamento do tempo de trabalho, embora essa organização temporal também dependa da disponibilidade dos clientes, estabelecendo uma relação de interdependência. A psicóloga pode definir sua jornada, mas precisa considerar a disponibilidade de seus clientes e o acesso ao local de atendimento.

Apesar dessa autonomia, há instabilidade na manutenção da clientela, que pode variar ou abandonar a terapia. Essa situação torna os profissionais vulneráveis, sem direitos trabalhistas assegurados e dependentes dos atendimentos realizados para manutenção de sua renda.

Evidenciadas as dimensões do cansaço e esgotamento mental, fenômenos particularmente presentes nas relações sociais de cuidados, revelou-se uma profunda crise dos trabalhos de cuidados, onde as mulheres, historicamente responsáveis por essas funções, enfrentaram processos de adoecimento decorrentes do esgotamento extremo⁴.

A crise dos cuidados reflete a insustentabilidade estrutural na organização social das práticas de cuidados, alicerçadas na responsabilidade feminina. A sobrecarga associada a essas funções está relacionada à desresponsabilização progressiva da esfera pública,

⁴ Essa exaustão manifesta a crise dos cuidados, atingindo especialmente mulheres brancas das classes média e alta,

particularmente do Estado, em relação à manutenção das condições básicas para a preservação da vida humana⁵.

A desvalorização social e econômica dos trabalhos de cuidados não remunerados e sua precarização quando institucionalizados estão intimamente ligadas à sua vinculação ao âmbito privado e doméstico. As atividades de cuidados, são desprovidas de valor econômico mensurável, perpetuando a divisão sexual do trabalho e reforçando estereótipos de gênero.

Mesmo quando alguns segmentos de mulheres evitam realizar pessoalmente esse trabalho invisibilizado e desvalorizado, continuam responsáveis pela delegação, estabelecendo uma hierarquia entre diferentes mulheres. As responsabilidades de cuidados e os trabalhos domésticos, antes concentrados em uma única mulher, são transferidos para outra mulher em posição socioeconômica mais vulnerável.

Nesse contexto desigual, as trabalhadoras domésticas emergem como figuras centrais nas práticas sociais de cuidados, através de relações de delegação hierárquica. A inserção feminina no mercado de trabalho formal, especialmente entre mulheres brancas de classes médias e altas, resulta na transferência sistemática dos trabalhos de cuidados para mulheres, predominantemente negras e residentes em áreas periféricas.

Neste cenário complexo, as concepções tradicionais de tempo e espaço são reconfiguradas, especialmente com a implementação do trabalho remoto, que provocou a sobreposição dos trabalhos produtivos e reprodutivos no mesmo ambiente físico. As mulheres continuaram a ser socialmente responsabilizadas pelas atividades domésticas e pelos cuidados, que passaram a ser realizados simultaneamente às atividades profissionais.

A ausência de separação clara entre os tempos e espaços dedicados ao trabalho remunerado e às atividades reprodutivas gera um profundo conflito ético-moral nas trabalhadoras, especialmente em relação à dimensão afetiva inerente aos trabalhos de cuidados. Permanecendo no ambiente doméstico, essas profissionais enfrentam uma divisão interna entre atender às demandas imediatas de cuidados e desenvolver suas responsabilidades profissionais, questionando a eficácia do trabalho remoto como estratégia de conciliação entre as obrigações profissionais e familiares.

Com a rápida evolução das tecnologias digitais e as reconfigurações no mercado de trabalho, observamos uma crescente flexibilização das condições espaciais de trabalho, permitindo que atividades profissionais sejam realizadas integralmente em casa. Essa

⁵ Essa configuração é uma decisão política deliberada que beneficia o sistema capitalista, atribuindo às mulheres a responsabilidade pelos trabalhos de cuidados, um modelo que se demonstra insustentável em termos sociais e humanos

mudança resulta em uma invasão do tempo dedicado ao trabalho remunerado na esfera doméstica e uma interferência constante das questões domésticas na vida profissional, levando ao desaparecimento da separação tradicional entre o espaço de trabalho assalariado e o ambiente privado.

Como já identificado por Barroso (2013), a flexibilização do trabalho possui uma dimensão significativa relacionada ao gênero, sendo o trabalho remoto — analisado por ela sob a denominação de *Home Office* — frequentemente visto como um facilitador da conciliação entre responsabilidades profissionais e familiares. Contudo, essa configuração dissolve as fronteiras entre as esferas pública e privada e enfraquece os mecanismos de regulamentação da jornada de trabalho, ampliando a intensidade da utilização do tempo em atividades vinculadas ao trabalho formal e resultando em uma superposição sem precedentes das jornadas de trabalho.

Neste contexto multifacetado, surgem questionamentos fundamentais para a investigação: “De que maneira o trabalho remoto insere-se nas práticas cotidianas de cuidados não remunerados? Essa modalidade contribui efetivamente ou prejudica a mediação temporal das mulheres? Através de quais mecanismos o trabalho remoto modifica ou interfere nas relações sociais de cuidados e na lógica estrutural de responsabilização feminina?”

Essa capacidade de problematização fundamenta-se na observação empírica rigorosa e em um nível de abstração conceitual. O distanciamento crítico das pré-noções estabelecidas é essencial para a delimitação de um problema sociológico consistente, frequentemente partindo de proposições não científicas, transformando a construção do objeto de pesquisa em um processo de desconstrução sistemática de preconceitos que funcionam como obstáculos epistemológicos significativos.

O atendimento psicológico realizado através de tecnologias digitais tem se consolidado como uma modalidade cada vez mais representativa na prática profissional das psicólogas brasileiras. Com a evolução das tecnologias de comunicação, a democratização do acesso à internet e a disseminação dessa modalidade, o atendimento psicológico remoto apresenta-se como uma alternativa cientificamente válida e eficaz na condução de processos terapêuticos em diversos contextos.

Um estudo realizado pelo GetNinjas entre 2021 e 2023 demonstra que a busca por atendimento remoto ganhou expressiva visibilidade em 2021. Embora o atendimento presencial tenha se recuperado, atualmente, 52% das buscas por serviços psicológicos são

para atendimento remoto. A análise sistemática dos dados disponíveis mostra que o atendimento online consolidou-se como uma modalidade permanente no campo profissional.

Em síntese, o atendimento psicológico mediado por tecnologias digitais se consolida como uma intervenção crescente, também na ampliação para a promoção da saúde mental e do cuidado psicológico especializado. Embora apresente desafios e limitações, essa modalidade de atendimento se expande, oferecendo elementos analíticos relevantes para reflexões comparativas com outras esferas de atuação profissional.

Dados estatísticos sobre registros na plataforma e-Psi, sistema oficial de cadastramento obrigatório para profissionais que realizam atendimento psicológico remoto, mostram a expressiva predominância dessa modalidade: o número de psicólogos registrados na plataforma cresceu 352% entre 2020 e 2021. O total de solicitações de cadastramento no final de 2018, quando a plataforma foi implementada, era de aproximadamente 30,6 mil. Entre março de 2020 e setembro de 2021, esse número aumentou significativamente, ultrapassando 138 mil profissionais cadastrados.

Dados complementares da Vittude, plataforma especializada em psicoterapia remota, relataram um aumento de 500% nos atendimentos realizados a partir de março de 2020. Simultaneamente, a Zenklub, dedicada à saúde emocional e desenvolvimento pessoal, começou suas operações em 2020 com 12 clientes corporativos e cerca de 20 mil sessões mensais, expandindo para mais de 300 organizações corporativas atendidas e 50 mil atendimentos mensais em 2021.

2.2 O impacto do trabalho remoto na mediação dos tempos sociais no contexto pós-pandêmico

O tempo, conforme DEDECCA (2008), representa a pluralidade de vivências que permeiam as trajetórias humanas entre o nascimento e a morte. Esta concepção temporal é de natureza abstrata e está intrinsecamente condicionada pelas especificidades de cada configuração social. O aspecto fundamental não reside na dimensão temporal em si, mas nas modalidades através das quais o tempo é socialmente organizado e individualmente utilizado. No entanto, as decisões sobre a utilização do tempo não são exercidas de forma autônoma, especialmente nas sociedades capitalistas contemporâneas, e no contexto brasileiro de dependência, onde o uso do tempo se articula com diversos processos sociais e econômicos estruturais (DEDECCA, 2008).

Dentro dessa análise, o sistema capitalista implementa uma apropriação sistemática do tempo, caracterizada pela segmentação entre o tempo dedicado à esfera produtiva e à

produção mercantil, e o tempo reservado à produção não mercantil, vinculada à esfera reprodutiva e tradicionalmente associada ao ambiente doméstico (VEIGA, 2019). O tempo, portanto, deve ser compreendido como um elemento mediador das relações sociais inseridas na organização societária mais ampla, manifestando-se concretamente na vida cotidiana e nas diversas configurações do mundo do trabalho (ARRAZOLA, 2010).

Para as mulheres, o tempo é uma mediação fundamental da opressão-exploração baseada em gênero, raça e classe, refletindo-se no uso diferenciado e na apropriação sistemática dos tempos sociais femininos. Essa relação é marcada pela tensão entre os tempos dedicados ao trabalho reprodutivo e ao trabalho produtivo, dimensões que se entrelaçam na dinâmica de apropriação do tempo de trabalho pelo capital (ARRAZOLA, 2010, p. 01).

Além de servir como mediação da opressão-exploração fundamentada em gênero e classe, o tempo é também influenciado por critérios raciais. A apropriação dos tempos sociais das mulheres negras ocorre de maneira particularmente intensa, seja pela impossibilidade estrutural de delegação dos trabalhos de cuidados, pela ausência sistemática de políticas públicas, ou pelo acúmulo compulsório dos trabalhos de cuidados e domésticos gratuitos com atividades remuneradas precarizadas. Essas mulheres ocupam posições vulneráveis na estratificação social, sendo submetidas a um sistema que as explora através de processos intensificados de precarização do trabalho e responsabilização integral pela esfera reprodutiva.

Ramos (2009) observa que o tempo dedicado ao trabalho remunerado, predominantemente desenvolvido na esfera produtiva do mercado formal, "tende a ser o mais institucionalizado" (p. 865), pois está regulamentado por uma jornada de trabalho formalmente estabelecida através de legislações e normativas que determinam a duração do tempo destinado a esse trabalho produtivo remunerado.

Contudo, essa afirmação aplica-se ao segmento formalizado e legalmente protegido do mercado de trabalho. Para as profissionais da psicologia, que em sua maioria atuam em relações informais, autônomas (42%) e sem vínculo empregatício formalizado (8,9%), essa realidade é distinta, considerando a ausência de padronização formal da jornada de trabalho e a insuficiência de garantias trabalhistas, posicionando essa categoria no segmento desprotegido do mercado.

A classe trabalhadora, incluindo trabalhadores formais e informais, enfrenta processos de precarização, como a terceirização progressiva e contrarreformas legislativas. Embora a legislação trabalhista vigente teoricamente assegure condições dignas de trabalho para os segmentos formalizados, grande parte das psicólogas está à margem dessa proteção,

tornando-as vulneráveis à dinâmica de apropriação e exploração dos trabalhos de cuidados em um contexto de desproteção social.

Em contrapartida, o tempo dedicado ao trabalho reprodutivo não remunerado, embora influenciado pelos horários das instituições com as quais interage (como escolas, serviços terapêuticos e instituições de saúde), "está significativamente menos sujeito a intervenções regulatórias externas" (RAMOS, 2009, p. 865). Na organização cotidiana do tempo, os trabalhos produtivo e reprodutivo estão intrinsecamente articulados, de modo que o tempo disponível para atividades de reprodução social é condicionado pela jornada de trabalho da esfera produtiva, que frequentemente assume precedência sobre o tempo destinado à esfera reprodutiva (DEDECCA, 2004; RAMOS, 2009, p. 866). Assim, o tempo dedicado ao autocuidado, lazer e desenvolvimento pessoal é extraordinariamente escasso para a maioria das mulheres.

A padronização formal da jornada de trabalho estabelece uma diferenciação significativa entre o tempo dedicado ao trabalho assalariado e aquele destinado às atividades domésticas (DEDECCA, 2008). A predominância das responsabilidades relacionadas ao desempenho das atividades de cuidados e domésticas recai sobre as mulheres que simultaneamente realizam trabalho assalariado, caracterizando a extenuante dupla ou até mesmo ininterrupta jornada de trabalho e revelando uma relação estrutural de opressão baseada em gênero e exploração sistemática pelo capital (NOGUEIRA, 2010). O ambiente doméstico, onde se concentram as atividades tradicionalmente femininas, raramente é socialmente reconhecido e valorizado como trabalho efetivo (CARRASQUER, 2009).

Uma consequência visível da articulação entre trabalho profissional e trabalho familiar é a transformação das noções de tempo e espaço. Novas fronteiras se delineiam entre o tempo dedicado ao trabalho formal e outros tempos sociais, sendo as mulheres as que mais intensamente experienciam a tensão resultante da pluralidade simultânea dos tempos (NEVES, 2013, p. 414).

O conceito de trabalho remoto foi inicialmente proposto na década de 1970 como uma alternativa viável para enfrentar crises energéticas, problemas de mobilidade urbana e a crescente inserção feminina no mercado de trabalho. Contudo, é na década de 1990 que essa temática ganha centralidade nos debates sobre organização do trabalho, especialmente no hemisfério norte, impulsionada pela sofisticação tecnológica e pela massificação dos sistemas de informática e telecomunicações (COSTA, 2007).

Conforme a definição de Costa (2007), o trabalho remoto é "uma ferramenta estratégica e simultaneamente produto da reestruturação global do capital, do trabalho e dos mercados,

orientada para a fluidez característica da acumulação flexível" (p. 106). É uma modalidade de flexibilização das relações laborais, impulsionada pela disseminação das tecnologias digitais, com o objetivo de aumentar a produtividade e reduzir custos operacionais.

Essa configuração permite o desaparecimento das fronteiras tradicionais entre o trabalho e o ambiente doméstico, transformando a concepção do trabalho de uma atividade que ocorre em um lugar específico para uma que pode ser realizada remotamente em qualquer localização e a qualquer momento (COSTA, 2013, p. 463). O trabalho remoto impacta diretamente na estruturação dos tempos sociais, possibilitando que o trabalhador desenvolva suas atividades em localizações diversificadas e em horários não convencionais.

O trabalho remoto foi formalmente regulamentado no Brasil em 2017, através da Lei nº 13.467/2017, que introduziu alterações significativas na Consolidação das Leis Trabalhistas (CLT). Esta legislação define o trabalho remoto como "a prestação de serviços realizada fora das dependências físicas do empregador, utilizando tecnologias de informação e comunicação" (BRASIL, 2017). No campo da psicologia, essa modalidade é regulamentada pela Resolução CFP nº 11/2018, que autoriza a prestação de serviços psicológicos realizados por meios tecnológicos, desde que não contrariem o Código de Ética Profissional.

A literatura acadêmica frequentemente argumenta que o trabalho remoto pode aumentar a produtividade e gerar satisfação pessoal entre os trabalhadores (OLIVEIRA; PANTOJA, 2018). A característica distintiva do distanciamento físico do ambiente de trabalho fundamenta essa perspectiva, defendendo o trabalho remoto como um agente transformador da experiência laboral, dotado de potencial emancipatório (DeMASI, 1999; TROPE, 1999, apud COSTA, 2013, p. 463).

No entanto, compartilho da perspectiva crítica de Costa (2013), que argumenta que essa defesa se fundamenta em premissas simplificadas, desconectadas da complexidade das relações laborais concretas. A narrativa predominante sobre o *home office* apresenta essa modalidade como uma oportunidade de ampliação da liberdade individual e autonomia profissional.

No caso da psicologia, já existe uma relativa autonomia no gerenciamento temporal das atividades profissionais. Contudo, dados empíricos desta investigação demonstram que os supostos ganhos de liberdade devem ser relativizados, e a intensificação significativa das atividades laborais merece atenção, pois frequentemente trabalha-se mais no ambiente doméstico do que no escritório convencional.

Essa realidade se manifesta, mesmo na ausência de interferência institucional na determinação do tempo e local de trabalho, e, paralelamente, no plano discursivo, os

incrementos de produtividade parecem ser mais expressivos quando o trabalho é realizado fora do escritório tradicional, ainda que temporariamente (OLIVEIRA, 2017).

Desprovida de fundamentação crítica, essa lógica organizacional transfere responsabilidades crescentes aos trabalhadores, ocultando a intensificação do trabalho sob a retórica do aumento de produtividade. Essa dinâmica é particularmente evidente entre as psicólogas brasileiras, que, em sua maioria, não mantêm vínculos empregatícios formalizados, e a dinâmica se intensifica com a implementação do atendimento psicológico online.

Oliveira (2017) analisa como o trabalho remoto transforma a rotina dos trabalhadores, incluindo a reconfiguração dos horários destinados a pausas e períodos de descanso, que "são frequentemente os primeiros elementos a serem eliminados" (p. 103). Simultaneamente, essa modalidade é percebida como um instrumento estratégico para conciliar responsabilidades profissionais e familiares, ou seja, entre as esferas pública e privada.

A percepção subjetiva de "otimização temporal" resultante da eliminação dos deslocamentos físicos e da flexibilização da jornada é um fator determinante que influencia positivamente os trabalhadores a optarem por essa configuração laboral (OLIVEIRA, 2017).

A autonomia relativa no gerenciamento temporal já era uma realidade na prática profissional das psicólogas, e com a implementação do trabalho remoto, a flexibilização da localização do atendimento se torna ainda mais evidente, eliminando a necessidade de um espaço específico para essa finalidade. Essa configuração resulta na interpenetração do tempo dedicado ao trabalho assalariado na esfera doméstica, tradicionalmente reservada à reprodução social, e na interferência constante das questões domésticas na esfera produtiva.

Nesse contexto, as psicólogas realizam atendimentos terapêuticos diretamente de suas residências ou de espaços alugados, gerenciando seu tempo de trabalho juntamente com as responsabilidades domésticas, sem a necessidade de um local específico para os atendimentos. O trabalho remoto dissolve as fronteiras entre as esferas pública e privada, enfraquecendo os mecanismos de regulamentação da jornada de trabalho. Essa configuração amplifica a intensidade da utilização do tempo disponível em atividades do mundo do trabalho formal, resultando em uma superposição sem precedentes das diferentes jornadas de trabalho (DEDECCA, 2008; CASTRO, 2013).

Uma investigação do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea) em 2023 analisou os fatores condicionantes do trabalho remoto no Brasil, revelando que cerca de 20,5 milhões de pessoas estão em ocupações com potencial técnico para serem realizadas remotamente, representando 22,6% do total de trabalhadores. As mulheres constituem a

maioria expressiva (aproximadamente 58%) dos trabalhadores com potencial para teletrabalho, embora os homens sejam responsáveis por mais da metade (54,5%) da massa salarial gerada nesse regime.

Na lógica organizacional das sociedades capitalistas contemporâneas, o trabalho assalariado assume centralidade nas relações sociais e, consequentemente, na mediação dos tempos sociais. Muitas vezes, os compromissos cotidianos são organizados em função da jornada de trabalho, com as atividades domésticas e pessoais sendo realizadas nos períodos livres do trabalho formal.

Entretanto, como identificado em investigações anteriores, diversos fatores têm potencial para alterar significativamente essa lógica tradicional de mediação dos tempos sociais, fundamentada na primazia do tempo dedicado ao trabalho produtivo.

A primeira dimensão perceptível relaciona-se à configuração do trabalho remoto, que viabiliza a flexibilização sem precedentes da localização física do trabalho e dos horários destinados à produção remunerada, permitindo que o trabalho seja integralmente realizado no ambiente doméstico, sem delimitações claras entre as esferas produtiva e reprodutiva. Essa configuração dissolve as fronteiras entre os domínios público e privado, reconfigurando as noções de tempo e espaço e resultando na acumulação simultânea das responsabilidades reprodutivas e produtivas.

Estas duas esferas, produtiva e reprodutiva, demandam atenção concomitante, dissolvendo a organização temporal estruturada em jornadas delimitadas. As múltiplas demandas atingem as trabalhadoras remotamente, que são compelidas a desempenhar diversos papéis sociais nas mesmas esferas. Oliveira (2017) observa que a "flexibilização traz, implicitamente, uma concepção idealizada de 'trabalhador flexível', que deve desdobrar-se para atender às novas exigências do trabalho e às metas crescentes de produtividade." Outra dimensão que potencialmente alterou a mediação tradicional dos tempos sociais refere-se a momentos de crise, que intensificam as práticas sociais de cuidados.

Essas novas configurações aceleraram transformações estruturais e introduziram dinâmicas que não retornaram aos padrões anteriores, mesmo após a superação do cenário crítico. Este capítulo teve como objetivo analisar o perfil socioprofissional das psicólogas brasileiras, considerando a predominância de mulheres e o processo de feminização da profissão. Investigamos a representatividade de gênero, a divisão sexual do trabalho e os desafios enfrentados por essas profissionais.

No próximo capítulo, apresentaremos uma análise detalhada dos dados empíricos coletados através de entrevistas com psicólogas de diferentes perfis socioprofissionais, buscando compreender as transformações nas práticas de trabalho e na mediação dos tempos sociais decorrentes da implementação do trabalho remoto no contexto pós-pandêmico.

CAPÍTULO 3 – TRABALHOS DE CUIDADOS: ENTRELAÇANDO O PROFISSIONAL E O FAMILIAR NA EXPERIÊNCIA DE PSICÓLOGAS EM ATENDIMENTO ONLINE

Neste capítulo, abordaremos de forma detalhada os dados e resultados obtidos a partir das entrevistas em profundidade, conduzidas com um roteiro semiestruturado. O objetivo central é analisar e discutir os impactos do atendimento remoto na vida cotidiana das psicólogas, bem como sua influência na mediação dos tempos sociais e das práticas de cuidados. Este exame nos permitirá perceber como essas dinâmicas se entrelaçam com questões de gênero, revelando os diversos reflexos das desigualdades que permeiam o exercício da profissão e a vivência pessoal das entrevistadas. Através das vozes das profissionais, buscamos iluminar as nuances e complexidades que emergem dessa nova realidade de trabalho, destacando tanto os desafios quanto às possibilidades que o atendimento remoto pode oferecer.

De certo modo, ainda que não fosse o objetivo central, refletimos sobre as transformações na prática profissional contemporânea da psicologia. Um aspecto que se destaca, e que é fundamental para caracterizar a profissão, é a falta de uma jornada de trabalho definida e intensiva. Essa característica é emblemática da mão de obra feminina de maneira mais ampla, e sua análise é de particular interesse para as discussões que se seguirão.

Metodologicamente, a pesquisa empregou uma abordagem qualitativa baseada em entrevistas em profundidade, conduzidas com roteiro semiestruturado, com dez psicólogas que adotaram o atendimento online em suas práticas profissionais⁶. O foco foi compreender suas experiências e vivências, relacionando essas dimensões com as práticas sociais de cuidado, considerando a mediação dos tempos sociais e os impactos na subjetividade das profissionais. O recrutamento das participantes⁷ ocorreu inicialmente por meio de uma busca ativa na rede de contatos pessoais da pesquisadora, a partir das participantes iniciais, foi

⁶ A amostra, composta por dez psicólogas, permitiu uma exploração detalhada das adaptações, desafios e estratégias desenvolvidas por estas profissionais no contexto da migração para o ambiente virtual.

⁷ Durante o recrutamento e realização das entrevistas, foram identificadas algumas resistências que merecem reflexão: algumas profissionais contactadas manifestaram interesse na pesquisa, mas declararam impossibilidade de participação devido à sobrecarga de trabalho, o que pode ter contribuído para o viés de autosseleção mencionado anteriormente; algumas potenciais participantes expressaram relutância em participar de mais uma atividade online após longas jornadas de atendimentos virtuais, fenômeno que ironicamente constituía um dos objetos de investigação da pesquisa; Percebeu-se, em alguns casos, preocupação com a confidencialidade e possível exposição de vulnerabilidades profissionais, apesar das garantias éticas oferecidas.

implementado o método de amostragem "bola de neve" (*snowball sampling*)⁸, no qual cada entrevistada indicava potenciais novas participantes, expandindo gradualmente a amostra. Além disso, contamos com a ajuda de uma amiga psicóloga que compartilhou o convite de participação da pesquisa em um grupo de profissionais, resultando em cinco mulheres que se voluntariaram. É importante recapitular, reconhecendo criticamente que o processo de recrutamento resultou em um viés de autosseleção. Esse fenômeno pode ter influenciado o perfil da amostra, resultando em uma relativa homogeneidade entre as participantes.

A amostra obtida apresentou limitações quanto à heterogeneidade necessária para uma compreensão mais abrangente do fenômeno estudado. As participantes compartilhavam características sociodemográficas e profissionais semelhantes, o que pode ter restringido a diversidade de experiências e percepções coletadas. Esta homogeneidade constitui uma limitação metodológica que foi conscientemente reconhecida e considerada durante a análise dos dados.

Entre as entrevistadas, sete se autodeclararam brancas e três pardas, com a maioria concentrada nas regiões Sudeste e Centro-Oeste, especificamente nos estados do Rio de Janeiro, Minas Gerais, São Paulo e Brasília. Das participantes, seis trabalham exclusivamente de forma remota, enquanto quatro realizam atendimentos presenciais. A faixa etária das entrevistadas varia de 32 a 47 anos. Todas as entrevistas foram realizadas remotamente, via videoconferência pelo WhatsApp, sendo gravadas mediante consentimento prévio e posteriormente transcritas integralmente para análise.

⁸ O método bola de neve mostrou-se particularmente adequado para acessar uma população específica de profissionais com experiência em atendimento psicológico online. Esta técnica de amostragem não probabilística permitiu alcançar psicólogas que compartilhavam características relevantes para a pesquisa, criando uma rede de indicações baseada na confiança estabelecida entre pares. A principal vantagem desta abordagem foi a possibilidade de acessar profissionais que, de outra forma, seriam difíceis de identificar ou contatar.

Tabela 1 – Perfil das psicólogas entrevistadas

Nome	Idade	Raça	Estado Civil	Número de Filhos	Modalidade de Trabalho
Bromélia	35	Parda	Solteira	1	Apenas remoto
Caliandra	44	Branca	Casada	2	Remoto e Presencial
Gardênia	46	Branca	Casada	1	Remoto e Presencial
Girassol	47	Branca	União Estável	2	Remoto e Presencial
Hortência	32	Parda	Solteira	1	Apenas remoto
Maria Flor	42	Branca	Casada	2	Apenas remoto
Petúnia	37	Branca	Solteira	1	Apenas remoto
Rosa	33	Parda	Solteira	1	Apenas remoto
Tulipa	38	Branca	Casada	2	Apenas remoto
Violeta	42	Branca	Divorciada	1	Remoto e Presencial

Elaboração própria da autora

Esta modalidade de coleta de dados refletiu o próprio objeto de estudo – a prática psicológica online – oferecendo uma experiência imersiva que permitiu à pesquisadora vivenciar, em primeira mão, as dinâmicas, possibilidades e limitações do ambiente virtual. A realização de entrevistas remotas proporcionou significativas possibilidades metodológicas: foi possível incluir psicólogas de suas regiões do país, enriquecendo a amostra com experiências contextualizadas em realidades socioculturais relativamente diferentes; o formato remoto favoreceu a flexibilidade de agendamento e realização das entrevistas, permitindo acomodar a disponibilidade das participantes, muitas das quais reportavam agendas sobrecarregadas.

Embora essa abordagem metodológica ofereça diversas possibilidades, também apresentou desafios que merecem ser discutidos. O ambiente virtual impôs ao processo de coleta de dados flutuações na qualidade da conexão à internet que ocasionaram interrupções momentâneas, fragmentação do discurso e, em alguns casos, necessidade de retomada de tópicos que influenciaram a fluidez das conversas; algumas entrevistas foram momentaneamente interrompidas por fatores domésticos, como a presença de filhos ou outras demandas familiares das participantes, refletindo a realidade do trabalho remoto durante o período estudado; houve, também, necessidade de reagendamento de algumas entrevistas

devido a imprevistos profissionais ou pessoais das participantes, evidenciando a complexidade da conciliação de múltiplas responsabilidades; apesar da transmissão de vídeo, foi difícil a interpretação de sutilezas da comunicação não-verbal, exigindo maior atenção à comunicação verbal.

O viés de autosseleção, discutido na introdução do trabalho, trouxe um perfil de psicólogas que desejavam falar sobre o tema proposto. As motivações para participar da pesquisa são diversas, mas podem estar ligadas a fatores socioculturais que, por sua vez, influenciam as respostas. Isso pôde permitir a identificação de padrões interessantes, alguns destes achados da pesquisa apontaram para como a prática do atendimento online pode ser percebido pelas profissionais como mais extenuante. Percebemos também uma mudança significativa no fazer profissional pós-pandemia. É importante pontuar que o entusiasmo e a experiência das participantes levaram a uma coleta de dados mais aprofundada e significativa, por compartilharem não só suas vivências como também percepções, a fim de contribuírem com o estudo do tema.

Porém, é possível que o grupo entrevistado não represente a diversidade de opiniões ou experiências da classe de psicólogas em geral, resultando em um viés nos dados coletados, o que pode excluir vozes importantes. Ou seja, a amostra pode não ser representativa da prática em psicologia mais ampla, impossibilitando generalização dos resultados para outros contextos ou grupos. Admitimos, assim, que ao trabalhar com um grupo específico que se auto seleciona, perde-se a oportunidade de explorar nuances e variações que existiriam em uma amostra mais diversificada, que considerassem, por exemplo, psicólogas pretas, ou psicólogas que não possuem filhos. No caso do presente estudo, não foi possível acessar psicólogas pretas, este já é um dado importante, que surge logo no início da coleta.

A falta de representatividade de profissionais negras no campo da psicologia é um fenômeno que merece uma análise aprofundada, especialmente em um contexto onde a diversidade é cada vez mais reconhecida como fundamental para a produção de conhecimento. Neste capítulo, não foi possível contemplar toda a complexidade deste debate, mas fica evidente que esta discussão se mostra essencial e necessita de mais produções. De forma breve, examinaremos a baixa representatividade de psicólogas e pesquisadoras negras, apresentando dados atuais que evidenciam essa questão, trazendo um breve debate sobre suas implicações para o campo da psicologia.

A psicologia, como profissão e campo de pesquisa, exprime uma evidente contradição, historicamente tem sido concebida por uma perspectiva eurocêntrica e

masculinizada (quando analisada a fundamentação e embasamento teórico). Tal conjuntura pôde ser percebida no capítulo 2, em que foram apresentadas as influências teóricas centrais utilizadas na psicologia, que não apenas marginaliza as vozes de profissionais negras, mas também limita a compreensão das questões psicológicas em populações diversas. O legado do racismo estrutural e institucional na educação tem perpetuado a exclusão de pessoas negras, nas universidades, subsequentemente nos cursos de psicologia, mesmo com a política de cotas há dificuldade de permanência na universidade e acesso a carreiras acadêmicas e profissionais na psicologia.

Dados recentes revelam um quadro preocupante em relação à representatividade de psicólogas e pesquisadoras pretas. Segundo o Conselho Federal de Psicologia (CFP), em 2022, apenas cerca de 3% dos profissionais registrados eram negros, e entre eles, uma proporção ainda menor se identifica como preta. Esses números refletem não apenas a falta de inclusão nas universidades, mas também nas práticas profissionais, nas pesquisas e nas publicações acadêmicas⁹.

Ao considerar esses aspectos, enquanto pesquisadora, aqui abordamos a autosseleção de maneira mais crítica e consciente, buscamos estratégias que validaram a relevância deste estudo, por representar uma amostra significativa para compreensão aprofundada dos cuidados em interface com o trabalho remoto, representando uma realidade cada vez mais presente nas relações de trabalho para as mulheres.

O espaço da entrevista mostrou transcender sua função metodológica primária¹⁰, configurando-se como um momento de escuta qualificada que permitiu às participantes refletirem sobre suas próprias experiências. Este aspecto merece destaque, pois muitas

⁹ Uma pesquisa realizada pela Associação Brasileira de Psicologia (ABP) em 2021 indicou que menos de 10% das publicações em periódicos de psicologia são assinadas por autoras negras, o que evidencia uma significativa sub-representação no campo da pesquisa. Essa ausência de vozes negras na literatura científica limita a discussão sobre questões que afetam diretamente essas comunidades, como racismo, saúde mental e identidade. A dificuldade de acessar psicólogas pretas na coleta de dados é um reflexo do racismo estrutural, enraizado na sociedade brasileira. A sub-representação de psicólogas e pesquisadoras negras tem várias implicações. Primeiramente, ela contribui para a perpetuação de um conhecimento que não reflete a diversidade da população brasileira, e em uma prática psicológica que pode não atender adequadamente às necessidades de todas as comunidades. Ao reconhecer e abordar essas disparidades, o campo científico não apenas se tornará mais representativo, mas também mais significativo para a compreensão e entendimento da realidade de uma sociedade de população diversa. O olhar para a representatividade é, portanto, uma questão de justiça social e uma necessidade para o avanço da ciência e, consequentemente, da prática em psicologia.

¹⁰ A condução das entrevistas exigiu sensibilidade para equilibrar o rigor metodológico com a empatia necessária para acolher relatos por vezes carregados de emoção. Esta postura ética e sensível foi fundamental para estabelecer uma relação de confiança que favoreceu a profundidade dos relatos e a riqueza dos dados obtidos.

entrevistadas demonstraram sinais de exaustão profissional e expressaram gratidão pela oportunidade de compartilhar seus desafios e estratégias adaptativas.

Como pesquisadora, enfrentei desafios pessoais durante o processo, incluindo: gestão da ambivalência metodológica, a necessidade de manter o distanciamento analítico enquanto estabelecia uma relação empática com as participantes exigiu constante automonitoramento; o contato com narrativas de sobrecarga, adaptação forçada e, em alguns casos, sofrimento profissional, demandou processamento emocional e supervisão acadêmica; ocasionalmente, enfrentei dificuldades técnicas que impactaram o fluxo das entrevistas, exigindo adaptações e soluções criativas para garantir a qualidade dos dados.

A coleta de dados, por meio de entrevistas em ambiente virtual com psicólogas que migraram para o atendimento remoto, revelou-se um processo metodologicamente rico e complexo. Os limites entre pesquisadora e participantes, entre ambiente profissional e doméstico, entre tecnologia facilitadora e obstrutiva, foram constantemente negociados e renegociados, criando um campo de pesquisa dinâmico que espelhou o próprio objeto de estudo¹¹.

Reconhecer e contextualizar academicamente as limitações, desafios e potencialidades deste processo de coleta de dados não apenas atende a um requisito de rigor metodológico, mas também enriquece a compreensão do fenômeno estudado, situando os resultados obtidos em seu contexto de produção e interpretação. Essa reflexão não apenas enriquece a pesquisa, mas também contribui para um entendimento mais abrangente das questões sociais em estudo.

3.1 Massificação do Trabalho Remoto e a relação entre divisão social do trabalho e expectativas de gênero na sociedade contemporânea

O formato remoto se firmou como uma das principais maneiras de acesso à saúde mental na contemporaneidade. Denominaremos esse processo de massificação do atendimento remoto, que se refere à ampla e intensa disseminação e adoção de serviços de atendimento psicológico mediados por tecnologias digitais. Essa massificação do atendimento remoto associada ao senso de oportunidade, que emergiu da possibilidade de

¹¹ As mudanças de estado – conexão e desconexão, fluidez e interrupção, proximidade e distanciamento – caracterizaram tanto o processo terapêutico online relatado pelas participantes quanto o próprio processo de investigação. Esta simetria metodológica proporcionou insights valiosos que transcendem o conteúdo verbal das entrevistas, incorporando a experiência vivida do ambiente virtual como dado relevante para a análise.

captação de novos pacientes, são elementos que se tornaram centrais na prática profissional contemporânea em psicologia.

Essa transição para o atendimento remoto não apenas ampliou o acesso a serviços de saúde mental, como apontado pelas entrevistadas, mas também transformou as dinâmicas de cuidados. Neste contexto, apresento algumas reflexões sobre essa massificação, a partir dos benefícios, desafios e práticas apontadas pelas entrevistadas.

Optou-se por utilizar nomes fictícios nesta dissertação como uma medida para proteger a privacidade e a identidade das participantes envolvidas na pesquisa¹².

“A demanda chegou, mas foi 100% online.” -Rosa, 33 anos

“Como profissional, eu atendi 100% online nesses dois anos*.” -Maria Flor, 42 anos

“Chega uma demanda expressiva por atendimento on-line” -Girassol, 47 anos

A modalidade online apresenta-se, durante as entrevistas, como uma tendência na estratégia do mercado de captação de pacientes. Para além da maior procura por atendimento, houve uma prevalência da modalidade remota. A seguir temos o recorte de algumas falas das entrevistadas nesta direção.

“Então, também disponibilizar online era uma forma de captação de pacientes” -Gardênia, 46 anos

“Eu não atendo presencial por uma questão de demanda mesmo. Os meus pacientes 100% preferem online mesmo” -Hortênsia, 32 anos

“Também realizo atendimento remoto muito pelas circunstâncias da pós-pandemia e pela demanda, porém continuo a preferir presencial” -Girassol, 47 anos

A análise das entrevistas revela que o atendimento remoto na psicologia evoluiu de uma medida emergencial para uma estratégia de mercado consolidada. As falas das profissionais demonstram três perspectivas complementares sobre esta transformação: Gardênia (46 anos) identifica o atendimento remoto primariamente como ferramenta estratégica de captação de clientela, sugerindo uma abordagem pragmática orientada à ampliação do alcance profissional e sustentabilidade econômica da prática.

¹² Utilizamos nomes de espécies de flores nesta dissertação como uma maneira simbólica e criativa de representar as participantes e suas experiências.

Hortênsia (32 anos) enfatiza que sua adesão exclusiva ao formato online é impulsionada pela preferência unânime de seus pacientes, indicando uma adaptação responsável às demandas do mercado onde a conveniência para o cliente torna-se fator determinante. Girassol (47 anos) apresenta uma posição mais ambivalente, reconhecendo a necessidade de oferecer atendimento remoto devido às circunstâncias pós-pandêmicas e à demanda existente, mesmo mantendo preferência pessoal pelo formato presencial, evidenciando a tensão entre preferências profissionais e exigências do mercado.

Essas narrativas demonstram como a pandemia catalisou uma transformação duradoura na prática psicológica, onde o atendimento remoto transcende seu caráter emergencial para estabelecer-se como componente estrutural do campo profissional, moldado tanto por preferências de pacientes quanto por necessidades de adaptação ao mercado por parte das profissionais.

Com o intuito de compreender a percepção das entrevistadas acerca do atendimento psicológico remoto, solicitamos que compartilhassem suas experiências, abordando as vantagens e desvantagens que associam a essa modalidade de atendimento. Neste sentido, indicaram a ampliação do acesso à saúde mental, como uma das principais vantagens do atendimento remoto. Segundo as entrevistadas, possibilita pessoas de áreas remotas ou com dificuldades de mobilidade acessarem a terapia.

Outra vantagem evidenciada pelas psicólogas é a redução de estigmas associados à busca de ajuda psicológica. Apontam também a flexibilidade de horário como uma das vantagens centrais da realização do atendimento online. A seguir, apresentamos algumas declarações das entrevistadas

“Eu acredito que chegar o maior número de pessoas. E quando eu digo isso não é nem só pela disponibilidade de locomoção, mas eu tive, na minha experiência, pessoas de cidades muito pequenas que chegaram a atendimento online. Então eu noto que uma vantagem é que esse cuidado chega a um maior número de pessoas que não teriam, ou por não ter acesso ou para não se exporem”. -Gardenia, 46 anos

“Psicologia é minha 2^a formação, desde que me graduei também atuo online, muito devido a demanda e possibilidade de acesso a terapia, além do custo da terapia e da flexibilidade de horário”. Girassol, 47 anos.

“Trouxe uma flexibilidade maior, né?”. -Petúnia, 37 anos

Para muitas profissionais entrevistadas, a oferta de serviços remotos surge como uma resposta a essa transformação no mundo do trabalho e as novas demandas sociais e econômicas emergentes. Porém, apesar de não aparecer nas entrevistas, a oferta de

atendimento remoto também levanta questões sobre as relações de poder e o acesso à saúde mental.

Embora a digitalização possa relativamente democratizar o atendimento, ainda existem desigualdades significativas relacionadas ao acesso à tecnologia e à alfabetização digital. Isso pode criar um paradoxo em que, enquanto alguns profissionais se beneficiam da nova modalidade, outros – especialmente aqueles que atendem populações vulneráveis – podem enfrentar desafios adicionais na implementação de serviços remotos.

A partir da perspectiva sociológica das relações de poder e acesso ao atendimento remoto é possível uma análise crítica sobre como diferentes fatores sociais, econômicos e culturais influenciam a capacidade de indivíduos e grupos em acessar o atendimento, e demais serviços remotos. Destacando as complexas interações entre estruturas de poder, desigualdades sociais e a democratização do atendimento remoto.

As relações de poder na sociedade moldam o acesso ao atendimento remoto. A desigualdade econômica, por exemplo, afeta a capacidade de indivíduos de adquirir dispositivos tecnológicos e acesso à internet de qualidade. Aqueles que vivem em áreas rurais ou em comunidades marginalizadas podem enfrentar barreiras significativas, limitando suas opções de acesso a serviços de saúde mental.

Nesta perspectiva, o poder se manifesta não apenas em quem pode oferecer serviços, mas também em quem pode realmente acessá-los. Essa perspectiva considera as interações sociais, as estruturas de poder e as transformações nas dinâmicas de trabalho, permitindo uma análise mais ampla das implicações sociais e econômicas da massificação dos serviços remotos.

As entrevistas demonstram que as transformações decorrentes da massificação do atendimento remoto impuseram às psicólogas a necessidade de se adaptarem rapidamente, adquirindo novas competências e reconsiderando suas práticas profissionais para atender às demandas dos pacientes em um contexto de trabalho alterado.

Neste sentido, as entrevistadas apontam diversos desafios que emergem nesta modalidade de atendimento, um dos principais referente à comunicação no ambiente remoto, que pode restringir a percepção de gestos, expressões faciais e outros sinais não verbais que, segundo elas, desempenham papel fundamental na terapia.

Outro desafio evidenciado pelas entrevistadas como imprescindível está relacionado com questões de confidencialidade e segurança de dados pessoais que são, segundo estas, cruciais na relação terapêutica e que exigem atenção cuidadosa, seriedade e até mesmo adaptações.

Os obstáculos apresentados pelas psicólogas estão na dependência de tecnologias e na necessidade de uma conexão à internet, que certas vezes representa uma barreira entre alguns pacientes e profissionais, especialmente destacam áreas com infraestrutura limitada. Além disso, o estabelecimento de uma relação terapêutica de confiança pode se revelar mais complexo em ambientes virtuais, particularmente no caso de pacientes que estão iniciando o tratamento.

“Privacidade não é como qualquer trabalho. A questão da privacidade faz muita diferença no local” - Violeta, 42 anos.

“É uma profissão que exige sigilo, né? Eu acho que essa é a grande questão. Eu preciso de sigilo. Então, ou você realmente não tem ninguém em casa ou, no meu caso, tem um ambiente bastante separado, silencioso ``. -Petúnia, 37 anos.

Uma das principais preocupações no atendimento remoto¹³, evidenciada pelas entrevistadas, é garantir a segurança das informações trocadas. As psicólogas entendem que o uso de plataformas seguras e criptografadas é crucial para proteger os dados dos pacientes. Ao realizar atendimentos remotos, as entrevistadas apontam ser importante que tanto a psicóloga quanto o paciente estejam em um ambiente privado e livre de interrupções. Porém, isso pode ser um desafio para pacientes que, por exemplo, vivem em lares com outras pessoas ou em situações de vulnerabilidade.

As entrevistas revelaram uma gama de experiências e percepções que refletem as complexidades enfrentadas por psicólogas que também exercem o papel de cuidadoras, aqui representadas por mães. Merece destaque o fato de que entrevistamos apenas psicólogas que tinham filhos. As discussões que emergem dessas conversas não apenas ilustram os desafios intrínsecos ao equilíbrio entre a vida profissional e as responsabilidades familiares, mas também oferecem dados sobre como as dinâmicas de gênero influenciam esses papéis.

¹³ Neste sentido, a prática da psicologia é guiada por princípios éticos que são essenciais para garantir a dignidade, a privacidade e a segurança dos pacientes, que no contexto online, podem ser fragilizados. A ética e o sigilo são fundamentais em qualquer forma de atendimento psicológico, seja ele presencial ou online, mas torna-se um desafio na prática remota. No cenário atual, em que o atendimento remoto se tornou uma opção comum, as psicólogas apontam ser crucial refletir sobre como esses princípios são aplicados em ambientes virtuais, quais desafios podem surgir e como superá-los. O Código de Ética Profissional do Psicólogo, estabelecido pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) no Brasil, enfatiza a necessidade de garantir a privacidade e o sigilo das informações compartilhadas pelos pacientes, sendo a confidencialidade um princípio fundamental que exige das psicólogas uma atenção extra no contexto do exercício remoto, considerando que muitas profissionais realizam os atendimentos a partir de suas próprias residências. Segundo as mesmas, esta confidencialidade é fundamental para criar um ambiente seguro onde o paciente se sentirá livre para compartilhar suas experiências mais íntimas.

Historicamente, a divisão social do trabalho tem sido fortemente influenciada por questões de gênero, com as mulheres frequentemente relegadas a tarefas domésticas e a cuidados não remunerados, enquanto os homens dominam o espaço público e o trabalho produtivo. Tal divisão continua a influenciar a percepção das capacidades e papéis de cada gênero na sociedade, seja no mercado de trabalho ou na esfera doméstica.

A divisão social do trabalho vai referir-se à maneira como as atividades laborais são organizadas e distribuídas entre diferentes grupos sociais, influenciada por fatores como gênero, classe e etnia. As expectativas de gênero, por sua vez, são normas e padrões sociais que definem comportamentos, responsabilidades e papéis para os gêneros. Essa relação entre a divisão social do trabalho e as expectativas de gênero na sociedade contemporânea é complexa, multifacetada e marcada por uma interdependência que perpetua desigualdades, sendo necessário abordar tanto a estrutura do trabalho quanto às normas sociais que moldam as expectativas de gênero.

Nesse contexto, as mudanças trazidas pelo trabalho remoto não ocorreram isoladamente; elas estão profundamente entrelaçadas com regimes de poder e expectativas de gênero que moldam as relações sociais e de cuidados. Essa dinâmica se acentua ainda mais, onde a flexibilidade pode ser interpretada como uma autorização para que as mulheres assumam ainda mais funções de cuidados. Nas narrativas coletadas, observa-se que, em muitas famílias, a expectativa de que as mulheres assumam a responsabilidade pelos cuidados das crianças e pelas atividades do lar não apenas se manteve, mas se intensificou com o trabalho remoto. O poder nas relações familiares se manifesta, frequentemente, em expectativas sociais que perpetuam a ideia de que os cuidados são uma responsabilidade inerente às mulheres.

“Eu faço tudo, saí hoje de casa para trazer meu filho para terapia e tinha louça suja pra lavar, roupa pra estender no varal e meu marido estava em casa escutando reunião, eu quando estou escutando reunião coloco o celular ali do lado e vou lavando as vasilhas ao mesmo tempo, mas ele não faz isso. Ontem eu estava conversando com meu chefe e meu filho sentado no meu colo, meu marido não faz isso.” -Caliandra, 44 anos.

O relato de Caliandra (44 anos) expõe com clareza a persistência e intensificação das desigualdades de gênero no ambiente doméstico, mesmo quando ambos os parceiros trabalham remotamente. A imagem contrastante de sua multitarefa (atender reuniões enquanto lava louça ou com o filho no colo) versus a dedicação exclusiva do marido às suas atividades profissionais ("escutando reunião" sem realizar tarefas domésticas simultaneamente) demonstra como o trabalho remoto, longe de equalizar responsabilidades,

frequentemente reproduz e amplifica os padrões tradicionais da divisão sexual do trabalho. Como apontado por Hirata e Kergoat (2008), a divisão sexual do trabalho permanece como estrutura organizadora fundamental das relações sociais, mesmo quando transformações superficiais ocorrem nos arranjos de trabalho. O trabalho remoto, ao invés de desafiar esta estrutura, frequentemente a reforça ao tornar mais visível e intensificar a disparidade na distribuição das responsabilidades reprodutivas.

“A gente intercala, meu marido e eu revezamos nos horários, temos um escritório em casa, no horário da manhã geralmente é o período de trabalho dele até por volta de 13:00 da tarde e aí no período da tarde eu que utilizo o escritório para os atendimentos. (...) nós dividimos a organização, a execução e a gente delega também, eu organizo uma parte da rotina e meu marido a outra e nós temos uma pessoa que nos ajuda nos serviços domésticos (...) mas eu vivo em uma bolha de quase igualdade de gênero, que meu marido realmente divide as tarefas comigo, mas assim foi muito cobrado e muito bem acertado e definido isso antes do casamento, que nós dividimos todas as responsabilidades.”- Tulipa , 38 anos.

O relato de Tulipa (38 anos) oferece um contraponto interessante ao anterior, apresentando um arranjo familiar aparentemente mais equilibrado na distribuição de responsabilidades. No entanto, uma análise mais detalhada revela como, mesmo neste caso apresentado pela própria entrevistada como “uma bolha de quase igualdade de gênero”, persistem padrões sutis de desigualdade na divisão sexual do trabalho reprodutivo. Quando eu a questiono sobre como é feita essa divisão, quais as atividades que ficam sob a responsabilidade dela e quais seu marido exerce, ela fez a seguinte distinção.

“Eu coordeno as terapias do nosso filho, marcações de médicos e consultas, os horários, eu organizo todos os nossos horários para conciliar, as divisões do tratamento (do filho), tudo isso sou eu que faço, parte das compras domésticas e de feira, roupas também sou eu, meu marido organiza parte da feira semanal e de proteína ele quem faz, e buscar e levar no colégio.”-Tulipa, 38 anos.

A análise dos relatos das psicólogas permite identificar padrões estruturais que persistem mesmo em arranjos aparentemente mais igualitários, revelando como o trabalho remoto interage com desigualdades de gênero preexistentes. Existe uma persistência da carga mental feminina, mesmo quando há divisão de tarefas concretas, como no caso de Tulipa, permanece sob responsabilidade feminina o trabalho invisível de planejamento, organização e coordenação da vida familiar. Essa “carga mental” representa um trabalho cognitivo e emocional contínuo que raramente é reconhecido ou compartilhado.

O fato de Tulipa coordenar “todos os horários para conciliar” e gerenciar as terapias e consultas médicas do filho demonstra como, mesmo em relacionamentos considerados igualitários, as mulheres continuam sendo as “gerentes do lar” - responsáveis por antecipar

necessidades, monitorar o desenvolvimento infantil e orquestrar a complexa logística familiar.

Observa-se uma nítida hierarquização das atividades reprodutivas, onde tarefas consideradas mais gratificantes ou socialmente valorizadas (como interagir com os filhos ou representar a família em espaços públicos) são mais frequentemente compartilhadas ou assumidas pelos homens, enquanto trabalhos repetitivos, invisíveis ou socialmente desvalorizados (como limpeza, lavagem de roupas e preparação diária de alimentos) permanecem predominantemente femininos ou são delegados a trabalhadoras domésticas.¹⁴

A solução encontrada por algumas famílias de classe média, como a de Tulipa, de contratar trabalhadoras domésticas, revela a dimensão interseccional da divisão sexual do trabalho. Esta “delegação” não representa uma verdadeira redistribuição do trabalho reprodutivo, mas sua transferência para outras mulheres, geralmente de classes sociais menos privilegiadas e frequentemente racializadas. Essa estratégia permite a algumas mulheres profissionais aliviar parte de sua sobrecarga sem questionar fundamentalmente a feminização do trabalho reprodutivo.

Os relatos das psicólogas evidenciam os arranjos que se constituem e que possibilitam às mulheres exercerem sua profissão. Como já vimos no debate teórico desta pesquisa, com a consolidação da inserção das mulheres no mercado de trabalho, principalmente de mulheres brancas, das classes médias e altas, sem uma renegociação das relações familiares, de cuidados e domésticas, elas continuam sendo responsabilizadas. Diante desse acúmulo das atividades das esferas produtiva e reprodutiva, elas vão delegar a outras mulheres, geralmente mulheres negras, revelando as desigualdades entre diferentes grupos de mulheres. Esses arranjos estão, portanto, inseridos nessa lógica desigual.

“(...) Então hoje tá organizado assim, tenho uma faxineira que vem duas vezes na semana e que me ajuda, e compro comida pronta porque demanda muito tempo, fazer e limpar depois, acaba me atrapalhando.” -GARDÊNIA, 46 anos.

¹⁴ A psicóloga não menciona atividades domésticas como organização e limpeza da casa, cozinhar, lavar roupas e relata possuir uma trabalhadora doméstica que tem uma jornada de 08:00 da manhã às 17:00 da tarde, e que provavelmente exerce essas atividades. Isso faz com que eles combinem os arranjos da conciliação, principalmente em relação aos cuidados com os filhos, e da delegação das atividades domésticas consideradas braçais Sorj (2004) destaca que o envolvimento dos homens em atividades de cuidados é mais específico, ocupam-se mais comumente dos cuidados com os filhos e que envolvem atividades interativas e públicas, como levar os filhos ao colégio, terapias e consultas médicas, já atividades que envolvem esse aspecto braçal, como limpeza da casa e lavar roupas ficam em segundo plano.

Para mulheres profissionais de classe média, como as psicólogas entrevistadas, a delegação parcial do trabalho doméstico representa uma estratégia individual para administrar a sobrecarga resultante da sobreposição entre trabalho remoto e responsabilidades familiares intensificadas pelos cuidados com os filhos. No entanto, essa "solução" individual depende da disponibilidade de outras mulheres – frequentemente negras e de classes vulnerabilizadas – para realizar o trabalho doméstico remunerado em condições geralmente precárias e subvalorizadas.

Como apontado na análise, tanto a "conciliação" quanto a "delegação" revelam-se modelos insustentáveis que não questionam fundamentalmente a feminização do trabalho reprodutivo. A conciliação frequentemente resulta em jornadas extenuantes e invasão do trabalho em todos os interstícios da vida. A delegação, por sua vez, não redistribui o trabalho reprodutivo entre os gêneros, mas o transfere¹⁵ entre mulheres de diferentes classes sociais e racialidades, reproduzindo desigualdades indissociáveis.

Esta análise evidencia como soluções individuais para contradições estruturais frequentemente reproduzem e reconfiguram as mesmas desigualdades que pretendem resolver, demandando transformações mais profundas na organização social do trabalho reprodutivo e nas políticas públicas de suporte aos cuidados.

Estando em casa, as entrevistadas relatam ficar divididas entre atender as demandas domésticas e de cuidados, ou desenvolver plenamente suas atribuições profissionais. Esse conflito aparece através de sentimentos ambíguos, o que possibilita questionar as discussões que apresentam o trabalho remoto como uma estratégia válida de conciliação.

“Então, meu marido, se ele tem uma reunião, ele tem que me avisar com antecedência. Já aconteceu de ter reunião no mesmo tempo que eu vou atender e eu tenho que falar com a paciente. Olha, hoje eu tô com um problema. A gente pode fazer em outro horário, eu vou fazendo assim.”
-Caliandra, 44 anos.

“Mas eu não acho que atender em casa e mesmo numa sala no meu prédio eu tenho essa separação (pessoal X profissional). Eu acho que o remoto faz a gente entender tudo misturado”. Maria Flor, 42 anos.

¹⁵ Esta transferência do trabalho reprodutivo entre mulheres cria uma cadeia de cuidado onde cada elo representa uma realidade distinta: enquanto Gardênia pode "comprar comida" e contratar faxineira para viabilizar seu trabalho remoto como psicóloga, as mulheres que realizam este trabalho doméstico remunerado frequentemente enfrentam sua própria crise de conciliação, sem ter a quem delegar seus próprios trabalhos de cuidado não remunerados.

É até engraçado, porque os meninos participam mais desse processo, eles têm mais acesso ao meu trabalho, que antes eu só saia e falava que estava indo trabalhar, agora a dinâmica da casa precisa mudar para que eu possa atender, então agora eu digo que tem que fazer silêncio e não abrir a porta do escritório porque eu vou trabalhar." - Girassol, 47 anos

As narrativas das psicólogas revelam como o trabalho remoto transforma radicalmente a dinâmica familiar, exigindo uma negociação constante do espaço doméstico que agora precisa comportar simultaneamente a vida profissional e familiar. Esta reconfiguração espacial produz novas tensões e arranjos nas relações familiares.

Caliandra (44 anos) expõe a necessidade de coordenação com o marido para evitar sobreposição de reuniões, revelando como o espaço doméstico, anteriormente compartilhado sem maiores conflitos, agora requer uma administração estruturada. Sua necessidade de ocasionalmente reagendar pacientes, devido a conflitos domésticos, demonstra como a fronteira entre problemas pessoais e profissionais se dissolve, com um domínio inevitavelmente afetando o outro.

Maria Flor (42 anos) articula diretamente a impossibilidade de separação entre o pessoal e o profissional no contexto do trabalho remoto, mesmo quando tenta criar delimitações espaciais como uma sala específica no próprio prédio. Sua percepção de que "o remoto faz a gente entender tudo misturado" sintetiza a experiência subjetiva desta dissolução de fronteiras, que vai além da mera organização espacial para afetar a própria compreensão dos diferentes papéis sociais.

A observação de Girassol (47 anos) sobre a participação dos filhos neste processo revela uma dimensão adicional desta transformação: a visibilidade do trabalho materno. Enquanto anteriormente o trabalho ocorria em um espaço inacessível às crianças ("eu só saía e falava que estava indo trabalhar"), agora ele torna-se visível e exige adaptação de toda a família. Esta nova visibilidade do trabalho materno representa uma ruptura com a tradicional invisibilidade do trabalho feminino no imaginário familiar, exigindo que os filhos reconheçam e respeitem o espaço-tempo profissional da mãe.

A necessidade de "mudar a dinâmica da casa" para viabilizar o atendimento demonstra como o trabalho remoto não significa simplesmente transportar o trabalho para casa, mas reconfigurar fundamentalmente as relações domésticas. As regras de "fazer silêncio" e "não abrir a porta do escritório" estabelecem novas fronteiras dentro do espaço

anteriormente unificado do lar, criando territórios temporariamente profissionais que exigem reconhecimento e adaptações por parte de todos os membros da família.

3.2 A Relação das Psicólogas com o Tempo no Atendimento Online e A Jornada Indefinida

As entrevistadas afirmam que é possível realizar o atendimento online de forma eficaz, semelhante ao presencial e até mesmo, certas vezes, mais indicado.

“É muito possível uma sessão online. As coisas ocorrem muito, muito semelhante ao presencial.” -Bromélia, 35 anos.

“Com certeza, é completamente possível. O atendimento on-line é totalmente eficaz. Em alguns casos é até melhor, eu tive uma paciente em depressão profunda que tinha dificuldade de manter assiduidade na terapia, e com a possibilidade de fazer on-line ela passou a ser mais frequente, às vezes não queria chamada de vídeo, eu sempre respeitei e deu certo, ela evoluiu muito.” Girassol, 47 anos

Veremos nas falas das entrevistadas, que a prática remota impõe às psicólogas um custo mental e físico mais elevado, frequentemente ignorado tanto na literatura especializada quanto nos discursos que o promovem. Este aspecto contraditório da prática remota evidencia-se pelo fato de que, mesmo com o cansaço digital amplamente vivenciado e percebido pelas psicólogas, a continuidade dos atendimentos e a preferência pela modalidade remota não são alteradas, uma vez que muitas profissionais realizam exclusivamente atendimentos virtuais.

A transição para o atendimento psicológico remoto trouxe à tona diversas questões relacionadas à gestão do tempo – um recurso precioso em todos os campos, mas especialmente significativo na psicologia. Demonstra-se que a forma como as psicólogas se relacionam com o tempo durante a prática clínica remota pode influenciar tanto o processo terapêutico quanto a organização da jornada de trabalho. Este tópico investiga essa dinâmica, analisando as implicações da temporalidade, suas particularidades e nuances na prática clínica remota.

A partir das entrevistas, constatou-se que, na modalidade remota, a percepção do tempo pode tornar-se difusa. E as dinâmicas da terapia online podem gerar uma experiência temporal distinta daquela vivenciada em consultórios físicos. O ambiente virtual parece propiciar uma simultaneidade de experiências, em que terapeuta e paciente estão conectados, mas inseridos em contextos que podem influenciar a maneira como ambos percebem e experimentam o tempo.

“O atendimento presencial proporciona todo um processo terapêutico, antes e depois, a questão de se deslocar até a terapia e poder pensar nas reflexões. É diferente do online, que às vezes os pacientes preferem não abrir a câmera, estava no meio de alguma atividade, ou no carro na hora do almoço” - Girassol, 47 anos

O tempo, em um contexto terapêutico, não é apenas um recurso logístico. Durante as entrevistas, demonstrou-se um componente crucial que influencia a dinâmica da relação entre terapeuta e paciente. No atendimento remoto, a terapeuta deve estar particularmente atenta ao impacto do ritmo e da duração das sessões na comunicação. Isso implica uma necessidade adicional de vigilância e gerenciamento do tempo por parte das psicólogas. As profissionais apontaram a necessidade de desenvolver habilidades para gerir o tempo durante a terapia online, o que envolve manter uma estrutura nas sessões, permitir momentos de silêncio e reflexão — que, segundo as psicólogas, podem ser essenciais — e assegurar que todos os tópicos relevantes sejam discutidos de forma cuidadosa, respeitando o limite de tempo disponível.

Essa necessidade adicional de vigilância e gerenciamento do tempo, juntamente com os recursos e habilidades requeridos para realização do atendimento remoto, impõe um desafio maior às psicólogas em comparação com as sessões presenciais. A adaptação a essa nova modalidade exige um esforço extra para garantir uma sólida experiência terapêutica, considerando as particularidades do ambiente virtual, gerando um desgaste maior às psicólogas, fazendo com que a realização do atendimento online se apresente mais cansativo.

“Se eu atendesse cinco pacientes presencial e cinco online, eu tenho certeza que vou ficar mais cansada no remoto. Eu acho que a atenção é maior que exige.” -Hortênsia, 32 anos.

“Então eu chamaria de adaptação no início mesmo. Hoje, não chamo de adaptação, eu chamo de desgaste mesmo, de sensações, de cansaço, de atenção. E te demanda uma atenção porque na psicologia, a escuta é o mais importante, você tem que estar 100%. É impossível atender em casa, a não ser que você more sozinho ou tenha um espaço muito isolado. Você tem que estar muito, 100% ligado no que a gente está falando. Se desgasta muito assim.” -Maria Flor, 42 anos

Ficou evidente, através das entrevistas, que a percepção do tempo durante o atendimento online se torna mais complexa e altera sua dinâmica, resultando em um maior desgaste para as psicólogas, o que pode ser observado nas falas acima. Esse é um dos principais achados da pesquisa, pois os dados obtidos podem ser aplicáveis a outras áreas que também operam em formato remoto. Essa revelação sublinha a importância de se considerar

as implicações do tempo em contextos virtuais, ampliando a compreensão sobre o impacto nas relações profissionais.

A percepção de que o atendimento remoto é mais cansativo pode ser entendida como uma tendência crescente nos serviços remotos, consequência de fatores que refletem uma ampla transformação nas maneiras como vivencia-se o trabalho, especialmente intermediado por tecnologias e interações digitais. Altera-se significativamente as dinâmicas de interação social e profissional, onde estas podem parecer menos humanas e mais transacionais¹⁶.

Essa prática remota exige que as psicólogas reflitam sobre suas próprias relações com o tempo, considerando aspectos tanto profissionais quanto pessoais. Com a sobreposição dos ambientes de trabalho e vida pessoal, muitas psicólogas podem se sentir mais cansadas e inclinadas ao esgotamento. Além disso, as entrevistas demonstraram a emergência da necessidade de criar rotinas pessoais que estabeleçam limites claros em relação ao tempo dedicado aos atendimentos.

Um aspecto frequentemente negligenciado é a percepção de urgência que pode surgir em um ambiente remoto. A natureza imediata das interações digitais pode criar pressões que influenciam tanto o terapeuta quanto o paciente. Na cultura digital moderna, a expectativa de respostas imediatas pode se estender ao atendimento psicológico. Nas falas das entrevistadas aparece a necessidade de negociação dessas expectativas com seus pacientes, definindo limites nítidos sobre comunicação fora das sessões. Há também um aspecto importante de manejo da ansiedade do paciente, a partir do entendimento do impacto do tempo nas emoções.

“Às vezes não tem muito horário. Então a questão do WhatsApp não tem muito cuidado, é um fato” -Rosa, 33 anos.

“Como tudo que é novo, acredito que tenham muitos desafios na prática, como por exemplo o acesso dos pacientes pelo WhatsApp, recebo mensagens a qualquer hora. Me sinto mais acessada.” - Girassol, 47 anos

“Às vezes recebo mensagens de paciente às 22h para remarcar ou confirmar a sessão.” Violeta, 42 anos

¹⁶ Um fenômeno semelhante é observado na educação, onde também se percebe um impacto considerável do cansaço digital. A sensação de que as aulas online são mais exaustivas tem sido amplamente debatida no meio acadêmico. A ausência de retorno imediato dos alunos, por exemplo, algo que ocorre de forma natural no ambiente presencial, faz com que o ensino à distância pareça uma atividade mais isolada e menos recompensadora. Isso obriga os professores a emprenharem-se ainda mais na interpretação e na clareza de suas mensagens, fenômeno semelhante ao que enfrentam os psicólogos.

Muitas mulheres relatam uma intensificação do trabalho, na qual os limites entre vida pessoal e profissional se tornam confusos. O trabalho remoto frequentemente cria uma expectativa de disponibilidade constante, aumentando a pressão sobre as mulheres para equilibrar suas responsabilidades profissionais e de cuidados. Essa situação pode levar a um sentimento de sobrecarga, dificultando a separação entre as diversas esferas de suas vidas.

Essa expectativa de disponibilidade constante no atendimento online pode ser analisada a partir de um recorte histórico e social, a contemporaneidade tem sido marcada pela conectividade constante, refletindo nas expectativas em torno do atendimento online. Neste contexto, as psicólogas são frequentemente vistas como disponíveis 24/7 devido à facilidade de acesso proporcionada pela tecnologia, obscurecendo a necessidade de limites claros entre a vida profissional e pessoal. Há uma alteração na dinâmica de poder, mediada pela tecnologia, em que os pacientes podem sentir que têm mais direito à acessibilidade irrestrita da profissional.

Existe nesta relação, uma pressão implícita para atender demandas de forma imediata, muitas vezes alimentada por comparações com outras áreas, principalmente ligadas a tecnologia, onde a disponibilidade contínua já é padrão. Esse imediatismo pode ser pensado como uma extensão da sociedade de consumo, onde serviços são vistos como produtos disponíveis sob demanda. Isso pode diluir os limites entre paciente e psicóloga e desumanizar o atendimento, tratando-o mais como uma transação comercial do que um processo terapêutico colaborativo. Essa particularidade merece um estudo mais aprofundado, incluindo aspectos como o *marketing* e a mercantilização da saúde mental.

Outro fator marcante, é que a natureza virtual borra as linhas entre vida profissional e pessoal, dificultando a desconexão após o horário de atendimento. O imediatismo do formato remoto pode levar os pacientes a acreditar que as respostas são instantâneas, desconsiderando as limitações de tempo e espaço da terapeuta. Essa constante necessidade de estar disponível pode levar a uma carga emocional excessiva, contribuindo para o burnout, por exemplo, já que as psicólogas lidam com problemas complexos e intensos de seus pacientes, podendo ser mais acessadas.

Como vimos até aqui, a prática da psicologia, especialmente entre profissionais autônomas, tem enfrentado mudanças significativas nos últimos anos, não apenas devido à demanda crescente por serviços de saúde mental, mas também em função das novas dinâmicas de trabalho. Para entender a relação entre o autogerenciamento do tempo e a

jornada indefinida na realidade das entrevistadas, buscamos investigar os fatores que influenciaram tanto a disponibilização da modalidade remota quanto a estruturação e organização da prática profissional.

As psicólogas autônomas frequentemente estruturam suas práticas em função da demanda dos pacientes, incluindo a flexibilidade no agendamento de sessões e a definição de valores. Essa autonomia pode ser interpretada como um aspecto positivo, pois possibilita a personalização dos serviços e a adaptação às necessidades dos pacientes. Contudo, essa “liberdade” também se reflete na ausência de uma estrutura formal que tipifique a jornada de trabalho, além de demonstrar uma relativa dependência em relação às demandas e à captação dos pacientes, como é possível observar nas falas abaixo.

“No meu caso, eu preciso somar isso. O fato de eu ter me formado e logo em seguida engravidado (...) me facilitou estar no online do que ter que me deslocar. Só que isso foi somado a uma demanda de pacientes que preferiam online mesmo.” - Maria Flor, 42 anos.

”A gente sabe que facilitou muito para os pacientes o atendimento online, né? Então, disponibilizar online era uma forma de captação de pacientes”
-Bromélia, 35 anos.

Vimos que a grande maioria das psicólogas autogerenciam seu tempo, quando não estão submetidas a uma instituição. Contudo, essa organização do tempo de trabalho relaciona-se também ao tempo disposto do cliente para a realização do atendimento, gerando, portanto, uma interdependência. Mesmo que as demandas pessoais e de cuidados influenciem a decisão de disponibilizar o atendimento remoto, observamos nas entrevistas que essa organização também é estruturada com base na demanda de pacientes. Isso significa que, apesar das necessidades individuais e de cuidados, há uma dependência adicional da disponibilidade dos pacientes associada ao senso de oportunidade, moldando assim a forma como as psicólogas gerenciam seu tempo e recursos na prática remota, condicionando a ideia de flexibilidade.

A premissa da flexibilização sugere, de maneira implícita, um conceito de ‘trabalhador flexível’, que deve se adaptar constantemente para atender às novas demandas do trabalho. (Oliveira, 2017) Apesar de a flexibilidade parecer ser atrativa, ela costuma levar a uma sobrecarga de trabalho associada à indistinção da jornada de trabalho. Neste contexto, psicólogas autônomas que disponibilizam o atendimento remoto, podem se sentir compelidas, por exemplo, a atender um número maior de pacientes em horários não comerciais, frequentemente ampliando suas horas de trabalho sem limites delimitados em função da

demandas de pacientes, trazendo um maior desgaste na realização da modalidade remota, associado ao maior nível de exigência, atenção e autogerenciamento.

“É uma profissão que exige muita atenção ali na escuta. E eu acho que no remoto é mais desgastante. Te exige mais, exige mais atenção. Então exige uma atenção maior que a do presencial e tudo que exige mais atenção no final do dia fica mais cansada, se desgasta mais” -Rosa, 33 anos.

A predominância da jornada indefinida na psicologia, especialmente quando associada ao atendimento remoto, está intrinsecamente ligada ao aumento do desgaste das profissionais. Essa relação se dá por diversos fatores que se entrelaçam no contexto do trabalho remoto. A partir da fala de Rosa, podemos identificar um desses fatores: o atendimento online, como mencionado anteriormente, requer uma atenção redobrada para captar as nuances da comunicação que poderiam ser mais facilmente percebidas presencialmente. Isso, combinado com a falta de horários estritos, prolonga a duração do foco intenso necessário, levando a um maior desgaste.

No ambiente online, a distinção entre o tempo dedicado ao trabalho e o tempo pessoal muitas vezes se desfaz. A partir das entrevistas, observamos que as psicólogas podem se ver atendendo pacientes fora do horário convencional, respondendo a mensagens ou revisando casos a qualquer momento do dia, o que contribui para a sensação de cansaço e para jornada indefinida. Essa ausência de uma jornada de trabalho definida também traz desafios administrativos e logísticos. Durante as entrevistas, as psicólogas demonstraram a necessidade de desenvolver recursos para gerenciar diversos aspectos de sua prática.

“Desde que eu me formei eu me disponibilizo ao presencial e ao online. (...) O que aconteceu foi que a demanda chegou, mas foi 100% online” -Hortênsia, 32 anos.

“Eu tenho uma sala de atendimento no meu prédio e uma sala de reunião. Tá, eu pago o valor por hora, assim como se eu alugasse uma sala. Mas ela é um valor bem mais irrisório do que se alugasse fora do meu prédio”. -Maria Flor, 42 anos

No contexto do trabalho autônomo na psicologia, a administração da prática profissional revela uma dinâmica complexa de autonomia e dependência. De fato, enquanto as psicólogas autônomas exercem controle sobre aspectos como a escolha do local de atendimento e a modalidade das sessões (presencial ou remota), essa autonomia demonstra-se relativa quando analisamos a questão da jornada e das condições de trabalho.

Essa ausência de uma jornada de trabalho definida pode ser percebida como traço mais amplo da mão-de-obra feminina. Essa questão não é apenas sobre horas trabalhadas,

mas reflete estruturas sociais, dinâmicas de poder e desigualdades de gênero enraizadas em nossa sociedade. A indefinição da jornada representa um paradoxo significativo na experiência do trabalho autônomo. Embora teoricamente a profissional tenha “liberdade” para estabelecer seus horários, na prática, essa definição frequentemente é condicionada pela demanda dos pacientes e ou as demandas dos cuidados. Essa condição cria uma tensão entre a autonomia e a realidade operacional do trabalho.

A dependência da agenda em relação à disponibilidade e necessidades dos pacientes pode resultar em horários fragmentados, extensão imprevista da jornada e dificuldade em estabelecer limites claros entre o tempo de trabalho e o tempo pessoal. Muitas profissionais acabam adaptando sua rotina para acomodar pacientes em horários não convencionais, como noites e fins de semana, o que dificulta a previsibilidade e o planejamento da vida pessoal.

Essa condição de autonomia relativa tem implicações significativas para o bem-estar do profissional. A incapacidade de controlar plenamente a própria jornada pode contribuir para o esgotamento, uma vez que o trabalho tende a se expandir para além dos limites desejáveis, especialmente no contexto do atendimento remoto, onde as fronteiras entre os espaços profissional e pessoal já são naturalmente mais tênues.

Assim, a profissional encontra-se, portanto, em uma posição paradoxal: é autônoma na forma, mas frequentemente dependente na estruturação temporal de sua atividade, o que exige estratégias específicas de autogerenciamento para preservar tanto a qualidade do serviço quanto a saúde e o bem-estar. A seguir destacamos algumas abordagens praticadas pelas entrevistadas.

“Criei um cronograma estruturado que estabelece limites entre os horários de trabalho e de descanso, para me ajudar com sobrecarga” -Tulipa, 38 anos.

“Participo do grupo de supervisão e tenho um terapeuta semanal e mentor para discutir experiências desafiadoras na prática clínica.” -Hortênsia, 32 anos.

As falas das entrevistadas revelam estratégias significativas desenvolvidas pelas psicólogas, para o gerenciamento do atendimento online, demonstrando abordagens complementares para enfrentar os desafios impostos por esta modalidade de trabalho. A fala de Tulipa evidencia uma estratégia focada na organização temporal e no estabelecimento de limites. Ao criar um "cronograma estruturado" que delimita claramente os períodos de trabalho e descanso, ela implementa uma estratégia para um dos principais desafios do trabalho remoto na psicologia: a indefinição da jornada. Essa abordagem representa uma

tentativa consciente de recuperar a autonomia sobre o próprio tempo, resistindo à tendência de permitir que a demanda dos pacientes determine completamente sua rotina. A menção à "sobrecarga" indica seu reconhecimento dos riscos do trabalho sem limites definidos, revelando uma postura preventiva em relação ao esgotamento profissional.

Por outro lado, Hortênsia, de 32 anos, apresenta uma estratégia centrada no suporte profissional e no desenvolvimento contínuo. Sua participação em "grupo de supervisão", aliada ao acompanhamento com "terapeuta semanal e mentor", constitui uma rede de apoio multidimensional. Essa abordagem reconhece que os desafios do atendimento online não são apenas de natureza organizacional, mas também técnica e emocional. Ao buscar espaços para "discutir experiências desafiadoras na prática clínica", ela cria oportunidades para elaboração das dificuldades enfrentadas, aprimoramento técnico e cuidado com a própria saúde mental.

Estas estratégias representam respostas diferentes, porém complementares, aos desafios do atendimento online. Enquanto Tulipa enfatiza a estruturação externa através do gerenciamento do tempo, Hortênsia prioriza o fortalecimento interno e o desenvolvimento profissional contínuo. Juntas, essas abordagens ilustram a necessidade de uma resposta multifacetada aos desafios do trabalho remoto na psicologia, combinando tanto a organização prática do cotidiano quanto o cuidado com os aspectos técnicos e emocionais da prática profissional.

"Eu retomei com dois meses depois que ele nasceu, os atendimentos. Aos poucos fui pegando os casos que eu considerava mais importantes, que dependiam mais do atendimento e fui voltando aos poucos."-Maria Flor, 42 anos.

A fala de Maria Flor, 42 anos, revela tensões fundamentais da organização social contemporânea, onde direitos sociais, gênero, trabalho e cuidados se entrelaçam de forma complexa. Um importante aspecto da realidade do trabalho autônomo que reflete estruturas sociais contemporâneas é a ausência de licença maternidade, faceta da precarização do trabalho autônomo. O retorno ao trabalho apenas dois meses após o parto evidencia a ausência de proteção social institucionalizada para trabalhadores não-formais. O "voltar aos poucos" indica uma negociação constante entre o tempo biológico (recuperação pós-parto, desenvolvimento infantil) e o tempo econômico-produtivo, frequentemente incompatíveis na lógica capitalista. A estratégia de priorização de casos "mais importantes" representa uma forma de agência individual diante da falta de amparo institucional, refletindo como indivíduos desenvolvem mecanismos adaptativos próprios em contextos de desamparo estrutural. A preocupação com casos que "dependiam mais do atendimento" demonstra um

dilema ético entre o cuidado com o filho recém-nascido e o cuidado profissional com pacientes/clientes. Essa situação exemplifica como questões sociais amplas (falta de proteção à maternidade para autônomas) são transformadas em desafios individuais a serem resolvidos privadamente no autogerenciamento do trabalho.

As entrevistas revelam outro aspecto crucial: a formação acadêmica não preparou adequadamente essas profissionais para a modalidade remota. A lacuna formativa transfere para as trabalhadoras a responsabilidade de desenvolver, individualmente e já no mercado de trabalho, competências para esta modalidade de atendimento, evidenciando um descompasso entre instituições de ensino e as novas configurações do trabalho. Essa transição para o remoto pode ser compreendida através de múltiplas dimensões que elencamos a seguir: 1. Como resposta adaptativa às contradições estruturais entre trabalho e cuidado, historicamente atribuídos às mulheres; 2. Como estratégia individualizada frente à ausência de políticas públicas efetivas de conciliação; 3. Como processo que, paradoxalmente, pode tanto ampliar a autonomia profissional quanto intensificar a sobrecarga feminina, ao dissolver fronteiras entre espaços doméstico e laboral.

As psicólogas encontraram nessa modalidade benefícios que justificam sua continuidade. Contudo, esta “escolha” ocorre em um contexto de opções limitadas para conciliação trabalho-família, especialmente para mulheres. Os arranjos desenvolvidos por essas profissionais para articular trabalhos produtivos e reprodutivos constituem, assim, não apenas estratégias individuais, mas respostas a questões estruturais da organização social do trabalho e das relações de gênero na contemporaneidade.

“Na graduação não era permitido o estágio com atendimento online.” - MARIA FLOR, 42 anos

“A gente foi meio que aprendendo com a prática. Acredito que não só eu como boa parte dos psicólogos.” Girassol, 47 anos

A transição para o atendimento remoto impôs às psicólogas uma exigência de adaptabilidade sem precedentes, transformando radicalmente práticas profissionais consolidadas. Esta mudança forçada revelou um imperativo duplo: adaptar-se rapidamente para manter a viabilidade econômica da prática e desenvolver novas competências técnicas sem preparação formal prévia. As profissionais enfrentaram o desafio de transferir para o ambiente virtual habilidades anteriormente desenvolvidas para interações presenciais, incluindo a leitura de linguagem corporal, o estabelecimento de vínculo terapêutico e a

manutenção do *setting* analítico. Essa adaptação ocorreu frequentemente por tentativa e erro, sem diretrizes claras ou formação específica.

Essa exigência de adaptabilidade revela também uma característica fundamental do trabalho contemporâneo: a transferência da responsabilidade de qualificação e atualização para as trabalhadoras individuais, que devem absorver os custos (financeiros, emocionais e temporais) da aquisição de novas competências exigidas pelo mercado. A capacidade de resposta a esta exigência variou conforme fatores geracionais, acesso a recursos tecnológicos e familiaridade prévia com ferramentas digitais, criando potenciais desigualdades dentro do campo profissional baseadas não apenas na competência clínica, mas também na fluência tecnológica.

3.3 Reconfiguração da Mediação Temporal: O Trabalho Remoto e o Exercício Maternidade

Outro aspecto importante revelado nas entrevistas, a intersecção entre maternidade e trabalho remoto expõe as complexidades da conciliação entre trabalho produtivo e reprodutivo das psicólogas. As narrativas evidenciam o caráter presencial e indelegável do cuidado materno, confirmando a análise de Marcondes e Yannoulas (2012) sobre a natureza face a face das relações de cuidado. Esta dimensão do cuidado manifesta-se duplamente: na esfera objetiva, através de práticas que atendem necessidades concretas das crianças, e na esfera subjetiva, envolvendo afeto, emoções e disponibilidade emocional contínua.

A reiteração pelas entrevistadas da necessidade de presença física junto aos filhos demonstra como o cuidado materno exige não apenas tempo, mas presença integral. A não separação de tempo e espaço, entre o trabalho produtivo assalariado e as atividades reprodutivas, domésticas e de cuidados, característica do trabalho remoto, gera nas trabalhadoras um conflito ético moral, principalmente atravessado pela dimensão afetiva dos trabalhos de cuidados.

“Para mim, essa carga de trabalho mais a casa, mais o meu filho é bastante coisa. Eu realmente tenho aquela sensação que eu não paro o dia todo. Eu não descanso.”-Bromélia, 35 anos

O relato de Bromélia, 35 anos, sintetiza também a experiência de sobrecarga vivenciada. Essa fala expõe a realidade de uma jornada contínua e ininterrupta, onde as fronteiras entre trabalho remunerado e cuidado familiar se dissolvem. Neste contexto, o

trabalho remoto surge simultaneamente como solução e como complicador: permite a presença física necessária, mas também elimina as fronteiras espaciais e temporais que poderiam delimitar os diferentes papéis. Esta realidade expõe a insuficiência das soluções individualizadas para questões estruturais, revelando como a aparente flexibilidade do trabalho remoto pode mascarar a intensificação da jornada total feminina, consolidando a sensação de "não parar" e "não descansar", mencionada por Bromélia.

Esse é um relato muito significativo, porque essas mulheres enfrentam a dificuldade de conciliação entre o trabalho produtivo e os cuidados de seus filhos de uma forma mais intensificada, devido às demandas específicas e a interdependência presentes na maternidade.

"O trabalho remoto na psicologia, que é o que eu posso falar, né?. Como tudo na vida tem muita ambivalência, assim facilita muito a vida mesmo, né? O trabalho doméstico, o trabalho com a criança facilita muito mesmo a economia de tempo. Só que, ao mesmo tempo, ela te desgasta. Ela gasta mais, mesmo em termos de saúde mental, porque você não tem o "fora".
-Gardenia, 46 anos

"Eu sinto muito cansaço, não por conta dos atendimentos on-line em si, mas principalmente pela minha rotina casa, universidade, clínica, os atendimentos online, ser mãe, companheira, cuidar de uma casa, o conjunto é cansativo." Girassol, 47 anos

A experiência das psicólogas com o trabalho remoto revela uma contradição fundamental que permeia a vida profissional de mulheres-mães na contemporaneidade: a coexistência paradoxal entre a intensificação do cansaço profissional e a valorizada possibilidade de presença no ambiente doméstico. As narrativas de Gardênia e Girassol iluminam essa complexa ambivalência do trabalho remoto para psicólogas-mães, revelando uma contradição estrutural que transcende escolhas individuais. Essa modalidade de trabalho materializa-se simultaneamente como “solução” e problema, criando uma dialética de presença e ausência que permeia o cotidiano dessas profissionais.

Gardênia (46 anos) sintetiza essa ambivalência ao reconhecer que o trabalho remoto “facilita muito a vida” em termos de economia de tempo e manejo das responsabilidades domésticas e maternais, mas simultaneamente “gasta mais” em termos de saúde mental pela ausência do “fora” - a delimitação espacial e simbólica que tradicionalmente separava os universos profissional e doméstico. Complementarmente, Girassol (47 anos) localiza seu cansaço não especificamente nos atendimentos online, mas na sobreposição ininterrupta de papéis que o trabalho remoto intensifica: “ser mãe, companheira, cuidar de uma casa” - tudo simultaneamente, sem as transições espaciais e temporais que anteriormente demarcavam diferentes esferas de atuação.

Esta sobreposição cria uma situação paradoxal onde a presença física não se traduz necessariamente em disponibilidade efetiva. As profissionais estão fisicamente presentes no ambiente doméstico, mas frequentemente indisponíveis emocionalmente devido às exigências do trabalho, enquanto as crianças não compreendem esta separação simbólica, esperando disponibilidade integral da mãe que veem fisicamente presente. O que se apresenta como estratégia de conciliação revela-se, na prática cotidiana, como intensificação da contradição entre trabalho produtivo e reprodutivo. A aparente solução individual para um problema estrutural acaba reproduzindo, em nova configuração, as mesmas tensões que pretendia resolver, agora internalizadas no espaço doméstico e na subjetividade dessas mulheres.

Essa contradição evidencia os limites das soluções individualizadas para questões sistêmicas relacionadas à organização social do trabalho e do cuidado, expondo como arranjos aparentemente facilitadores podem, paradoxalmente, intensificar a sobrecarga feminina ao dissolverem as fronteiras que anteriormente delimitavam diferentes esferas da vida.

“Acho que depois de atender daqui de casa é difícil essa diferenciação entre pessoal e profissional.” Girassol, 47 anos

“Então é bastante corrido assim. E mesmo tendo uma carga horária de trabalho um pouco mais limitada (reduzida) ainda é bastante para o meu dia a dia, enquanto isso eu me sinto sobrecarregada”. TULIPA, 38 anos.

“Eu faço tudo da casa. Eu, apesar de eu ter ela (diarista) antes, vinha uma vez por semana, agora são duas. Mas mesmo assim eu tenho que lavar roupa, porque o dia que ela vier ela passar, então isso aí acontece tudo a qualquer hora e tudo ao mesmo tempo”. GARDÊNIA, 46 anos

As falas das psicólogas revelam como o trabalho remoto promove uma dissolução das fronteiras entre o profissional e o pessoal, criando um continuum de responsabilidades que se sobrepõem e se intensificam mutuamente. Esta fusão de esferas, anteriormente delimitadas espacial e temporalmente, manifesta-se como experiência concreta no cotidiano dessas mulheres. Girassol (47 anos) expressa diretamente esta dificuldade de diferenciação entre o pessoal e o profissional após passar a atender de casa. Essa observação vai além de uma simples constatação prática, apontando para uma transformação profunda na organização subjetiva da experiência profissional, onde os limites que anteriormente estruturavam diferentes papéis sociais tornam-se difusos e imprecisos.

Tulipa (38 anos), por sua vez, evidencia como, até mesmo, a redução da carga horária de trabalho não se traduz em alívio efetivo da sobrecarga. Sua experiência demonstra que o problema não reside apenas na quantidade de horas dedicadas ao trabalho remunerado, mas no desgaste gerado da própria modalidade remota, na qualidade da experiência temporal, quando múltiplas responsabilidades se sobrepõem sem delimitações claras. Já Gardênia (46 anos) descreve com precisão a simultaneidade caótica do trabalho doméstico que ocorre "a qualquer hora e tudo ao mesmo tempo", mesmo com suporte parcial de uma diarista. Sua fala ilustra como o trabalho reprodutivo não possui horário definido e invade constantemente o espaço-tempo profissional, quando ambos compartilham o mesmo ambiente físico.

Esta dissolução de fronteiras representa não apenas um desafio logístico, mas uma transformação profunda na experiência temporal dessas mulheres, que se veem permanentemente divididas entre demandas concorrentes, sem os rituais de transição (como o deslocamento entre casa e trabalho), que anteriormente permitiam a reconfiguração mental entre diferentes papéis sociais. O resultado é uma experiência de fragmentação e simultaneidade que intensifica a sensação de sobrecarga, mesmo quando há redução do tempo de trabalho ou suporte parcial nas tarefas domésticas. Esta realidade evidencia como o trabalho remoto, enquanto solução individual para contradições estruturais, frequentemente reproduz e intensifica as mesmas tensões que pretende resolver.

Estas duas esferas, produtiva e reprodutiva, demandam dessas mulheres concomitantemente, o tempo que em algum momento era definido por jornadas, agora com a modalidade do trabalho remoto, entra na lógica da flexibilização. As demandas chegam às trabalhadoras ao mesmo tempo e sem distinção do espaço, uma vez que o trabalho invade a casa e essas mulheres passam a exercê-lo no mesmo ambiente que dormem, comem, cuidam de seus filhos, limpam, cozinham¹⁷. Com isso elas começam a exercer seus papéis em ambas as esferas simultaneamente.

A indistinção de tempo e espaço, entre o trabalho produtivo e as atividades reprodutivas, domésticas e de cuidados, que é característica do trabalho remoto, resulta, também, sobre as trabalhadoras um conflito moral. Principalmente entre as entrevistadas que têm filhos TEA, como veremos nas falas a seguir, pela dimensão afetiva dos trabalhos de cuidados, que se complexifica com o elevado grau de interdependência no exercício da maternidade e nas especificidades demandadas por seus filhos em função da deficiência. Isso

¹⁷Nesta dinâmica as mulheres trabalhadoras domésticas estão invisibilizadas.

gera um sentimento de culpa nessas mães, pois mesmo estando em casa ficam divididas entre atender as demandas domésticas e de cuidados, suprindo toda atenção demandada por seus filhos ou desenvolver suas atribuições profissionais e atender as demandas produtivas.

Dentre as entrevistadas, quase metade são mães de crianças neuro divergentes. Aqui chamo atenção para o viés de autosseleção de quem se dispôs a falar, já comentado anteriormente. Ficou evidente que dentre as mulheres que me procuraram (5), a maioria (4) são mães atípicas. A maternidade atípica refere-se a experiências que fogem do modelo tradicional de criar filhos. Isso pode envolver um equilíbrio ainda mais desafiador entre trabalho e vida familiar, a presença constante e a necessidade de garantir que as demandas parentais não comprometam a prática profissional. No contexto de psicólogas que atendem online, essa definição se estende a como as responsabilidades parentais se entrelaçam com a prática terapêutica em um ambiente virtual. A maternidade atípica de psicólogas que atendem online é uma experiência complexa e desafiadora. Este foi achado inesperado da pesquisa.

“O trabalho em si, não é um problema pra mim, me faz bem ser produtiva (...) acontece que eu tenho que trabalhar em horários mais extensos, às vezes acordo às 4h/5h da manhã, porque sei que o dia será muito puxado (...) Gosto de manter minha cabeça ativa, justamente pra não definir toda minha vida em só ser a mãe do (filho) autista, e ainda tem a casa para cuidar, que vai só sobrecarregando.” -Bromélia, 35 anos.

Aqui apresenta-se a falácia da Conciliação, expondo uma relação entre Trabalho Remoto e a Intensificação da Desigualdade de Gênero. O relato de Bromélia desmistifica o discurso idealizado do trabalho remoto como solução para a conciliação entre vida profissional e familiar para mulheres. Ao contrário, estas narrativas revelam como esta modalidade frequentemente intensifica as desigualdades da divisão sexual do trabalho, aprofundando a sobrecarga feminina através da eliminação das fronteiras espaciais e temporais que anteriormente delimitavam diferentes esferas da vida.

O caso de Bromélia (35 anos) exemplifica a colonização total do tempo de vida pelo trabalho produtivo e reprodutivo. Sua estratégia de "trabalhar em horários esquisitos" e "acordar às 4h da manhã" representa não uma libertação das amarras do horário convencional, mas uma intensificação da jornada total que invade até mesmo o tempo biologicamente destinado ao descanso. O trabalho assume para ela um caráter paradoxal: simultaneamente fonte de sobrecarga ("o dia seria muito puxado") e escape psicológico da identidade totalizante de "mãe do filho autista". Essa contradição revela como, na ausência de

suporte social adequado, o trabalho remoto transforma-se em mecanismo que permite à mulher sustentar sozinha responsabilidades que deveriam ser socialmente compartilhadas.

A literatura sobre o uso do tempo feminino tradicionalmente estabelece uma hierarquia, onde o tempo dedicado à esfera reprodutiva é subordinado e regulado pelo tempo alocado à esfera produtiva. Como aponta Ramos (2009, p.866), "o tempo que sobra para a reprodução social (...) é definido em função da carga horária que se institui para o tempo econômico, que tem precedência sobre o primeiro, por ser remunerado e associado." Essa estruturação reflete a centralidade do trabalho remunerado nas sociedades capitalistas, que organiza e determina os demais tempos sociais.

No entanto, o caso específico das psicólogas, mães atípicas em trabalho remoto, sugere uma significativa reconfiguração desta mediação temporal tradicional. A modalidade remota, ao eliminar as fronteiras espaciais entre trabalho produtivo e reprodutivo e flexibilizar as delimitações temporais, cria uma dinâmica onde a rígida hierarquização entre tempos produtivos e reprodutivos é perturbada.

Para estas profissionais, especialmente aquelas que exercem uma maternidade atípica (com filhos com neurodivergência), observa-se uma complexa sobreposição e entrelaçamento dos tempos sociais. O trabalho remoto permite – e simultaneamente exige – uma constante negociação e reorganização temporal que responde tanto às demandas profissionais quanto às necessidades de cuidados intensificadas.

Esta reconfiguração não necessariamente inverte a hierarquia tradicional, mas introduz uma dinâmica mais fluida e complexa, onde os tempos produtivos e reprodutivos se interpenetram e mutuamente se condicionam. Em alguns momentos, as necessidades de cuidados podem assumir precedência (como quando uma terapia ou crise do filho interrompe o trabalho), enquanto em outros, a atividade profissional pode invadir períodos tradicionalmente reservados à reprodução social (como o trabalho durante horários extenuantes mencionado por Bromélia).

O trabalho remoto, portanto, não apenas reflete, mas potencialmente reconfigura a mediação temporal estabelecida pelo capitalismo, criando arranjos temporais híbridos que desafiam a tradicional subordinação do reprodutivo ao produtivo, mesmo que frequentemente ao custo de uma intensificação da jornada total feminina.

“planejo os atendimentos para quando eles estão em alguma atividade”
-Caliandra, 44 anos.

“(...) a rotina dele passou (depois do diagnóstico) a ficar organizada em função das terapias e a minha também”-Rosa, 33 anos.

Os relatos de Caliandra (44 anos) e Rosa (33 anos) evidenciam como a deficiência dos filhos emerge como dimensão estruturante na mediação dos tempos sociais das psicólogas em trabalho remoto, introduzindo uma lógica temporal distinta que desafia a tradicional centralidade do tempo produtivo como organizador principal.

A afirmação de Caliandra – "planejo os atendimentos para quando eles estão em alguma atividade" – revela uma inversão significativa na hierarquia temporal convencional. Em vez de organizar as atividades familiares em função dos horários de trabalho, como ocorre no paradigma tradicional, ela estrutura seus compromissos profissionais (atendimentos) em função das atividades dos filhos. Esta reorganização demonstra como o tempo dedicado aos filhos, especialmente aqueles com deficiência, assume precedência e determina os tempos disponíveis para o trabalho remunerado.

O relato de Rosa aprofunda esta compreensão ao explicitar como as necessidades terapêuticas do filho com deficiência tornam-se o principal eixo organizador temporal: "a rotina dele passou (depois diagnóstico) a ficar organizada em função das terapias e a minha também". A expressão "e a minha também" evidencia como o tempo materno é subordinado às necessidades terapêuticas da criança, estabelecendo uma mediação temporal onde o cuidado especializado assume centralidade organizativa.

Essas narrativas revelam como a deficiência introduz uma dimensão temporal além do binômio produção-reprodução tradicionalmente analisado. As demandas específicas provenientes da deficiência – terapias, consultas especializadas, intervenções durante crises – constituem pontos fixos inegociáveis que determinam a organização dos demais tempos sociais. Diferentemente do trabalho reprodutivo regular, que nas sociedades capitalistas é tipicamente subordinado ao tempo produtivo, às necessidades terapêuticas e de cuidados especializados não podem ser facilmente adiadas ou comprimidas.

Essa dimensão adicional complexifica significativamente a mediação temporal, criando uma estrutura tripartite onde o tempo produtivo (atendimentos psicológicos) precisa ser adaptado não apenas ao tempo reprodutivo regular (cuidados domésticos básicos), mas também ao tempo terapêutico (demandas específicas da deficiência). A rigidez dos compromissos terapêuticos – que frequentemente envolvem horários fixos com especialistas externos – estabelece pontos de ancoragem temporal que condicionam a organização de todas as demais atividades.

O trabalho remoto, neste contexto, representa simultaneamente uma necessidade e um desafio. Por um lado, permite a flexibilidade necessária para acomodar as demandas terapêuticas imprevisíveis; por outro, intensifica a responsabilidade individual de reconstruir cotidianamente uma mediação temporal coerente entre múltiplas esferas concorrentes.

Esta reconfiguração evidencia como, para estas psicólogas-mães, a deficiência dos filhos emerge como princípio organizador primordial dos tempos sociais, subvertendo a lógica capitalista tradicional, na qual o tempo produtivo determina e subordina as demais temporalidades sociais.

“Achei muito pesado conseguir administrar as terapias com a mudança e os atendimentos, foi muito pesado inclusive para minha saúde mental, se eu não estivesse amamentando naquele momento pediria para entrar com medicação, tinha muitas crises de ansiedade e na época não sei se depressão, mas sentia uma tristeza muito grande.”-Tulipa, 38 anos.

O relato de Tulipa (38 anos) oferece um ponto de entrada significativo para analisar a tendência contemporânea à medicalização do sofrimento no contexto brasileiro, particularmente em situações de sobrecarga extrema vivenciadas, por exemplo, por mães de crianças com deficiência.

A narrativa revela como, diante de uma conjuntura de múltiplas pressões simultâneas, a medicalização emerge como resposta culturalmente disponível e socialmente legitimada para o gerenciamento das consequências psíquicas desta sobrecarga: "se eu não estivesse amamentando pediria para entrar com medicação, tinha muitas crises de ansiedade". Essa afirmação evidencia aspectos fundamentais da tendência à **farmacologização*** no Brasil.

O relato demonstra como manifestações psíquicas resultantes de pressões estruturais (ausência de políticas públicas adequadas de suporte à deficiência, insuficiência de redes institucionais de apoio, exigências capitalistas de produtividade ininterrupta) são redirecionadas para soluções individualizadas via intervenção farmacológica. A medicação é considerada não para transformar as condições geradoras do sofrimento, mas para capacitar o indivíduo a suportar circunstâncias insustentáveis.

O destaque com que Tulipa menciona a medicação, como resposta quase automática à sua condição psíquica, reflete uma tendência à normalização cultural do recurso farmacológico como estratégia prioritária de enfrentamento. Essa normalização se manifesta na ausência de menção a outras possibilidades de suporte (terapia psicológica, reorganização

das responsabilidades familiares, licença temporária do trabalho) que não envolvam intervenção medicamentosa.

Significativamente, o único fator impeditivo mencionado para a adoção da estratégia medicamentosa é a amamentação – "se eu não estivesse amamentando" – sugerindo que, na ausência desta contraindicação específica, a medicação seria o caminho natural e inquestionado. Essa observação revela como, no contexto brasileiro, as considerações sobre potenciais efeitos da medicação sobre o próprio corpo frequentemente assumem relevância secundária frente à urgência de manter a funcionalidade social e produtiva.

A expressão "na época não sei se depressão, mas sentia uma tristeza muito grande" evidencia a fluidez entre categorias diagnósticas formais e percepções subjetivas do sofrimento, característica da cultura brasileira de **farmacologização***. Essa ambiguidade sugere que a decisão sobre medicação poderia ocorrer mesmo sem diagnóstico formal estabelecido, refletindo práticas comuns de automedicação ou prescrição facilitada no contexto brasileiro.

Em um nível mais profundo, o impulso à **farmacologização** revela a ausência de estruturas sociais adequadas para suporte a mães de crianças com deficiência. A medicação emerge como substituto químico para redes de apoio ausentes, políticas públicas insuficientes e reorganizações familiares não realizadas, permitindo a manutenção de um sistema que sobrecarrega individualmente essas mulheres.

Esta análise da tendência à **famarcologização** não pretende questionar a legitimidade ou necessidade de intervenções farmacológicas em situações de sofrimento psíquico intenso, mas evidenciar como, no contexto brasileiro, a medicalização frequentemente opera como estratégia de adaptação individual a condições estruturalmente insustentáveis, particularmente para mulheres-mães sobrecarregadas por demandas concorrentes de cuidados e produtividade.

"Ele tem terapias todos os dias, então eu levo ele em todas as atividades, e nas que são mais longas, volto pra casa e atendo. (...)Então eu vou conciliando (...) sempre me organizo para agendar os atendimentos nesses intervalos." -Rosa, 33 anos

"Ele tem atividades basicamente todos os dias, tem fono, psicóloga, terapia ocupacional, fisioterapia, todos os dias praticamente ele tem alguma terapia e a nossa rotina vai sendo estruturada em função das terapias, inclusive meus horários de atendimento, rotina de trabalho e da casa." -Tulipa, 38 anos

Os relatos de Rosa (33 anos) e Tulipa (38 anos) evidenciam uma inversão significativa na mediação temporal experimentada por psicólogas-mães de crianças com deficiência, revelando como esta reconfiguração impacta diretamente suas subjetividades e intensifica a sobrecarga laboral através de mecanismos específicos.

A afirmação de Tulipa – "nossa rotina vai sendo estruturada em função das terapias" – sintetiza a inversão fundamental na hierarquia organizadora do tempo. As necessidades terapêuticas dos filhos (fono, psicóloga, terapia ocupacional, fisioterapia) assumem posição primordial na estruturação temporal, subordinando tanto o trabalho produtivo quanto o reprodutivo. Essa inversão representa uma ruptura significativa com o paradigma capitalista tradicional, onde o tempo produtivo ocupa posição dominante e estruturante.

O relato de Rosa revela como essa inversão resulta em uma fragmentação evidente do tempo produtivo: "sempre me organizo para agendar os atendimentos nesses intervalos". Esta fragmentação não representa uma simples redistribuição do tempo de trabalho, mas sua intensificação qualitativa.

A expressão "vou conciliando" utilizada por Rosa não descreve apenas uma estratégia logística, mas um estado subjetivo permanente de divisão atencional. Esta tentativa de conciliação contínua exige uma multiplicação de presenças – estar simultaneamente disponível como terapeuta para seus pacientes e como cuidadora para seu filho – que fragmenta a experiência subjetiva do tempo e intensifica o desgaste psíquico. A necessidade de alternar rapidamente entre diferentes papéis sociais e exigências emocionais distintas representa uma forma específica de sobrecarga cognitiva e afetiva.

Ambos os relatos evidenciam o intenso trabalho de coordenação logística necessário para viabilizar essa complexa engrenagem temporal. Expressões como "eu levo ele em todas as atividades" (Rosa) e "nossa rotina é estruturada" (Tulipa) revelam um contínuo trabalho cognitivo de planejamento, ajuste e replanejamento que raramente é reconhecido como trabalho em si. Essa coordenação constante constitui uma forma significativa de sobrecarga mental que permanece invisibilizada. A subordinação do tempo produtivo às necessidades terapêuticas introduz uma contingência fundamental na experiência temporal destas profissionais.

Esta análise revela como a inversão na mediação temporal experimentada por estas psicólogas-mães não representa apenas um rearranjo organizacional, mas uma transformação profunda em suas experiências subjetivas do tempo e uma intensificação multidimensional da

sobrecarga laboral, evidenciando os custos invisibilizados da articulação entre trabalho remoto e cuidados.

"Estou realmente sobrecarregada, mas sinto meu trabalho como um escape, me faz bem saber que sou produtiva, que sou também psicóloga mais que só a mãe, só a esposa ou a dona de casa." -Gardenia, 46 anos.

"Eu estou extremamente esgotada, eu achava que estava sobrecarregada, mas com o trabalho remoto intensificou bastante, eu sinto uma ansiedade que precisei entrar com medicação" -Hortênsia, 32 anos.

Os relatos de Gardênia (46 anos) e Hortênsia (32 anos) revelam a complexa dialética entre estruturação temporal e saúde mental experimentada por psicólogas-mães no contexto do trabalho remoto. Esta relação manifesta-se através de uma tensão fundamental entre liberação e intensificação, entre identidade profissional e sobrecarga de cuidados.

O depoimento de Gardênia – "mas sinto meu trabalho como um escape, me faz bem saber que sou produtiva," – evidencia como a atividade profissional representa simultaneamente uma fonte de sobrecarga ("estou sobrecarregada") e um mecanismo de preservação da identidade. Essa aparente contradição revela como, para muitas psicólogas-mães, o trabalho produtivo funciona como contraponto essencial à invisibilidade e desvalorização do trabalho reprodutivo, oferecendo reconhecimento social e afirmação identitária ("sou também psicóloga mais que só a mãe, só a esposa ou a dona de casa").

O relato dramático de Hortênsia – "mas com o trabalho remoto intensificou bastante" – demonstra como a erosão das fronteiras espaciais e temporais entre trabalho produtivo e reprodutivo resultou em um colapso da estruturação temporal que sustentava precariamente a saúde mental destas profissionais.

As consequências deste colapso manifestam-se em sintomas psicopatológicos graves – "sinto uma ansiedade, precisei entrar com medicação" – que revelam como a desintegração da estruturação temporal representa uma ameaça direta à integridade psíquica.

Esta inversão temporal, embora aparentemente mais alinhada às necessidades familiares, intensifica paradoxalmente a fragmentação subjetiva ao eliminar os intervalos temporais diferenciados que anteriormente permitiam a alternância entre diferentes papéis sociais.

O trabalho remoto, ao invés de desafiar esta invisibilização, frequentemente a intensifica ao trazer para o espaço doméstico a lógica produtivista sem o correspondente reconhecimento do trabalho reprodutivo que o sustenta. Esta dinâmica perversa amplifica a

sensação de inadequação e insuficiência, contribuindo significativamente para quadros depressivos e ansiosos.

Esta análise revela como a relação entre estruturação temporal e saúde mental de psicólogas-mães no contexto do trabalho remoto é marcada por profundas contradições. Se por um lado o trabalho produtivo oferece um contraponto identitário essencial, por outro sua sobreposição às responsabilidades de cuidado intensifica a fragmentação subjetiva e o esgotamento psíquico, evidenciando a urgência de transformações estruturais nas relações entre trabalho, cuidados e temporalidade.

Considerações finais

Esta dissertação propôs-se a analisar as experiências de psicólogas em atendimento remoto, investigando os impactos desta modalidade de trabalho em suas práticas sociais de cuidados, subjetividades e mediação dos tempos sociais. A pesquisa revelou dinâmicas complexas que transcendem a aparente simplicidade da transposição do atendimento presencial para o virtual, evidenciando profundas reconfigurações na relação entre trabalho produtivo e reprodutivo, com implicações significativas para a saúde mental dessas profissionais.

O percurso analítico desenvolvido nos três capítulos permitiu compreender como o atendimento remoto, intensificado pela pandemia de COVID-19, trouxe novas dinâmicas que refletem processos sociais mais amplos. Estas se inserem em um contexto de desigualdades de gênero e desvalorização social do trabalho de cuidados. A fundamentação teórica sobre cuidados e gênero, desenvolvida no primeiro capítulo, forneceu as bases para a compreensão crítica das experiências relatadas. A análise da feminização da Psicologia, apresentada no segundo capítulo, contextualizou as transformações no fazer profissional, evidenciando como a predominância feminina na profissão se articula com questões estruturais de gênero que moldam as condições de trabalho destas profissionais.

As entrevistas com dez psicólogas, analisadas no terceiro capítulo, revelaram uma inversão fundamental na lógica de mediação dos tempos sociais: se tradicionalmente o tempo produtivo determina e subordina o tempo reprodutivo, no contexto do trabalho remoto observa-se uma tendência à inversão desta hierarquia, com o tempo dos cuidados passando a estruturar o tempo da esfera produtiva. Esta inversão, contudo, não representa necessariamente uma liberação, pois ocorre em um contexto onde as demandas produtivas permanecem elevadas, gerando uma sobreposição temporal que intensifica a sobrecarga.

Um achado central da pesquisa refere-se à contradição entre a narrativa do trabalho remoto como facilitador da conciliação trabalho-família e a realidade de sobreposição dos tempos sociais vivenciada pelas entrevistadas. A flexibilidade frequentemente celebrada como vantagem do atendimento online revela sua face perversa ao traduzir-se em expectativa de disponibilidade constante e jornadas de trabalho expandidas, comprometendo o tempo de descanso e a saúde mental das profissionais.

A suposta "autonomia da gestão do tempo" revela-se, na prática cotidiana destas mulheres, como possibilidade para trabalhar em qualquer horário e em qualquer

circunstância, eliminando os intervalos e transições que anteriormente permitiam alguma delimitação entre diferentes papéis sociais. Sem a redistribuição e corresponsabilização das atividades reprodutivas, o trabalho remoto não representa conciliação, mas sobreposição e intensificação de jornadas já desiguais.

A experiência das psicólogas que são mães de crianças neurodivergentes, perfil particularmente presente no grupo entrevistado, revelou-se significativa, pois este contingente enfrenta desafios singulares na mediação temporal entre trabalho e cuidados. A análise evidenciou uma ambivalência fundamental: por um lado, a experiência pessoal dessas profissionais frequentemente enriquece sua prática clínica através de maior empatia e compreensão; por outro, intensifica a carga emocional e a complexidade do equilíbrio entre responsabilidades concorrentes.

Os relatos observados evidenciaram como a pandemia representou não apenas uma aceleração na adoção do atendimento remoto, mas uma reconfiguração profunda nas relações entre trabalho produtivo e reprodutivo, com impactos desproporcionais sobre as mulheres, cujos efeitos persistem no cenário pós-pandêmico. Esta realidade constatada a partir do caso das psicólogas deve ser observada em outros grupos de trabalhadoras ou segmentos feminilizados do mercado de trabalho. Essa agenda de pesquisa mostra-se promissora.

Diante desses desafios, observamos o desenvolvimento de estratégias adaptativas por parte das entrevistadas, como a tentativa de estabelecer limites mais claros entre trabalho e vida pessoal, o recurso à supervisão profissional e a busca por redes de apoio. Estas estratégias, contudo, frequentemente enfrentam limitações estruturais relacionadas às desigualdades de gênero e à desvalorização social do trabalho de cuidados, revelando a insuficiência de soluções meramente individuais para problemas de natureza estrutural.

A análise da dimensão subjetiva destas experiências revelou como a fragmentação temporal e a sobreposição contínua entre trabalho produtivo e reprodutivo comprometem a capacidade de presença plena em qualquer esfera, gerando um estado permanente de inadequação que corrói a autoeficácia e a autoestima – elementos centrais para a saúde mental. A invisibilização sistemática do trabalho reprodutivo constitui uma forma específica de violência psíquica, negando reconhecimento justamente às atividades que consomem maior energia e tempo destas profissionais.

Paradoxalmente, o trabalho produtivo emerge nos relatos simultaneamente como fonte de sobrecarga e como mecanismo de preservação da identidade. Para muitas entrevistadas, a atividade profissional representa um contraponto essencial à invisibilidade e

desvalorização do trabalho reprodutivo, oferecendo reconhecimento social e afirmação identitária fundamentais para seu bem-estar psíquico.

As implicações destes achados transcendem as experiências individuais das entrevistadas, oferecendo pistas sobre processos mais amplos de reconfiguração das relações entre trabalho produtivo e reprodutivo na sociedade contemporânea. A pesquisa evidencia como o trabalho remoto, ao invés de resolver as tensões entre estas esferas, frequentemente as intensifica ao eliminar as fronteiras espaciais e temporais que anteriormente permitiam uma diferenciação mínima entre elas.

Estes resultados apontam para a necessidade urgente de transformações estruturais nas relações entre trabalho, cuidados e temporalidade. Políticas públicas e organizacionais que reconheçam e valorizem o trabalho de cuidados, promovendo sua distribuição mais equitativa, são fundamentais para superar as desigualdades de gênero identificadas. Igualmente importante é o desenvolvimento de uma cultura profissional que reconheça os limites da disponibilidade e estabeleça fronteiras mais claras entre tempo de trabalho e tempo pessoal, particularmente no contexto do trabalho remoto.

No âmbito da formação em Psicologia, os resultados sugerem a importância de incorporar discussões sobre gênero, cuidados e autocuidado, preparando as futuras profissionais para identificar e enfrentar criticamente as pressões sociais que frequentemente as sobrecarregam. A supervisão profissional emerge como recurso fundamental não apenas para o aprimoramento técnico, mas também para a elaboração das tensões entre vida profissional e pessoal, particularmente para psicólogas que são mães.

Para as psicólogas que já atuam em atendimento remoto, os resultados apontam para a importância de desenvolver estratégias coletivas de resistência às pressões por disponibilidade constante, estabelecendo limites claros entre tempo de trabalho e tempo pessoal. O reconhecimento da sobrecarga como problema estrutural, e não como falha individual, pode contribuir para reduzir os sentimentos de culpa e inadequação frequentemente relatados.

As limitações desta pesquisa incluem o perfil específico da amostra, composta majoritariamente por psicólogas-mães de classe média, brancas, com predominância de mães de crianças neurodivergentes. Pesquisas futuras poderiam buscar de modo ativo experiências de psicólogas com perfis socioeconômicos e configurações familiares mais diversas, ampliando a compreensão da diversidade de vivências no atendimento remoto. Igualmente relevante seria investigar como estas dinâmicas se manifestam em outras profissões predominantemente femininas que adotaram o trabalho remoto. Surgem, também, questões

relativas aos efeitos da prática psicológica online sobre os psicólogos homens, como se contrapõem às experiências vivenciadas por mulheres, que precisam ser investigadas.

Concluímos que o atendimento psicológico remoto, longe de representar uma simples transposição tecnológica do atendimento presencial, constitui uma reconfiguração profunda da prática profissional, com implicações significativas para as relações entre trabalho produtivo e reprodutivo, particularmente para psicólogas que são mães. Esta reconfiguração evidencia e frequentemente intensifica desigualdades de gênero preexistentes, demandando não apenas adaptações individuais, mas transformações estruturais nas relações sociais de cuidados.

Esperamos que os resultados desta pesquisa contribuam para uma compreensão mais profunda das intersecções entre trabalho remoto, cuidados e saúde mental, fomentando reflexões críticas e inspirando mudanças nas práticas e políticas que impactam a vida das psicólogas e, por extensão, de outras profissionais que enfrentam desafios semelhantes. A valorização social do trabalho de cuidados e a distribuição mais equitativa destas responsabilidades emergem como condições fundamentais para a construção de relações de trabalho mais justas e saudáveis no cenário contemporâneo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO, Clara; SCALON, Celi (Orgs). Gênero, família e trabalho no Brasil. Rio de Janeiro: FGV, 2005.

ARRAZOLA, “-Laura. O estado e os tempos sociais femininos: uma mediação da opressão de gênero das mulheres. In: SEMINÁRIO INTERNACIONAL FAZENDO GÊNERO, 9., 2010, Florianópolis. Anais Eletrônico. [Florianópolis]: Ufsc, 2010. p. 1- 10.

ÁVILA, Maria Betânia. O tempo e o trabalho das mulheres. In: COSTA, Ana Alice A. et al. (Org.). Um debate crítico a partir do feminismo: reestruturação produtiva. São Paulo: CUT, 2002. p. 37-46.

BANDEIRA, Lourdes. Importância e motivações do Estado Brasileiro para pesquisas de uso do tempo no campo de gênero. Revista Econômica, Rio de Janeiro, v. 12, n. 1, p. 47-63, jun. 2010.

BANDEIRA, Lourdes. A contribuição da crítica feminista à ciência. Estudos Feministas, Florianópolis, v. 1, n. 16, p.207-228, jan.-abr. 2008

BARTON, Len (Ed.). Discapacidad & sociedad. Madrid: Morata, 1998.

BARBOSA, Ana Luiza Neves de Holanda; COSTA, Joana Simões; HECKSHER, Marcos. Mercado de Trabalho e Pandemia da Covid-19: ampliação de desigualdades já existentes? Boletim Mercado de Trabalho - Conjuntura e Análise (Especial Covid-19), Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada - Ipea, n. 69, p. 55-63, 24 jul. 2020. Disponível em: <https://www.ipea.gov.br/portal/images/stories/PDFs/mercadodetrabalho/200811_BMT_69_mercado_de_trabalho.pdf>. Acesso em: 20 out. 2020.

BILAC, Elisabete Dória. Trabalho e família: articulações possíveis. *Tempo Social*, v. 26, n. 1, p. 101-121, jun. 2014.

BIROLI, Flávia. Autonomia e desigualdades de gênero: contribuições do feminismo para a crítica democrática. Vinhedo: Editora Horizonte, 2013.

BORIS, Eileen. Produção e reprodução, casa e trabalho. *Tempo Social*, v. 26, n. 1, p. 101-121, jun. 2014.

BRITES, Jurema. Afeto e desigualdade: gênero, geração e classe entre empregadas domésticas e seus empregadores. *Cadernos Pagu*, n. 29, p. 91-109, 2007.

BRASIL. Lei Federal n. 13.467 de julho de 2017. Altera a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT).

BRASIL. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília: Senado, 1988.

BRUSCHINI, Cristina; LOMBARDI, Maria Rosa. A bipolaridade do trabalho feminino no Brasil contemporâneo. *Cadernos de Pesquisa*, [S.L.], n. 110, p. 67-104, jul. 2000. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0100-15742000000200003>.

BRUSCHINI, Cristina. RICOLDI, Arlene Martinez. MERCADO, Cristiano Miglioranza. Trabalho e gênero no Brasil até 2005: uma comparação regional. In: COSTA, Albertina de Oliveira. SORJ, Bila. BRUSCHINI, Cristina. HIRATA, Helena (orgs.) *Mercado de Trabalho e gênero: comparações internacionais*. Rio de Janeiro: FGV, 2008.

BRUSCHINI, Cristina e LOMBARDI, Maria Rosa Trabalho, educação e rendimento das mulheres no Brasil em anos recentes. In: HIRATA, Helena e SEGNINI, Liliana (Orgs.) *Organização, Trabalho e Gênero*. São Paulo: Editora Senac, 2008.

BRUSCHINI, Cristina. LOMBARDI, Maria Rosa e UNBEHAUM Sandra. Trabalho, renda e políticas sociais: avanços e desafios. In: Fundo de Desenvolvimento das Nações Unidas para a Mulher – UNIFEM. *O Progresso das mulheres no Brasil*. Brasília: Unifem/Fundação Ford/Cepia, 2006.

BRUSCHINI, Cristina. LOMBARDI, Maria Rosa. Mulheres e homens no mercado de trabalho brasileiro: um retrato dos anos 1990. In: MARUANI, Margareth e HIRATA, Helena. *As novas fronteiras da desigualdade: homens e mulheres no mercado de trabalho*. São Paulo: SENAC, 2003.

BRUSCHINI, Cristina. Trabalho e gênero no Brasil nos últimos dez anos. *Cadernos de Pesquisa*, v. 37, n. 132, p. 537-572, set./dez. 2007

BUBECK, Diemut Grace. Justice and the labor of care. In: KITTAY, Eva Feder; FEDER, Ellen (Org.). *The subject of care: feminist perspectives on dependency*. Oxford: Rowman & Littlefield Publishers, 2002.

BUDLENDER, Debbie. The statistical evidence on care and non-care work across six countries. Gender and Development Programme. Geneva: UNRISD, 2008. (Paper Number 4)

CARRASCO, Cristina. O paradoxo do cuidado: necessário, porém invisível. In: JÁCOME; Márcia Larangeira; VILLELA, Shirley (Org.). *Orçamentos sensíveis a gênero: conceitos*. Brasília: Onu Mulheres, 2012.

CARRASCO, Cristina; BORDERÍAS, Cristina; TORNS, Teresa (Ed.). *El trabajo de cuidado: historia, teoria y políticas*. Madrid: Catarata, 2011.

CARRILHO, Anabelle. Mulheres invisíveis, mas necessárias: a negação da feminização no trabalho da mineração. 2016. 211 f., il. Tese (Doutorado em Política Social)—Universidade de Brasília, Brasília, 2016.

CASTRO, Bárbara. Afogados em contratos: o impacto da flexibilização do trabalho nas trajetórias dos profissionais de TI. 2013. 368 f. Tese (Doutorado) - Curso de Ciências Sociais, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2013.

CASTRO, Bárbara. Trabalho Perpétuo: O viés de gênero e o ideal de juventude no capitalismo flexível. São Paulo: Lua Nova, 2016. p. 169-199.

COSTA, Isabela. Teletrabalho: subjugação e construção de subjetividades. *Revista de Administração Pública*, Rio de Janeiro, v.41, n.1, p. 105-124, jan./fev., 2007.

COSTA, Iabela. Controle em novas formas de trabalho: teletrabalhadores e o discurso do empreendedorismo de si. *Cadernos EBAPE.BR*, Rio de Janeiro, v. 11, n. 3, p. 462-474, 2013.

COLLINS, Patricia Hill. Como alguém da família: raça, etnia e o paradoxo da identidade nacional norte-americana. *Revista Gênero*, v. 8, n. 1, p. 27-52, 2007.

CRENSHAW, Kimberlé. Documento para o encontro de especialistas em aspectos da discriminação racial relativos ao gênero. *Revista Estudos Feministas*, ano 10, n. 1, p. 171-181, 1. semestre 2002.

DAL ROSSO, S. Intensidade do trabalho. In: OLIVEIRA, D.A.; DUARTE, A.M.C.; VIEIRA, L.M.F. DICIONÁRIO: trabalho, profissão e condição docente. Belo Horizonte: UFMG/Faculdade de Educação, 2010.

DEDECCA, Cláudio. Tempo, trabalho e gênero no Brasil. In.: COSTA, Ana et al. (orgs). Reconfiguração das relações de gênero no trabalho. São Paulo: CUT Brasil, 2004. p. 21-52.

DEDECCA, Cláudio. Regimes de trabalho, uso do tempo e desigualdade entre homens e mulheres. In.: COSTA, Albertina; SORJI, Bila; BRUSCHINI, Cristina; HIRATA, Helena (orgs). Mercado de Trabalho e Gênero: Comparações Internacionais. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2008. p. 279-297.

DEDECCA, Cláudio. Uso do Tempo e Gênero uma dimensão da desigualdade socioeconômica brasileira. In: ARILHA, Margareth et al. (orgs). Diálogos Transversais em Gênero e Fecundidade: Articulações contemporâneas. Campinas: Librum Editora, Associação Brasileira de Estudos Populacionais, 2012. p.119-129.

DINIZ, Debora. O que é deficiência. São Paulo: Brasiliense, 2007.

FRANÇA, T.H. Modelo social da deficiência: uma ferramenta sociológica para emancipação social. *Lutas sociais*. v.17,n.31. SP: PUCSP, 2013.

FIETZ, Helena Moura. 2017. Deficiência, cuidado e dependência: reflexões sobre redes de cuidado em uma família em contexto de pobreza urbana. *Teoria e Cultura*. v. 11, n. 3, pp. 101-113.

GÊNERO E NÚMERO; SEMPREVIVA ORG. FEMINISTA. Sem Parar: o trabalho e a vida das mulheres na pandemia. 2020. Disponível em: <<http://mulheresnapandemia.sof.org.br/>>. Acesso em: 20 out. 2020.

GUEDES, Moema de Castro. A presença feminina nos cursos universitários e nas pós-graduações: desconstruindo a idéia da universidade como espaço masculino. v.15, suplemento, p.117-132, jun. 2008

GILLIGAN, Carol. Uma voz diferente: psicologia da diferença entre homens e mulheres da infância à idade adulta. Trad. Nathanael C. Caixeiro. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1982.

GONZÁLEZ, Lélia. Racismo e sexismo na cultura brasileira. In: SILVA, L. A. M. et al. (Org.). Movimentos sociais urbanos, minorias étnicas e outros estudos. Brasília: Anpocs, 1983.

GUIMARÃES, Nadia Araujo; HIRATA, Helena. Apresentação: controvérsias desafiadoras. Tempo Social, v. 26, n. 1, jun. 2014.

HARAWAY, Donna. “Gênero” para um dicionário marxista: a política sexual de uma palavra. Santa Cruz: cadernos pagu, n.22, p.201-246. 2004.

HARAWAY, Donna. Saberes localizados: a questão da ciência para o feminismo e o privilégio da perspectiva parcial. Cadernos pagu, n. 5, p. 7-41, 1995.

HIRATA, Helena; LABOIRE, Françoise; Doaré, Hélène; e Senotier, Danièle. Dicionário crítico do feminismo. São Paulo: Ed. Unesp, 2009.

HIRATA, Helena. Nova Divisão Sexual do Trabalho? Um olhar voltado para a empresa e a sociedade. São Paulo: Boitempo Editorial, 2002.

HIRATA, Helena; KERGOAT, Danièle. Novas Configurações da Divisão Sexual do Trabalho. Cadernos de Pesquisa, v. 37, n. 132, 2007.

HIRATA, Helena. Gênero, classe e raça Interseccionalidade e consubstancialidade das relações sociais. São Paulo: Tempo social. v.26 n.1, 2014.

VASCONCELOS, Márcia. Responsabilidades Familiares. Brasília: SPM, Revista do Observatório Brasil da Igualdade de Gênero, n.1, 2009. p.36-43.

GUIMARÃES, R. Deficiência e cuidado: por quê abordar gênero nessa relação? Brasil: SER Social, v. 10, n. 22, p. 213-238, 2009.

LANNA JÚNIOR, Mário Cléber Martins (Comp.). História do Movimento Político das Pessoas com Deficiência no Brasil. DF: SDH, 2010.

LAVILLE, Christian; DIONNE, Jean. A construção do saber: manual de metodologia da pesquisa em ciências humanas. tradução por Heloísa Monteiro e Francisco Settineri. Porto Alegre: Artmed; Belo Horizonte: Editora UFMG, 1999.

LUSTOSA, Raquel. “É uma rotina de muito cansaço”: narrativas sobre cansaço na trajetória das mães de micro em recife/pe. 2020. 132 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Antropologia, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2020.

MACHADO, E. M. Questão social: objeto do serviço social?. Serviço Social em Revista. Londrina, v. 2 - n. 1, Jul./Dez. 1999.

MARCONDES, Mariana. A divisão sexual dos cuidados: do welfare state ao neoliberalismo. Vitória. Argumentum, v. 4, n.1, 2012. p. 91-106.

MARCONDES, Mariana; YANNOULAS, Silvia. Práticas Sociais de Cuidado e a Responsabilidade do Estado. Revista Ártemis, Edição V.13, 2012. p. 174-186.

MARCONDES, Mariana Mazzini. A Corresponsabilização do Estado pelo Cuidado: uma análise sobre a política de creches do pac-2 na perspectiva da divisão sexual do trabalho. 2013. 172 f. Tese (Doutorado) - Curso de Pós-Graduação em Política Social, Serviço Social, Universidade de Brasília, Brasília, 2013.

MAZZEI Nogueira, Arnaldo; CAMPOS Patini, Aline. Trabalho Remoto e Desafios dos Gestores. São Paulo: Universidade de São Paulo, Revista de Administração e Inovação, v. 9, n. 4, 2012, pp. 121-152.

MELLO, Anahi Guedes; NUERNBERG, Adriano Henrique. Gênero e deficiência: interseções e perspectivas. Florianópolis: Estudos Feministas, v. 20, n. 3, 2012. p. 635-655.

MISHIMA Santos, V.; STICCA, M. G. & Zerbini, T. Teletrabalho e a Pandemia da Covid-2019: Um Guia para Organizações e Profissionais. Ribeirão Preto, 2020.

MOLINIER, Pascale; LAUGIER, Sandra; PAPERMAN, Patricia. Qu'est-ce que le care? Souci des autres, sensibilité, responsabilité. Paris: Payot, 2009.

NETTO, José. Introdução ao Estudo do Método de Marx. São Paulo: Expressão Popular, 1.ed. 2011.

NEVES, Magda. Anotações sobre Trabalho e Gênero. Cadernos de Pesquisa v.43 n.149, maio/agosto, 2013. p.404-421.

NOGUEIRA, Claudia. As relações sociais de gênero no trabalho e na reprodução. Brasil: Aurora, 2010.

NOGUEIRA, Claudia. O Trabalho Duplicado: a Divisão Sexual no Trabalho e na Reprodução: um estudo das trabalhadoras do telemarketing. São Paulo: Expressão Popular. 2011.

OAKLEY, Ann. "Science, Gender, and Women's Liberation: an argument against postmodernism. Women's Studies International Forum, New York, Vol. 21, No. 2, p.133-146. 1998.

OKIN, Susan. Gênero, o público e o privado. Estudos Feministas, Florianópolis, 16(2): 440, 2008.

OLIVEIRA, L.M.B. Cartilha do Censo 2010: pessoas com deficiência. DF: SDH- PR/SNPD, 2012.

OLIVEIRA, Míriam Aparecida; PANTOJA, Maria Júlia. Perspectivas e desafios do teletrabalho no setor público. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE DESEMPENHO DO SETOR PÚBLICO, 2., 2018, Florianópolis. Anais eletrônicos. Florianópolis: Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL; Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC; Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC; Fundação Ena Escola de Governo, 2018.

OLIVEIRA, Daniela. Do fim do trabalho ao trabalho sem fim: o trabalho e a vida dos trabalhadores digitais em home office. 2017. 196 f. Tese (Doutorado) - Curso de Sociologia, Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2017.

PARADELA, Thales; PEETERS, Sandrine. “Trabalhar ou Ficar em Casa?”: Perspectivas do Trabalho Remoto. Rio de Janeiro. 2001.

PEREIRA, B. Lívia. Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência e Justiça: novos contornos das necessidades humanas para a proteção social dos países signatários. Brasília, 2013.

PEREIRA, P. Camila. Degradação do trabalho e políticas sociais “ativas” na ordem neoliberal:: aproximações ao caso brasileiro. SER Social, [S. l.], v. 17, n. 37, p. 455–480, 2016.

RAMOS, Daniela. Pesquisas de usos do tempo: um instrumento para aferir as desigualdades de gênero. Estudos Feministas, Florianópolis, 17(3): 312, set-dez. 2009

SANTOS, W. Deficiência como restrição de participação social: desafios para avaliação a partir da LBI. Ciência 7 Saúde Coletiva, v.21, n.10, 2016.

SARDENBERG, Cecilia Maria Bacellar. Da crítica feminista à ciência a uma ciência feminista?. In: COSTA, Ana Alice Alcântara; SARDENBERG, Cecilia Maria Bacellar. Feminismo, ciência e tecnologia. Salvador: REDOR/NEIM-FFCH/UFBA, 2002.

SAFFIOTI, Heleith. Gênero, Patriarcado e Violência. 2. ed. São Paulo: Expressão Popular. 2015. (1a edição 2004).

SAFFIOTI, Heleith. A mulher na sociedade de classes: mito e realidade. São Paulo: Quatro Artes, 1969.

SAFFIOTI, Heleith. O poder do macho. São Paulo: Moderna, 1987.

SAFFIOTI, Heleith. Quem tem medo dos esquemas patriarcais de pensamento? Crítica Marxista, São Paulo, Boitempo, v.1, n. 11. 2000.

SOARES, Ângelo. As emoções do care. In: HIRATA, Helena; GUIMARÃES, Nadya Araujo (Org.). Cuidado e cuidadoras: as várias faces do trabalho do care. São Paulo: Atlas, 2012.

SORJ, Bila. Arenas de cuidado nas interseções entre gênero e classe social no Brasil. Cadernos de Pesquisa, v. 43, n. 149, p. 478-491, 2013. _____. Socialização do cuidado e desigualdades sociais. *Tempo Social*, v. 26, n. 1, jun. 2014.

SORJ, Bila; FONTES, Adriana. O care como um regime estratificado: implicações de gênero e classe social. In: HIRATA, Helena; GUIMARÃES, Nadya Araujo (Org.). *Cuidados e cuidadoras: as várias faces do trabalho do care*. São Paulo: Atlas, 2012.

SORJ, Bila; FONTES, Adriana; MACHADO, Danielle C. Políticas e práticas de conciliação entre família e trabalho no Brasil. *Cadernos de Pesquisa*, v. 37, n. 132, p. 573-594, set/dez 2007.

TRONTO, Joan. Assistência democrática e democracias assistenciais. *Sociedade & Estado*. Vol.22, n.2. 2007.

VEIGA, Roberta Mattos da. Desigualdades de gênero no trabalho doméstico não remunerado: um estudo sobre o uso do tempo. 2019. 101 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Sociedade, Desenvolvimento e Cooperação Internacional, Universidade de Brasília, Brasília, 2019.

YANNOULAS, Silvia. Feminização ou feminilização? apontamentos em torno de uma categoria. *Temporalis, Brasilia (DF)*, ano 11, n.22, p.271-292, jul./dez. 2011.

ANEXO I

ROTEIRO DE ENTREVISTA

DATA:

Conectividade da entrevista:

Tempo de duração entrevista:

Perfil: VARIÁVEIS

IDADE - Data de nascimento:

Raça:

Sexo:

Estado Civil:

Filhos > Idade dos filhos: outros dependentes como idosos, PCD's?

Quantas pessoas residem com você?

Tempo de atuação?

Associada a uma instituição ou autônoma?

Bloco : Trabalho

- Como era sua prática profissional antes do atendimento remoto? Você já realizou atendimento remoto antes da pandemia?

- (Se sim) quais foram suas motivações para aderir essa modalidade de trabalho/atendimento?

- desde quando realiza atendimento online

- você atende online de forma autônoma particular ou ligada a uma clínica instituição

- quantos atendimentos você realiza semanalmente em média

- por que você realiza atendimentos online

- você teve alguma capacitação, foi oferecido durante sua formação ou pelas entidades da profissão
- conte um pouco sobre seu processo de adaptação ao atendimento online
- De que forma você enxerga as vantagens, desvantagens e desafios dessa forma de atendimento em sua experiência?
- Como você se sente realizando atendimentos on-line?
- Você realiza atendimento presencial?
- qual a diferença entre as duas formas de atendimento para você
- é possível manter o sigilo e privacidade e estabelecer vínculo no atendimento online
- como você percebe a adesão e procura pelo atendimento online
- como você gerencia e organiza o tempo destinado ao trabalho remoto
- Quais fatores determinantes para essa organização
- que impactos o atendimento online tem na sua dinâmica de trabalho
- qual sua jornada horária de trabalho semanal (aumentou ou diminuiu)

Bloco: Organização Tempo Público-Privado

- Devido a natureza do exercício da sua profissão, após a realização dos atendimentos você consegue diferenciar seu local de trabalho e descanso?
- Com o atendimento on-line quais estratégias de organização do tempo que precisaram ser adotadas por você? Como você gerencia seu tempo para o trabalho e pessoal

- Qual maior fator que define essa organização (maternidade, horário dos atendimentos)
- Como é a dinâmica de cuidado na sua casa, atividades domésticas como organização da casa, cuidado com os filhos e ou dependente, alimentação...?
- Quem é a pessoa responsável por estas funções
- Depois de Adotar o atendimento online houveram mudanças nessa organização familiar ou se mantiveram?
- que impactos o atendimento online tem na sua dinâmica de vida doméstica
- Em relação ao autocuidado, você consegue destinar tempo de cuidado para si. Seja fazendo terapia, seja indo fazer atividade física. Existe essa divisão que você separe tempo para sua saúde mental.
- Você sente sobrecarga, cansaço, exaustão ou algum sentimento parecido ao conciliar vida e trabalho remoto - você consegue identificar os fatores de sobrecarga
- (A título de curiosidade) Você possui cadastro específico junto aos Conselhos Regionais de Psicologia (CRPs) e ao Conselho Federal de Psicologia (CFP) em uma plataforma online chamada de e-psi.

ANEXO II

RELATO DE PESQUISA: ENTREVISTA 1

A primeira entrevista da pesquisa foi realizada em 13 de setembro de 2024, constituindo um momento inaugural e significativo para a coleta de dados. Esta interação, conduzida integralmente por videoconferência, teve duração de 42 minutos e revelou-se um microcosmo dos desafios e possibilidades que permeiam tanto o objeto de estudo quanto o próprio método de investigação.

O agendamento desta entrevista exigiu flexibilidade e persistência, tendo sido necessárias algumas remarcações devido a imprevistos pessoais da participante. Este processo inicial de negociação temporal já sinalizava aspectos relevantes sobre a reorganização das fronteiras entre vida pessoal e profissional, tema que posteriormente emergiu durante a própria entrevista.

O ambiente virtual, simultaneamente facilitador e limitador do encontro, manifestou suas contradições durante toda a interação. A entrevista foi marcada por instabilidade tecnológica e oscilações na conectividade que provocaram interrupções momentâneas no fluxo dialógico. Estas quebras na continuidade comunicacional não apenas fragmentaram o discurso da entrevistada, mas também comprometeram, em alguns momentos, a compreensão integral de ideias que estavam sendo desenvolvidas.

Tais intercorrências técnicas não representaram meros inconvenientes metodológicos, mas constituíram-se como dados em si, materializando no próprio processo investigativo os desafios relatados pela participante em sua prática clínica online. A precariedade ocasional da conexão virtual espelhava, de forma quase metalinguística, as dificuldades de estabelecimento e manutenção de vínculos terapêuticos mediados pela tecnologia.

A transmissão de vídeo, embora tenha permitido um contato visual básico, mostrou-se insuficiente para a captação de nuances expressivas e elementos sutis da comunicação não-verbal. Esta limitação exigiu uma atenção redobrada à entonação, pausas e outros elementos paralinguísticos, além de intervenções mais frequentes para clarificação de sentidos que, em um encontro presencial, poderiam ser inferidos a partir da gestualidade e expressões faciais.

A dimensão relacional da entrevista revelou-se particularmente desafiadora e rica em elementos analíticos. Inicialmente, a participante demonstrou uma preocupação evidente com o tempo, manifestando certa impaciência que se traduzia em respostas concisas e, por vezes, superficiais. Este comportamento exigiu uma constante recalibração da abordagem

investigativa, com solicitações explícitas para o desenvolvimento de pontos específicos e uma articulação cuidadosa das perguntas subsequentes.

Foi possível observar uma tendência da entrevistada em justificar determinadas falas, sugerindo uma possível preocupação com julgamentos ou expectativas percebidas. Esta postura defensiva inicial gradualmente se atenuou quando a conversa abordou temas como fadiga digital e sobrecarga de preocupações – tópicos que pareceram ressoar com sua experiência pessoal, proporcionando um ponto de identificação que favoreceu uma mudança qualitativa na interação.

Este momento de inflexão na dinâmica relacional ilustra o caráter processual e co-construído da entrevista qualitativa. A partir deste ponto, observou-se maior fluidez dialógica e aprofundamento reflexivo, ainda que permanecesse necessário estimular elaborações mais detalhadas em determinados tópicos. O estabelecimento deste rapport, mesmo que parcial e mediado pela tecnologia, representou uma conquista metodológica significativa, permitindo acessar camadas mais profundas da experiência profissional da participante.

A análise desta primeira entrevista, para além de seu conteúdo manifesto, oferece importantes reflexões metodológicas. As dificuldades técnicas e relacionais enfrentadas não devem ser compreendidas apenas como obstáculos a serem superados, mas como elementos constitutivos do campo de pesquisa que informam sobre as condições contemporâneas do trabalho psicológico online.

A necessidade de adaptação constante às flutuações de conectividade, a reorganização do discurso após interrupções e o esforço adicional para estabelecer uma comunicação efetiva em um ambiente tecnologicamente mediado reproduzem, no contexto investigativo, os mesmos desafios enfrentados pelas psicólogas em sua prática clínica virtual – objeto central desta pesquisa.

Esta simetria entre método e objeto enriquece a compreensão do fenômeno estudado, oferecendo à pesquisadora uma experiência incorporada dos desafios relatados pelas participantes. Tal experiência, longe de comprometer a objetividade analítica, amplia o repertório interpretativo e sensibiliza o olhar investigativo para dimensões que poderiam passar despercebidas em uma abordagem estritamente conteudista.

A primeira entrevista, com seus 42 minutos de duração entrecortados por oscilações tecnológicas e relacionais, estabeleceu importantes parâmetros para as interações subsequentes. A experiência adquirida neste encontro inaugural permitiu refinar estratégias

de condução, desenvolver recursos para contornar limitações técnicas e aprimorar a sensibilidade para reconhecer e trabalhar com as resistências iniciais das participantes.

Os desafios enfrentados – desde as remarcações prévias até a necessidade de solicitar aprofundamentos discursivos – constituíram-se como oportunidades de aprendizagem metodológica e ofereceram insights valiosos sobre as condições reais em que se desenvolve o trabalho psicológico online. Desta forma, as próprias dificuldades transformaram-se em dados significativos que enriquecem a compreensão do fenômeno investigado.

Esta primeira entrevista, portanto, transcendeu sua função instrumental de coleta de dados, configurando-se como um evento epistemologicamente relevante que permitiu calibrar expectativas, refinar procedimentos e, principalmente, desenvolver uma compreensão experiencial das complexidades inerentes à prática psicológica mediada pela tecnologia no contexto contemporâneo.

RELATO DE PESQUISA: ENTREVISTA 2

A segunda entrevista da pesquisa foi realizada em 29 de outubro de 2024, a partir do contato da psicóloga comigo, via WhatsApp, demonstrando interesse em participar da entrevista ao receber em um grupo profissional a divulgação sobre a seleção de participantes para presente pesquisa. Após um processo de agendamento marcado por sucessivas readaptações. Este encontro virtual, com duração de 57 minutos, representou um contraponto significativo à primeira experiência, tanto em termos de estabilidade tecnológica quanto de dinâmica relacional, oferecendo novas perspectivas para a compreensão do fenômeno estudado.

O processo que antecedeu a realização desta entrevista merece atenção analítica, uma vez que as três remarcações necessárias – motivadas por demandas relacionadas ao filho da participante e por reorganizações em sua agenda de atendimentos – constituem dados relevantes sobre a realidade profissional investigada. Estas sucessivas alterações não representaram meros contratemplos logísticos, mas materializaram a complexa negociação entre vida familiar e atuação profissional que permeia a prática psicológica em ambiente doméstico, tema central da pesquisa.

Diferentemente da primeira entrevista, o ambiente virtual desta interação caracterizou-se por maior estabilidade tecnológica, com poucas oscilações na conectividade. Esta relativa fluidez técnica favoreceu um fluxo conversacional mais contínuo, permitindo o desenvolvimento de raciocínios mais elaborados e a exploração mais aprofundada das experiências relatadas. A qualidade da conexão, embora aparentemente um aspecto meramente instrumental, mostrou-se determinante para a profundidade alcançada no diálogo, evidenciando como fatores técnicos podem influenciar substantivamente a qualidade dos dados obtidos.

Entretanto, a aparente estabilidade tecnológica contrastou com a porosidade das fronteiras entre espaço profissional e familiar, materializada na interrupção significativa ocorrida durante a entrevista. O filho da participante, batendo insistentemente à porta de seu espaço de trabalho, introduziu no campo da pesquisa a concretude dos desafios da sobreposição territorial que caracteriza o trabalho remoto. Após tentativas de negociação que se estenderam por alguns minutos, a entrevistada optou por permitir a entrada da criança, e a entrevista prosseguiu com sua presença.

Este episódio, longe de constituir mera interferência metodológica, configurou-se como um momento privilegiado de observação participante das dinâmicas que a pesquisa

busca compreender. A situação proporcionou uma visualização in loco da administração simultânea de papéis profissionais e maternos, das estratégias adaptativas desenvolvidas e dos impactos desta sobreposição na continuidade do trabalho psicológico. A criança presente durante parte da entrevista não apenas ilustrou, mas corporificou as questões abordadas teoricamente, enriquecendo a compreensão do fenômeno por meio de sua manifestação concreta no próprio contexto investigativo.

A dimensão relacional desta entrevista revelou-se particularmente intensa e emocionalmente carregada. A participante demonstrou, desde os momentos iniciais, uma pronunciada necessidade de compartilhar sua experiência, conferindo à interação um caráter quase catártico. Esta disposição narrativa, contrastante com a postura mais contida observada na primeira entrevistada, manifestou-se em relatos detalhados, frequentemente expandidos para além do escopo imediato das perguntas formuladas.

A sobrecarga emocional e profissional emergiu como tema recorrente, não apenas nos conteúdos verbalizados, mas na própria forma de comunicação da entrevistada. Em diversos momentos, a participante emocionou-se visivelmente, estabelecendo pausas significativas ou alterações na entonação que enriqueceram o material coletado com elementos paralingüísticos relevantes. Estas manifestações emocionais não foram tratadas como interferências, mas como dados significativos que comunicavam, para além das palavras, a intensidade das experiências vivenciadas no contexto do trabalho psicológico remoto.

A tendência da entrevistada em contextualizar amplamente suas respostas, frequentemente recorrendo a situações cotidianas aparentemente tangenciais às questões específicas da pesquisa, exigiu intervenções direcionadoras para manter o foco temático. Estas intervenções, contudo, foram cuidadosamente calibradas para não inibir o fluxo narrativo ou desvalorizar as conexões estabelecidas pela participante entre diferentes dimensões de sua experiência. O equilíbrio entre permitir a expressão livre e manter a orientação aos objetivos da pesquisa constituiu um desafio metodológico significativo, exigindo constante automonitoramento e flexibilidade na condução da entrevista.

A análise desta segunda entrevista suscita importantes reflexões metodológicas sobre a pesquisa qualitativa em contextos tecnologicamente mediados. A estabilidade técnica, contrastando com a instabilidade das fronteiras espaciais e relacionais, evidencia como diferentes dimensões do ambiente virtual podem influenciar distintamente o processo investigativo. Se, por um lado, a qualidade da conexão favoreceu a continuidade dialógica, por outro, a impossibilidade de isolamento físico introduziu elementos disruptivos que, paradoxalmente, enriqueceram a compreensão do fenômeno estudado.

A intensidade emocional que permeou esta interação também merece consideração epistemológica. A disposição da entrevistada para compartilhar experiências emocionalmente carregadas e sua aparente necessidade de utilizar o espaço da entrevista como momento de elaboração de vivências desafiadoras sugerem que o próprio dispositivo metodológico pode assumir funções que transcendem a mera coleta de dados. O encontro investigativo, neste caso, configurou-se também como oportunidade de reflexividade para a participante, possibilitando a articulação e ressignificação de experiências até então dispersas em seu cotidiano profissional.

Esta dimensão reflexiva da entrevista qualitativa, embora não constitua seu objetivo primário, representa um aspecto eticamente relevante da pesquisa com profissionais de saúde mental. A oportunidade de narrar e organizar discursivamente experiências profissionais desafiadoras pode proporcionar benefícios secundários às participantes, configurando a pesquisa não apenas como processo extrativo, mas também como potencial espaço de elaboração e reconhecimento.

Os 57 minutos desta segunda entrevista, marcados por estabilidade tecnológica, intensidade emocional e interrupções familiares significativas, ofereceram material rico para análise comparativa com a primeira interação. As diferenças observadas – tanto nas condições técnicas quanto nas disposições subjetivas das participantes – começam a delinear um espectro de experiências e estratégias adaptativas que enriquecem a compreensão do fenômeno estudado.

A materialização, no próprio contexto investigativo, dos desafios relatados pelas participantes constitui um achado metodológico significativo. A sobreposição entre espaço profissional e familiar, a necessidade de negociação constante de fronteiras e a administração simultânea de diferentes papéis sociais não apenas foram tematizadas verbalmente, mas concretamente experienciadas durante a entrevista, oferecendo uma compreensão incorporada e contextualizada das questões investigadas.

Esta segunda entrevista, portanto, não apenas ampliou o corpus empírico da pesquisa, mas também enriqueceu o repertório interpretativo e a sensibilidade analítica para as múltiplas dimensões do trabalho psicológico remoto. A intensidade emocional dos relatos, a concretude das interrupções familiares e a evidente necessidade de compartilhamento de experiências desafiadoras configuraram elementos fundamentais para a construção de uma compreensão densa e multidimensional do fenômeno estudado.

RELATO DE PESQUISA: ENTREVISTA 3

A terceira entrevista da pesquisa foi realizada em 2 de novembro de 2024, configurando-se como um momento particularmente desafiador do ponto de vista técnico, mas simultaneamente revelador de aspectos fundamentais do fenômeno investigado. Este encontro virtual, que totalizou 53 minutos de duração efetiva, foi marcado por significativas instabilidades tecnológicas que, paradoxalmente, enriqueceram o campo observacional da pesquisa.

O agendamento desta entrevista já sinalizava elementos relevantes sobre a realidade profissional da participante. A necessidade de remarcação evidenciou a complexidade da gestão temporal enfrentada por psicólogas que conciliam múltiplas inserções profissionais. Neste caso específico, a participante articulava atividades acadêmicas na universidade com atendimentos clínicos e remotos, resultando em uma agenda densamente ocupada que permitia apenas janelas temporais específicas para a participação na pesquisa.

O ambiente virtual desta interação caracterizou-se por acentuada instabilidade técnica, com múltiplas oscilações na conectividade que impactaram significativamente o fluxo dialógico. Estas interrupções não foram episódicas ou marginais, mas estruturantes da própria dinâmica da entrevista, exigindo adaptações metodológicas constantes e reconfigurações na estratégia comunicacional.

Em diversos momentos, foi necessário aguardar o reestabelecimento da conexão, gerando pausas involuntárias que fragmentaram tanto o discurso quanto o processo reflexivo em curso. Particularmente disruptivas foram as duas ocasiões em que a conexão deteriorou-se a ponto de exigir a interrupção completa da chamada e sua posterior reiniciação. Estes momentos de ruptura total demandaram não apenas reorganização técnica, mas também reconstrução do contexto conversacional, com retomadas de pontos interrompidos e reorientação do foco temático.

Os cortes significativos na fala da entrevistada, decorrentes destas instabilidades, exigiram frequentes retomadas de conteúdos parcialmente transmitidos. Este processo de recuperação discursiva, longe de representar mera repetição, frequentemente resultava em reformulações e elaborações adicionais que, inesperadamente, enriqueciam o material coletado. A necessidade de recapitular ideias interrompidas pela falha tecnológica por vezes conduzia a aprofundamentos não previstos ou a conexões conceituais originais, transformando o obstáculo técnico em oportunidade heurística.

Esta precariedade tecnológica, embora metodologicamente desafiadora, constituiu-se como um campo privilegiado de observação das estratégias adaptativas desenvolvidas por profissionais que utilizam plataformas virtuais como mediação para seu trabalho. As soluções improvisadas, a flexibilidade comunicacional e a resiliência frente às interrupções manifestaram-se não apenas como tema do discurso, mas como práticas incorporadas no próprio contexto da entrevista.

A dimensão temporal emergiu como elemento particularmente significativo nesta interação. A participante, desde o princípio, explicitou a delimitação cronológica disponível para a entrevista, estabelecendo um enquadre temporal preciso derivado de sua intensa agenda profissional. Esta circunscrição temporal, longe de constituir mera limitação pragmática, revelou-se como dado substantivo sobre as condições de trabalho e a gestão de múltiplos compromissos profissionais no contexto investigado.

A consciência compartilhada sobre a finitude temporal do encontro influenciou a dinâmica relacional estabelecida. Observou-se uma objetividade acentuada nas respostas da entrevistada, com elaborações concisas e focalizadas que contrastavam com o estilo narrativo mais expansivo observado na entrevista anterior. Esta economia discursiva, contudo, não implicou superficialidade analítica, mas uma condensação reflexiva que priorizava aspectos essenciais da experiência relatada.

Paradoxalmente, as interrupções tecnológicas, ao prolongarem involuntariamente a duração cronológica do encontro, tensionaram o enquadre temporal inicialmente estabelecido. Esta tensão entre tempo disponível e tempo necessário, intensificada pelas falhas de conectividade, reproduziu no contexto investigativo um dos dilemas centrais da prática psicológica online: a gestão de rupturas inesperadas e seus impactos na continuidade do trabalho dentro de limites temporais pré definidos.

A entrevistada demonstrou particular interesse em discutir criticamente os limites e possibilidades do atendimento remoto, revelando uma postura reflexiva e analítica sobre sua própria prática. Sua inserção simultânea no campo acadêmico e na prática clínica proporcionou uma perspectiva diferenciada, caracterizada por constantes articulações entre experiência prática e fundamentação teórica.

Esta dupla inserção profissional manifestou-se discursivamente na alternância entre relatos experienciais concretos e elaborações conceituais mais abstratas. A participante frequentemente transitava entre a narrativa de situações clínicas específicas e reflexões teóricas sobre as implicações destas experiências, estabelecendo um movimento dialético entre prática e teoria que enriqueceu significativamente o material coletado.

O interesse específico da entrevistada nos aspectos limítrofes da prática online – tanto no sentido de suas fronteiras e delimitações quanto no que se refere a suas potencialidades e restrições – favoreceu a exploração aprofundada de questões centrais para a pesquisa. Sua disposição para examinar criticamente as ambivalências do atendimento remoto, reconhecendo simultaneamente seus benefícios e limitações, proporcionou uma perspectiva nuançada que transcendia posicionamentos dicotômicos sobre a mediação tecnológica na prática psicológica.

A análise desta terceira entrevista suscita importantes reflexões metodológicas sobre a pesquisa qualitativa em contextos tecnologicamente precários. As constantes interrupções e a necessidade de readaptação comunicacional, embora inicialmente percebidas como obstáculos, revelaram-se como oportunidades privilegiadas para a observação *in vivo* das mesmas dificuldades relatadas pelos sujeitos da pesquisa em sua prática profissional.

Esta convergência entre condições de pesquisa e objeto pesquisado configura uma situação metodologicamente singular, na qual o próprio processo investigativo reproduz e materializa o fenômeno estudado. As estratégias desenvolvidas para contornar as limitações tecnológicas, as adaptações comunicacionais implementadas e a gestão das frustrações decorrentes das interrupções constituíram não apenas procedimentos metodológicos, mas dados em si, oferecendo uma compreensão incorporada e experiencial das questões investigadas.

A delimitação temporal explícita, característica desta entrevista específica, também merece consideração epistemológica. A consciência compartilhada sobre a finitude do encontro e a consequente economia discursiva observada revelam como as condições concretas de produção dos dados influenciam substantivamente sua natureza e configuração. O material coletado não pode ser compreendido independentemente do contexto temporal em que foi produzido, evidenciando a dimensão situada e relacional do conhecimento construído através de entrevistas qualitativas.

Os 53 minutos desta terceira entrevista, entrecortados por falhas tecnológicas significativas e desenvolvidos dentro de um enquadre temporal explicitamente delimitado, ofereceram material particularmente relevante para a compreensão das adaptações necessárias à prática psicológica em ambientes digitalmente mediados. As interrupções involuntárias, as estratégias de retomada discursiva e a gestão da temporalidade restrita configuraram-se não apenas como desafios metodológicos, mas como manifestações concretas do próprio fenômeno investigado.

A perspectiva crítico-reflexiva da participante, informada por sua dupla inserção profissional, contribuiu significativamente para o aprofundamento analítico das questões investigadas. Sua capacidade de articular experiência prática e reflexão teórica, reconhecendo ambivalências e complexidades do atendimento remoto, enriqueceu o corpus empírico da pesquisa com elaborações que transcendem relatos meramente descritivos.

Esta terceira entrevista, portanto, apesar de (ou precisamente devido a) suas limitações técnicas, proporcionou insights valiosos sobre as condições concretas do trabalho psicológico mediado por tecnologia. A precariedade tecnológica, a gestão temporal complexa e a articulação entre múltiplos compromissos profissionais, mais do que temas abordados verbalmente, materializaram-se na própria dinâmica do encontro investigativo, oferecendo uma compreensão experiencial e contextualizada do fenômeno estudado.

RELATO DE PESQUISA: ENTREVISTA 4

A quarta entrevista da pesquisa foi realizada em 8 de novembro de 2024, representando um contraponto significativo às experiências anteriores, particularmente no que se refere às condições técnicas de sua realização. Este encontro virtual, que se estendeu por 1 hora e 3 minutos, destacou-se pela estabilidade tecnológica ininterrupta, proporcionando um fluxo conversacional contínuo que favoreceu o aprofundamento das questões investigadas.

A ausência de intercorrências técnicas durante esta entrevista ofereceu uma oportunidade singular para observar como a estabilidade da mediação tecnológica influencia a qualidade da interação e a profundidade do material discursivo produzido. Esta condição favorável, contrastando com as dificuldades enfrentadas em entrevistas anteriores, permitiu uma imersão mais completa nos conteúdos abordados, sem as fragmentações e retomadas que caracterizaram outros encontros.

Um aspecto particularmente relevante desta entrevista foi a preocupação explícita da participante com questões de confidencialidade e anonimato. Em alguns momentos, a entrevistada manifestou apreensão quanto à possibilidade de ser identificada através de suas falas, revelando uma consciência aguda das implicações de sua participação na pesquisa. Esta preocupação, embora não tenha impedido o desenvolvimento da entrevista, configurou-se como um elemento estruturante da interação, influenciando a forma como determinados conteúdos foram apresentados e elaborados.

As inquietações relacionadas à identificabilidade emergiram especialmente quando a participante abordava aspectos específicos de sua prática profissional ou características particulares de sua clientela. Nestes momentos, observavam-se hesitações, reformulações discursivas e, por vezes, solicitações explícitas de garantias adicionais de anonimização. Estas manifestações evidenciaram a complexidade ética envolvida na pesquisa com profissionais de saúde mental, para quem a proteção da confidencialidade constitui simultaneamente um princípio ético fundamental e uma preocupação pessoal.

Em resposta a estas inquietações, foram reiterados os procedimentos de anonimização previstos no protocolo de pesquisa, enfatizando a supressão ou modificação de informações potencialmente identificadoras na transcrição e análise dos dados. Este diálogo sobre as garantias éticas, longe de representar uma digressão metodológica, configurou-se como um processo de construção de confiança essencial para o aprofundamento da entrevista,

permitindo que a participante gradualmente se sentisse mais segura para compartilhar experiências significativas.

A entrevistada demonstrou, desde os momentos iniciais, um acentuado interesse na temática da pesquisa, manifestando uma disposição quase ansiosa para compartilhar suas experiências e reflexões. Esta motivação intrínseca para a participação transcendia o mero interesse acadêmico, revelando um envolvimento pessoal significativo com as questões investigadas, particularmente no que se refere às intersecções entre maternidade atípica e prática profissional.

A temática das mães de crianças atípicas emergiu como um eixo central no discurso da participante, revelando uma área de especial interesse. Ao abordar este tema, a entrevistada transitava fluidamente entre sua experiência profissional e reflexões mais amplas sobre as vulnerabilidades específicas enfrentadas por estas mulheres, especialmente no contexto do trabalho remoto. A ênfase recorrente nesta população específica sugere não apenas uma identificação pessoal, mas um compromisso ético e político com a visibilização de suas necessidades e desafios.

O reconhecimento explícito da relevância da pesquisa pela participante manifestou-se tanto em declarações diretas quanto na qualidade de seu engajamento durante a entrevista. Observou-se um esforço consistente para oferecer elaborações detalhadas e reflexões aprofundadas, frequentemente expandindo suas respostas para incorporar dimensões inicialmente não contempladas nas perguntas. Esta disposição colaborativa enriqueceu significativamente o material coletado, proporcionando perspectivas multifacetadas sobre as questões investigadas.

A dinâmica discursiva desta entrevista caracterizou-se por um fluxo particularmente intenso e expansivo. A participante demonstrou uma notável facilidade para articular experiências concretas e reflexões teóricas, frequentemente desenvolvendo longas elaborações a partir de perguntas relativamente concisas. Esta característica, somada à estabilidade tecnológica do encontro, resultou em uma das entrevistas mais densas e volumosas do corpus da pesquisa.

A ansiedade para falar, inicialmente percebida como uma disposição entusiástica, revelou-se progressivamente como uma necessidade mais complexa de elaboração e compartilhamento. Em determinados momentos, observava-se uma qualidade quase catártica em seu discurso, sugerindo que o espaço da entrevista estava sendo parcialmente ressignificado como oportunidade de processamento de experiências profissionais desafiadoras. Esta dimensão terapêutica não intencional do encontro investigativo, embora

não constitua seu objetivo primário, evidencia o potencial reflexivo da entrevista qualitativa, especialmente quando aborda temas emocionalmente significativos para as participantes.

A fluidez relacional estabelecida favoreceu a emergência de conteúdos progressivamente mais pessoais e nuançados. À medida que a entrevista avançava, observava-se uma diminuição das hesitações iniciais relacionadas à confidencialidade e um aumento correspondente na profundidade das reflexões compartilhadas. Este desenvolvimento processual da confiança e abertura ilustra o caráter construído e emergente da relação de pesquisa, que se transforma qualitativamente ao longo da interação.

A análise desta quarta entrevista suscita importantes reflexões metodológicas sobre as condições ideais para a produção de dados qualitativos em ambientes digitalmente mediados. A estabilidade tecnológica ininterrupta, contrastando com as dificuldades enfrentadas em entrevistas anteriores, permite observar como a qualidade da mediação técnica influencia não apenas a continuidade do discurso, mas potencialmente sua profundidade e complexidade.

Os 63 minutos desta quarta entrevista, caracterizados por estabilidade tecnológica, fluidez discursiva e engajamento temático intenso, proporcionaram material particularmente rico para a compreensão das adaptações da prática psicológica no contexto pós pandêmico. A ausência de interrupções técnicas permitiu o desenvolvimento de narrativas mais contínuas e elaboradas, evidenciando como a qualidade da mediação tecnológica pode influenciar substantivamente a produção de dados qualitativos.

A preocupação com a confidencialidade, embora inicialmente percebida como potencial limitação, revelou-se como oportunidade para aprofundar a reflexão sobre as dimensões éticas da prática psicológica online. As estratégias desenvolvidas pela participante para preservar o anonimato de si mesma e de seus pacientes, mesmo em um contexto de pesquisa com garantias formais de confidencialidade, ilustram a complexidade das questões éticas envolvidas na transição para o atendimento remoto.

Esta quarta entrevista, portanto, além de ampliar o corpus empírico da pesquisa, ofereceu perspectivas singulares sobre as dimensões éticas, técnicas e políticas da adaptação ao atendimento psicológico remoto. A qualidade excepcional da conexão tecnológica, ao eliminar uma variável disruptiva presente em entrevistas anteriores, permitiu observar mais claramente outros aspectos significativos da experiência profissional do trabalho remoto, enriquecendo a compreensão multidimensional do fenômeno estudado.

RELATO DE PESQUISA: ENTREVISTA 5

A quinta entrevista da pesquisa foi realizada em 12 de novembro de 2024 e teve uma duração de 47 minutos. Este encontro, embora marcado por algumas oscilações na conectividade, permitiu uma troca significativa de experiências, refletindo as complexidades do contexto vivido pelas psicólogas durante o trabalho remoto.

A participante apresentou um tempo delimitado para a entrevista, o que já indicava uma agenda sobrecarregada. Durante a conversa, foi necessário interromper a interação devido ao choro do filho, que demandou atenção imediata. Após alguns momentos de negociação, a criança foi trazida para dentro do ambiente, onde ficou entretida com desenhos, permitindo que a entrevista prosseguisse. Essa situação exemplificou a sobrecarga de responsabilidades que muitas mães enfrentam, especialmente durante o trabalho remoto, e evidenciou a interseção das esferas profissional e familiar.

A entrevistada demonstrou um cansaço visível e uma necessidade premente de compartilhar sua experiência enquanto mãe atípica. Ela expressou a sensação de invisibilidade em relação ao debate sobre o trabalho remoto, destacando como suas particularidades e desafios nem sempre são contemplados nas discussões mais amplas. Essa percepção de exclusão gerou um espaço emocional intenso, onde a participante se emocionou ao relatar suas vivências.

Apesar do tempo limitado e da urgência de um atendimento logo em seguida, a entrevistada se mostrou sucinta nas suas respostas, refletindo uma habilidade de articular rapidamente suas experiências e preocupações. A fluidez da conversa, mesmo com a presença da criança, permitiu que ela desvelasse aspectos importantes de seu cotidiano e da prática psicológica em um contexto de maternidade atípica.

Esta quinta entrevista, embora mais breve, proporcionou insights valiosos sobre a experiência de mães psicólogas com o trabalho remoto. A combinação de desafios técnicos e familiares, junto à necessidade de compartilhar sua realidade, enriqueceu a compreensão das dinâmicas de cuidado e trabalho que permeiam a vida dessas profissionais. A intersecção entre a vivência de ser mãe e a prática psicológica online destaca a urgência de incluir essas vozes nos debates sobre o trabalho remoto, contribuindo para uma reflexão mais inclusiva e representativa no campo da saúde mental.

RELATO DE PESQUISA: ENTREVISTA 6

A sexta entrevista da pesquisa ocorreu em 26 de novembro de 2024, com uma duração total de 54 minutos. Neste encontro, a conectividade se mostrou, em sua maior parte, estável, embora tenha havido uma interrupção que exigiu a retomada da ligação. A realização da entrevista em um ambiente de trabalho profissional trouxe uma dinâmica particular para a interação, refletindo as complexidades da prática psicológica remota.

A entrevistada estava situada em sua sala de trabalho, um espaço que, embora propício para a realização de atendimentos, também estava suscetível a interrupções externas. Durante a conversa, a secretária entrou na sala para informar que o marido da participante havia ligado e gostaria que ela retornasse a chamada. Esta interrupção, embora breve, inseriu um elemento adicional na dinâmica da entrevista, evidenciando a constante negociação entre as esferas profissional e pessoal que caracteriza a vida das psicólogas, especialmente em um contexto de trabalho remoto.

Este momento trouxe à tona questões relacionadas à gestão de múltiplas responsabilidades e à dificuldade de manter uma atenção plena durante os atendimentos. A interrupção não foi apenas uma quebra na continuidade da conversa, mas também um reflexo das tensões que permeiam o cotidiano das profissionais de saúde mental, que muitas vezes se veem entrelaçadas em demandas de diferentes esferas de suas vidas.

Durante a entrevista, a participante expressou uma percepção diferenciada em relação às questões de gênero no contexto do trabalho remoto. Ela se afastou de outras possíveis entrevistadas ao conceber que vive uma realidade de maior equidade de gênero. Essa autoavaliação, embora refletisse uma experiência pessoal de vantagens associadas ao trabalho remoto, também instigou reflexões mais profundas sobre as desigualdades estruturais que permanecem. A entrevistada relatou perceber muitas vantagens no formato de atendimento online, como a flexibilidade e a possibilidade de otimização de tempo. No entanto, a escolha de não realizar atendimentos em casa se revelou uma decisão consciente, fundamentada em sua crença de que não seria capaz de oferecer a atenção plena necessária aos clientes em um ambiente familiar.

Este ponto de vista trouxe à tona a complexidade das escolhas feitas por profissionais em contextos de trabalho remoto, onde a separação entre vida pessoal e profissional se torna cada vez mais nebulosa. A necessidade de um espaço dedicado ao trabalho, longe das distrações e demandas domésticas, reflete uma busca por manter padrões de qualidade nos atendimentos, mesmo diante das vantagens que a tecnologia pode proporcionar.

Apesar de se posicionar em um contexto que considera privilegiado, a entrevistada não hesitou em compartilhar suas sobrecargas e desafios. Este aspecto da conversa revelou uma necessidade de acolhimento e validação de suas experiências, que, embora vistas como positivas, eram acompanhadas de suas próprias tensões e responsabilidades. A disposição da participante em abrir-se sobre suas dificuldades, mesmo dentro de um cenário que ela mesma percebia como mais equitativo, destaca a importância de reconhecer as complexidades emocionais e psicológicas que permeiam a prática da psicologia, independentemente das condições externas.

A conversa fluiu de maneira profunda, permitindo que a entrevistada se sentisse confortável para explorar não apenas as vantagens do trabalho remoto, mas também os desafios que surgem nessa nova configuração. Essa dinâmica de acolhimento e abertura foi essencial para tornar visíveis as nuances que muitas vezes ficam à margem das discussões sobre o trabalho psicológico online. A vulnerabilidade que emergiu durante a conversa não apenas enriqueceu o material coletado, mas também evidenciou a necessidade de espaços de escuta e suporte para profissionais que, mesmo em posições consideradas privilegiadas, enfrentam sobrecargas emocionais significativas.

A sexta entrevista, marcada por uma dinâmica de trabalho profissional e uma conectividade predominantemente estável, ofereceu uma visão valiosa sobre as experiências vividas por psicólogas no contexto de trabalho remoto. A interrupção causada pela secretária e as reflexões sobre a equidade de gênero no trabalho remoto revelaram as tensões constantes entre as esferas da vida pessoal e profissional.

A disposição da entrevistada em discutir suas percepções sobre vantagens e desvantagens do trabalho remoto, bem como suas sobrecargas, contribuiu para uma compreensão mais ampla das complexidades que permeiam a vida das psicólogas. Este relato não apenas enriqueceu o corpus empírico da pesquisa, mas também destacou a importância de considerar as experiências subjetivas e emocionais das profissionais de saúde mental em um contexto de mudanças tão profundas. A análise dessas nuances é fundamental para uma compreensão mais completa do impacto do trabalho remoto nas práticas psicológicas e nas relações de gênero, revelando a necessidade de um acolhimento que reconheça e valide as experiências vividas por essas profissionais.

RELATO DE PESQUISA: ENTREVISTA 7

A sétima entrevista da pesquisa ocorreu em 08 de janeiro de 2025, em um cenário peculiar: a entrevistada estava de férias em uma fazenda da família, o que influenciou diretamente as condições da conversa. Com uma duração de 1 hora e 7 minutos, a entrevista foi marcada por muitas oscilações na conectividade, características que exigiram adaptações constantes durante a interação. A situação revelou a complexidade do ambiente em que a profissional se encontrava, equilibrando momentos de lazer com a necessidade de compartilhar suas experiências e reflexões sobre a prática psicológica na contemporaneidade.

As oscilações da internet não foram meros inconvenientes; elas geraram cortes frequentes na fala da entrevistada, exigindo que repetíssemos perguntas e retomar falas anteriores. Essa situação técnica, embora frustrante, também proporcionou uma oportunidade para observar a resiliência da participante. No entanto, a irritabilidade que se manifestou em alguns momentos da conversa evidenciou a tensão entre a necessidade de se conectar e a frustração diante das limitações técnicas. A entrevistada expressou, em sua comunicação, o desejo de manter uma conversa fluida e significativa, o que a levou a demonstrar uma certa impaciência com as interrupções.

Perante essa situação, foi necessário acolher suas emoções e validar sua irritação, criando um espaço seguro para que pudesse expressar suas dificuldades. Esse acolhimento não apenas facilitou a continuidade da entrevista, mas também permitiu que a participante se sentisse mais à vontade para explorar suas vivências e desafios, especialmente em relação à sua prática profissional.

A entrevistada, ao longo da conversa, revelou-se profundamente emocionada, compartilhando experiências que a conectavam não apenas ao seu trabalho, mas também à sua vida pessoal como mãe. A relação entre maternidade e prática psicológica emergiu como um tema central, com a profissional reconhecendo que o atendimento online se tornou uma necessidade premente devido à demanda de sua rotina. Essa escolha, embora prática, carrega consigo uma série de limites e desafios.

Durante a conversa, a participante articulou diversas dificuldades relacionadas à maternidade, expressando um sentimento de sobrecarga que muitas vezes a leva a se sentir limitada em sua atuação profissional. A natureza emocional do diálogo permitiu que a entrevistada se abrisse sobre suas vulnerabilidades, refletindo sobre como a maternidade atípica e as exigências do trabalho remoto criam um ambiente onde as expectativas e as realidades frequentemente colidem.

A necessidade de manejá com cuidado o diálogo, conforme solicitado pela entrevistada, sublinhou a importância do acolhimento nas interações de pesquisa. A combinação de suas emoções e experiências, particularmente em um contexto de trabalho online, trouxe à tona questões de identidade profissional e a luta por equilibrar responsabilidades familiares e demandas profissionais. As tensões entre ser uma mãe dedicada e uma profissional competente foram discutidas de maneira sincera, revelando a complexidade da experiência feminina no campo da psicologia remota.

O acolhimento das emoções da entrevistada foi crucial para o andamento da entrevista. A disposição dela em se abrir sobre suas dificuldades, mesmo em um ambiente que poderia ser considerado descontraído, como uma fazenda, sinaliza a profundidade das questões que permeiam seu cotidiano. Essa dinâmica emocional, que fluiu durante a conversa, não apenas enriqueceu o material coletado, mas também proporcionou um espaço de reflexão mútua sobre as realidades enfrentadas pelas psicólogas no cenário da prática online.

A experiência de estar em férias e ainda assim sentir a pressão das responsabilidades profissionais foi discutida de maneira honesta, revelando um paradoxo que muitas mães enfrentam: a dificuldade em desligar-se das demandas do trabalho mesmo em momentos de lazer. Esta realidade destaca a necessidade de um espaço de escuta e acolhimento para profissionais de saúde mental, que frequentemente lidam com a sobrecarga de atender às exigências de suas vidas pessoais e profissionais.

A sétima entrevista, marcada por desafios técnicos e uma dinâmica emocional intensa, proporcionou insights valiosos sobre as experiências vividas por psicólogas que equilibram a maternidade e a prática profissional remota. A combinação de interrupções na conectividade, irritabilidade e uma profunda necessidade de acolhimento foi refletida nas falas da entrevistada, evidenciando a complexidade das realidades que essas profissionais enfrentam.

As reflexões sobre as limitações impostas pela maternidade e a escolha pelo trabalho remoto oferecem uma contribuição significativa para a compreensão das dinâmicas de gênero e das pressões enfrentadas por mulheres no campo da saúde mental. A experiência da entrevistada ilumina a urgência de discutir e apoiar a saúde mental de profissionais que, mesmo em contextos aparentemente privilegiados, lidam com uma carga emocional significativa. Assim, esta entrevista não apenas enriqueceu o corpus empírico da pesquisa, mas também enfatizou a importância de um acolhimento sensível e respeitoso nas interações de pesquisa, permitindo que as vozes das psicólogas sejam ouvidas e valorizadas.

RELATO DE PESQUISA: ENTREVISTA 8

A oitava entrevista da pesquisa foi realizada em 13 de janeiro de 2025, em um contexto que, embora marcado por algumas oscilações e fragmentações na fala, apresentou uma conectividade predominantemente estável. Com uma duração de 49 minutos, esta interação se deu em um momento particularmente significativo para a entrevistada, que estava retornando de férias e relatou ter atendimentos marcados para o restante do dia. Essa situação impôs um ritmo acelerado ao encontro, refletindo a sobrecarga que muitas profissionais de saúde mental enfrentam em suas rotinas.

A necessidade de alocar a entrevista em uma agenda apertada trouxe desafios específicos à dinâmica da conversa. Em diversos momentos, a entrevistada precisou ser questionada mais de uma vez para desenvolver suas respostas de maneira mais clara, evidenciando a importância de um manejo cuidadoso na condução do diálogo. A fragmentação das respostas, em parte decorrente da pressa e da atenção dividida entre a entrevista e a iminente volta aos atendimentos, exigiu que eu retornasse a alguns pontos para aprofundar a compreensão das experiências relatadas.

Apesar dessas limitações temporais, a entrevistada demonstrou um manejo eficaz com as tecnologias, conseguindo adaptar-se rapidamente às exigências da conversa online. Essa habilidade técnica, embora eficaz, não impediu que a pressão do tempo afetasse o fluxo natural da entrevista, resultando em um diálogo que, por vezes, parecia apressado. A capacidade da participante de se reposicionar e se concentrar nas questões levantadas foi admirável, permitindo que o encontro permanecesse produtivo, mesmo sob a pressão do relógio.

Desde o início da entrevista, a entrevistada expressou um interesse genuíno em relatar sua experiência, a qual ela mesma percebia como marcada pela invisibilidade no campo do trabalho remoto. Essa sensação de não ser suficientemente ouvida ou reconhecida nas discussões sobre a prática profissional online é um tema que ressoou ao longo da conversa. O desejo de compartilhar suas vivências e desafios, especialmente em um cenário que frequentemente marginaliza as vozes de profissionais mulheres, foi palpável e trouxe uma dimensão emocional ao diálogo.

Conforme a conversa se desenrolava, ficou claro que a percepção de invisibilidade não se limitava apenas ao seu papel profissional, mas também se estendia à sua vivência como mulher e mãe no contexto do trabalho remoto. A entrevistada articulou como a dinâmica do trabalho remoto, embora ofereça vantagens, também contribuiu para um sentimento de desconexão em relação a seus colegas e à comunidade profissional mais ampla.

Essa reflexão aprofundou a discussão sobre a interação entre gênero, maternidade e as exigências do trabalho online.

O esforço para aprofundar as respostas da entrevistada revelou nuances importantes de suas experiências. A necessidade de retornar a certos pontos destacou a complexidade das questões em jogo e a importância de um espaço seguro para que as profissionais possam explorar suas vivências de maneira mais completa. A abordagem da entrevistada em relação à sua própria invisibilidade não apenas enriqueceu o material da pesquisa, mas também levantou questões sobre a necessidade de maior visibilidade e reconhecimento das experiências de mulheres no campo da psicologia online.

Embora a entrevista tenha sido desafiadora devido ao tempo limitado e à fragmentação das respostas, ela proporcionou insights valiosos sobre a realidade das psicólogas que operam em um contexto marcado por exigências multifacetadas. O diálogo, mesmo que apressado, foi uma oportunidade para a entrevistada expressar suas preocupações e reflexões, contribuindo para a construção de um entendimento mais amplo sobre as dinâmicas de gênero e as complexidades do trabalho psicológico na era contemporânea.

A oitava entrevista, portanto, não apenas ampliou o corpus empírico da pesquisa, mas também enfatizou a importância de ouvir e valorizar as vozes de profissionais que, apesar de suas experiências de invisibilidade, buscam um espaço para compartilhar suas histórias e desafios. Este relato não apenas enriquece a discussão sobre a prática psicológica, mas também sublinha a necessidade de uma maior atenção às questões de gênero e à valorização das experiências das mulheres no campo da saúde mental.

RELATO DE PESQUISA: ENTREVISTA 9

A nona entrevista da pesquisa foi realizada em 3 de fevereiro de 2025, com uma duração total de 52 minutos. A conectividade durante a entrevista apresentou algumas oscilações, o que exigiu adaptações na condução do diálogo. No entanto, apesar dessas interrupções, a conversa fluiu em um ritmo significativo, permitindo que a entrevistada compartilhasse suas experiências de forma impactante.

A realização desta entrevista foi marcada por um histórico de remarcações, tanto da parte da entrevistada quanto por motivos pessoais que exigiram minha atenção. Essa realidade já indicava um cenário de sobrecarga e compromisso, refletindo as complexidades da vida cotidiana das profissionais de saúde mental. Durante a conversa, a entrevistada precisou se ausentar por alguns minutos para atender a uma demanda familiar, um evento que não apenas interrompeu o fluxo da entrevista, mas também ressaltou a interseção constante entre as responsabilidades profissionais e familiares que muitas psicólogas enfrentam.

Essas interrupções exigiram de mim uma postura de compreensão e flexibilidade, permitindo que a entrevistada se sentisse confortável para retomar a conversa quando estivesse pronta. Essa dinâmica de acolhimento foi fundamental para a criação de um espaço seguro, onde a participante pudesse expressar suas emoções e desafios.

Um dos aspectos mais impactantes desta entrevista foi o momento em que a entrevistada se emocionou ao relatar seu extenso cansaço. Ao discutir as demandas de sua prática profissional e as pressões do cotidiano, ela compartilhou uma sensação de exaustão que permeava não apenas seu trabalho, mas também sua vida pessoal. Esse relato de cansaço profundo ressoou como um tema central na conversa, revelando o peso que muitas mulheres na psicologia carregam em termos de responsabilidades múltiplas.

O acolhimento que ofereci quando sua emoção veio à tona foi crucial. Permiti que ela respirasse, se recompondo antes de continuar a compartilhar suas experiências. Esse momento de vulnerabilidade não apenas fortaleceu a conexão entre nós, mas também trouxe à luz a realidade emocional que muitas profissionais enfrentam em um campo que exige tanto delas. A capacidade de se abrir sobre o cansaço e as dificuldades é um passo importante para a validação de suas experiências e para a construção de um diálogo mais honesto sobre as realidades da prática psicológica.

À medida que a entrevista avançava, tornava-se evidente como a vida pessoal da entrevistada estava intrinsecamente ligada à sua prática profissional. Ela articulou como as pressões do trabalho remoto, combinadas com suas responsabilidades familiares, criavam um

ambiente onde o equilíbrio se tornava cada vez mais difícil de alcançar. A necessidade de atender às demandas de seus pacientes, ao mesmo tempo em que lidava com questões familiares, exemplificou a luta constante para manter uma presença profissional e, ao mesmo tempo, ser uma mãe e parceira presente.

Essas reflexões trouxeram à tona a questão da saúde mental das profissionais de saúde, muitas vezes negligenciada em discussões sobre as exigências de trabalho. A experiência de cansaço não é apenas uma questão individual, mas um reflexo de um sistema que frequentemente não oferece suporte adequado para as psicólogas que atuam em um cenário já estressante.

A nona entrevista, apesar dos desafios técnicos e das interrupções, proporcionou uma visão profunda das experiências vividas por psicólogas que lidam com demandas profissionais e pessoais. O acolhimento das emoções da entrevistada e a compreensão das suas dificuldades foram fundamentais para a construção de um diálogo significativo.

Os relatos sobre o cansaço e a sobrecarga emocional destacam a necessidade urgente de se considerar o bem-estar dessas profissionais, promovendo um ambiente que reconheça e valorize suas experiências. Essa entrevista não apenas enriqueceu o corpus empírico da pesquisa, mas também enfatizou a importância de criar espaços de escuta e acolhimento para as psicólogas, permitindo que suas vozes sejam ouvidas e suas lutas reconhecidas. A compreensão das complexidades que envolvem a prática psicológica, especialmente no contexto de cuidados e trabalho remoto, é essencial para o desenvolvimento de estratégias que apoiem a saúde mental dessas profissionais.

RELATO DE PESQUISA: ENTREVISTA 10

A décima entrevista da pesquisa ocorreu em 17 de fevereiro de 2025, com uma duração de 54 minutos. A conectividade, embora predominantemente instável, apresentou fragmentações e oscilações que impactaram a fluidez da conversa. Este cenário técnico, que resultou em cortes na fala da entrevistada, exigiu um manejo cuidadoso da dinâmica da entrevista, exigindo que eu retornasse a alguns tópicos para garantir uma compreensão completa das ideias compartilhadas.

As oscilações na internet, que se manifestaram em interrupções frequentes, tornaram-se um desafio constante durante a entrevista. A necessidade de voltar a certos pontos foi uma prática recorrente, uma vez que a fragmentação das respostas dificultava o seguimento de um raciocínio mais elaborado. No entanto, essa situação não impediu a entrevistada de se envolver ativamente na conversa; pelo contrário, sua disposição em articular suas ideias de maneira dinâmica e expressiva trouxe uma energia positiva ao encontro.

Apesar das dificuldades técnicas, a entrevistada demonstrou uma capacidade incrível de se adaptar à situação. Sua vontade de compartilhar experiências e reflexões sobre a prática psicológica remota refletiu um comprometimento com a pesquisa e com o tema em questão. Em momentos de interrupção, a entrevistada aproveitava para reformular ou expandir suas respostas, demonstrando um interesse genuíno em contribuir com a discussão.

O entusiasmo da entrevistada pelo tema da pesquisa foi palpável. Desde o início, ela se mostrou disposta a explorar as nuances de sua experiência na prática psicológica, especialmente no que diz respeito às transformações trazidas pelo atendimento online. As falas foram dinâmicas e articuladas, revelando uma profunda reflexão sobre as mudanças em seu trabalho e na vida pessoal. Essa disposição não apenas enriqueceu a conversa, mas também proporcionou uma visão mais ampla sobre a realidade enfrentada por profissionais de saúde mental.

A capacidade da entrevistada de conectar suas experiências pessoais com as questões mais amplas da prática psicológica foi especialmente significativa. Ao discutir como a maternidade e as demandas do trabalho remoto se entrelaçam, ela trouxe à tona a importância de considerar as múltiplas facetas da vida das psicólogas. Essa intersecção entre a vida pessoal e profissional, frequentemente negligenciada em debates sobre saúde mental, emergiu como um ponto central na conversa.

A dinâmica da entrevista, marcada por cortes e a necessidade de retorno a tópicos, acabou por revelar a complexidade da prática psicológica em um contexto online. A

entrevistada, mesmo diante das dificuldades técnicas, conseguiu articular suas reflexões sobre a necessidade de resiliência e adaptação. Esse aspecto, por sua vez, enfatiza a habilidade das psicólogas em lidar com situações desafiadoras, tanto em seus atendimentos quanto em suas vidas pessoais.

Além disso, a importância do suporte emocional e do reconhecimento das dificuldades enfrentadas por essas profissionais foi um tema recorrente. A entrevistada expressou a necessidade de criar espaços de escuta e acolhimento, onde as psicólogas possam compartilhar suas experiências sem medo de serem julgadas.

A décima entrevista, apesar das oscilações e fragmentações na conectividade, proporcionou uma oportunidade valiosa para explorar as experiências de psicólogas em tempos desafiadores. O entusiasmo da entrevistada pelo tema e sua capacidade de articular suas vivências de forma dinâmica enriqueceram a conversa, trazendo à tona questões essenciais sobre a prática psicológica no contexto online.

As reflexões sobre a interseção entre vida pessoal e profissional, bem como a necessidade de acolhimento e suporte, destacam a urgência de se considerar o bem-estar das profissionais de saúde mental. Essa entrevista não apenas enriqueceu o corpus empírico da pesquisa, mas também enfatizou a importância de ouvir e valorizar as vozes das psicólogas, contribuindo para uma compreensão mais profunda das complexidades que envolvem a prática psicológica na contemporaneidade.