

## Saúde, gênero e invisibilidade no trabalho doméstico não remunerado

*Health, gender, and the invisibility of unpaid domestic work*

Sibele de Jesus Santos<sup>1</sup>, Maria Luiza Caires Comper<sup>1</sup>

DOI: 10.1590/2358-28982025E210496P

**RESUMO** O trabalho doméstico não remunerado, historicamente associado ao gênero feminino, continua invisibilizado nas políticas públicas de saúde e segurança no trabalho. Este ensaio, baseado em revisão de literatura, discute a importância de reconhecer esse trabalho como legítimo, considerando suas implicações diretas na jornada de trabalho, saúde e bem-estar das mulheres. Propõe-se a Análise Ergonômica do Trabalho como metodologia eficaz para identificar e diagnosticar as condições do trabalho doméstico, além de defender o reconhecimento técnico e social desse trabalho nas políticas públicas. O texto também sugere que a 5ª Conferência Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora seja um espaço para debater e promover soluções voltadas para a equidade de gênero e a justiça social.

**PALAVRAS-CHAVE** Trabalho doméstico. Ergonomia. Gênero e saúde. Mulheres trabalhadoras.

**ABSTRACT** *Unpaid domestic work, historically associated with the female gender, remains invisible in public policies on occupational health and safety. This essay, based on a literature review, discusses the importance of recognizing this work as legitimate, considering its direct implications for women's work schedules, health, and well-being. The Ergonomic Work Analysis is proposed as an effective methodology to identify and diagnose the conditions of domestic work, as well as to advocate for the technical and social recognition of this labor in public policies. The text also suggests that the 5th National Conference on Workers' Health should serve as a strategic space to debate and promote solutions aimed at gender equity and social justice.*

**KEYWORDS** *Household work. Ergonomics. Gender and health. Women, working.*

<sup>1</sup>Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB) – Teixeira de Freitas (BA), Brasil.  
sibep\_pa@hotmail.com



## Introdução

O trabalho doméstico não remunerado é uma atividade essencial para a manutenção da vida cotidiana, sendo historicamente atribuído, em sua maioria, às mulheres. De acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, aproximadamente 90% das mulheres brasileiras a partir dos 14 anos realizam tarefas domésticas e/ou cuidados com pessoas em seus lares, gastando, em média, 21,3 horas semanais em atividades domésticas não remuneradas, que corresponde a aproximadamente 3 horas de trabalho por dia, frequentemente somado às horas do trabalho remunerado<sup>1</sup>. Esses dados evidenciam como o trabalho doméstico não remunerado está associado à identidade de ‘ser mulher’, refletindo uma divisão desigual das tarefas que reforça estereótipos e perpetua o ciclo de desigualdade de gênero, ao mesmo tempo que impõe desafios significativos à saúde física e mental das mulheres envolvidas<sup>2-4</sup>. Isso porque, embora essas tarefas sejam essenciais para o funcionamento da sociedade, elas são frequentemente desvalorizadas e invisibilizadas<sup>5-7</sup>.

A sobrecarga de responsabilidades domésticas e de cuidado, muitas vezes combinada com uma rede de apoio limitada e a falta de reconhecimento social e econômico dessas funções, tem efeitos adversos sobre o bem-estar das mulheres, restringindo suas oportunidades de participação plena em outras esferas sociais, como o mercado de trabalho, a educação e o lazer<sup>8-11</sup>. Essa precarização é ainda mais acentuada pelas duplas jornadas realizadas por mulheres que dividem seu tempo entre o trabalho remunerado e o trabalho doméstico não remunerado<sup>12-14</sup>. Também é importante considerar que o trabalho doméstico envolve a presença de fatores de risco, como a realização de tarefas repetitivas e fisicamente exigentes, a adoção de posturas inadequadas e a ausência de descanso suficiente. Condições que, somadas à repetição constante de atividades como lavar roupas, limpar a casa e cuidar dos filhos, pre-dispõem as mulheres ao adoecimento<sup>15</sup>.

Por isso, reconhecer o trabalho doméstico não remunerado como parte do campo das relações ocupacionais, e não apenas como uma responsabilidade pessoal, é essencial para a construção de uma sociedade mais justa, na qual os direitos de todos os trabalhadores, independentemente da sua ocupação ou gênero, sejam respeitados e valorizados. Desse modo, o que antes era um trabalho ‘improdutivo ou reprodutivo’ deve ser visibilizado e ressignificado, recebendo uma nova perspectiva sobre sua importância econômica e social, uma vez que essas tarefas desempenham um papel crucial para o funcionamento da sociedade<sup>7,12-14,16</sup>.

Nesse contexto, a Análise Ergonômica do Trabalho (AET) configura-se como um caminho metodológico promissor para dar visibilidade ao trabalho doméstico não remunerado. Isso porque a AET está fundamentada em uma abordagem centrada na análise do trabalho real, buscando compreender a complexidade das atividades realizadas pelos trabalhadores e propor soluções compatíveis com as especificidades do contexto ocupacional<sup>17,18</sup>. Essa característica torna a AET particularmente adequada para evidenciar a natureza concreta e multifacetada do trabalho doméstico, considerando suas exigências físicas, cognitivas e organizacionais, bem como as condições em que é realizado e os impactos gerados sobre a saúde das mulheres que o desempenham. Dentre as potenciais contribuições da AET para o trabalho doméstico não remunerado, destacam-se: i) o diagnóstico das condições de trabalho e a avaliação dos impactos na saúde das mulheres; ii) a identificação de atividades que geram sobrecarga e a proposição de intervenções para reduzir riscos; iii) a geração de dados que subsidiem políticas públicas e o reconhecimento estatístico; e iv) a promoção de medidas mais equitativas que revisem os direitos trabalhistas, de saúde e sociais das mulheres brasileiras<sup>17</sup>.

O ensaio objetivou discorrer sobre o papel social do gênero, sua relação com o trabalho doméstico não remunerado e os impactos a saúde dessas mulheres, tendo como enfoque

o método da AET, que é uma abordagem viável para identificar, caracterizar, diagnosticar e propor melhorias para as atividades domésticas não remuneradas realizadas pelas mulheres. Para tanto, ele foi organizado em três seções. A primeira seção visa resgatar a história da mulher, da busca por seus direitos e como as lutas feministas contribuíram para o reconhecimento do trabalho doméstico não remunerado como uma identidade vinculada ao 'ser mulher', abordados por estudos sociais do gênero e do trabalho. A segunda seção aborda o conceito de trabalho doméstico não remunerado, examinando as tarefas realizadas e seus impactos na saúde física e mental das mulheres. Por fim, a terceira seção reflete sobre o papel da AET como uma abordagem viável para fundamentar políticas públicas que promovam e protejam a saúde das mulheres, reconhecendo o trabalho doméstico não remunerado como um direito constitucional.

## Construção histórica da mulher e o trabalho

Estudar sobre a mulher é um tema insigne, pois traz uma pluralidade de conceitos atrelados à sua vida ao longo da história, como: matrimônio, submissão, genitora, materna, cuidado, família, força, trabalho, resistência, existência, saúde, segurança, proteção, responsabilidade, respeito, dentre outras definições. Alguns desses conceitos estão sendo rasurados, outros, olvidados, e muitos vêm surgindo e se resignificando com as mudanças político-econômico-sociais que impactam na existência da mulher na sociedade.

Exatamente por isso, é possível dizer que a história da mulher está atrelada intrinsecamente às representações, aos conceitos e aos marcadores sociais moldados por uma convenção social sobre o que significa 'ser mulher', a qual, muitas vezes, estabelece uma definição única relacionada com o gênero. Não cabe conceitos unilaterais, pois é condição *sine qua non* entender suas individualidades e as

expectativas esperadas. Ainda que essas singularidades sejam atravessadas pelas coletividades do ser mulher, cada mulher é atravessada de maneira única pela raça, classe, cultura e identidade influenciada pelos diferentes contextos históricos e culturais de determinados grupos<sup>19,20</sup>. Tais influências marcaram profundamente a construção da relação entre a mulher e o trabalho.

Ao longo de sua trajetória histórico-socio-cultural, as ocupações das mulheres sempre foram invisibilizadas e postas como não relevantes para as mudanças em uma sociedade, na qual imperou (e impera) o patriarcado e o machismo<sup>5</sup>. Nesse contexto, a mulher era vista como um ser submisso, dependente e que deveria realizar suas ocupações exclusivamente para o matrimônio, para a reprodução e para a família. Uma condição que, dependendo da raça e da classe, amplia o silenciamento das mulheres e sua consequente invisibilização no processo social, reforçando desigualdades estruturais e limitando o acesso equitativo a direitos, reconhecimento e representatividade<sup>21</sup>.

O silêncio das mulheres, por muitos séculos, foi posto como um mandamento religioso, político e social<sup>22</sup>. Tal silêncio tornou-se uma estratégia de sobrevivência, uma vez que não seguir os padrões impostos pela sociedade acarretava a exclusão, o enclausuramento, as limitações e até mesmo a morte. Desse modo, a história dessas protagonistas, por muito tempo, passou despercebida nos seus diários íntimos, fotografias e correspondências familiares – e, quando escrita, foi fundamentada por homens. No entanto, as manifestações e os movimentos feministas originados pela escuta e lutas íntimas discutidos pelas mulheres entre si, o carecimento de mão de obra no período industrial, as mudanças histórico-culturais e a necessidade da pesquisa social fizeram com que essa história fosse contada, publicada e modificada ao longo do tempo<sup>23-25</sup>.

Nesse contexto, o movimento feminista se tornou um caminho para a inserção da mulher no mercado de trabalho conquistado por muitas lutas. Lutas por seus corpos, pelo

desvinculamento do matrimônio, por uma educação acadêmica, para compor os espaços públicos, por representação na política, por igualdade salarial e por validar sua existência e relevância em uma sociedade. É possível dizer que esses movimentos marcaram o início da história das mulheres no contexto do trabalho, abrindo portas nas universidades, nos laboratórios e nos grupos de pesquisas formados por mulheres, que, a partir de então, passaram a contar, e mais que isso, viver sua própria história<sup>24</sup>.

Os resultados desse movimento em defesa dos direitos das mulheres converteram-se em várias vertentes, pois, por mais que as conquistas alcançassem as mulheres no coletivo, as lutas eram baseadas em vivências e realidades sociais e culturais de classe e raça que eram atravessadas por diferentes contextos. Agora não é só o momento da luta por direitos civis, de voto e pela liberdade em espaços públicos, mas também, *a fortiori*, de requerer que sua identidade de gênero e raça seja reconhecida e representada – e a partir dela, a conquista por condições de trabalho dignas, proteções e direitos para seus filhos e a imprescindibilidade de um olhar para o feminismo negro, inquirindo-nos a pensar e ver que não pode haver uma universalização do ser mulher sem levar em consideração as intersecções que as atravessam<sup>26,27</sup>.

À luz dessas circunstâncias, o feminismo negro é construído a partir da luta das mulheres que não pertencem a uma classe privilegiada, refletindo sobre as dificuldades enfrentadas por aquelas desprovidas de muitos direitos: mulheres da classe operária, pobres, mulheres de várias raças, minorias étnicas que lutam pelo direito de representações políticas, emprego, aumento dos salários, direito à creche, luta contra o racismo e melhores condições de vida para essas mulheres e suas gerações<sup>28</sup>. Djamila Ribeiro<sup>26(14)</sup> acrescenta no seu livro ‘O que é lugar de fala?’ que:

Pensar em feminismo negro é justamente romper com a cisão criada numa sociedade

desigual, logo é pensar projetos novos, novos marcos civilizatórios para que pensemos em um novo modelo de sociedade.

Na realidade, o que estas mulheres queriam, e ainda querem, são direitos de escolha na construção de suas próprias identidades, sem estarem atreladas à obrigação da maternidade, do espaço doméstico, do matrimônio, do cuidar e da subordinação de poder ao homem. Daí vê-se a reflexão sobre a mulher, sobre seu corpo, sobre seu papel social, público e privado, tão importante e significativo para ampliação da sua sociabilidade e mudanças na história e no mundo<sup>29</sup>. Fato é que a subversão das mulheres contra a supressão das escolhas sobre seus corpos e vidas trouxe grandes conquistas e transformações sociais que propiciaram uma nova configuração nas relações de trabalho na sociedade. O mundo do trabalho, ainda que com limitações, deixou de ser algo exclusivamente reconhecido, associado e estritamente realizado pelo ser masculino, passando a ser admitido, inserido e ampliado para as mulheres, rompendo com a dicotomia entre quem deve ser responsável pela vida pública e privada; razão e sentimento; produtivo e reprodutivo; ciência e cuidado.

A inserção feminina no mercado de trabalho trouxe um novo modo de viver e sobreviver para as mulheres, mas não eliminou sua participação nas atividades domésticas não remuneradas, o que resultou em uma intensificação da carga horária total de trabalho<sup>30,31</sup>. Ademais, houve uma continuidade dos princípios da separação e hierarquização das atividades por divisão de gênero, agora não apenas restritos ao âmbito da vida privada, mas também presentes nas dinâmicas do mundo do trabalho<sup>32</sup>. Isso porque se observa uma tendência de alocação das mulheres em atividades socialmente definidas como femininas em setores tradicionalmente associados ao cuidado, à saúde e à educação associada à predominância masculina em cargos de liderança, decisão e prestígio, o que implica salários mais elevados e posições hierárquicas superiores<sup>30,31,33,34</sup>.

Nesse modelo, uma minoria ocupa cargos elevados e bem remunerados enquanto um grupo predominante de mulheres ocupa posições com baixa remuneração, carga horária excessiva, trabalho precarizado, redução ou exclusão de direitos trabalhistas e previdenciários, terceirização do trabalho doméstico, baixas qualificações, ausência de crescimento na carreira profissional e migrações. Consequentemente, provocando novas intensificações das desigualdades sociais e das ocupações de cargos, agora entre as próprias mulheres, por meio da bipolarização do trabalho, e, assim, perpetuando-se as desigualdades os indicadores do trabalho precário<sup>10,32,35,36</sup>. Por exemplo, os indicadores sociais das mulheres no Brasil, no ano de 2022, revelam que a participação feminina nos cargos gerenciais é inferior à masculina e que seus salários são menores. Essa disparidade tende a aumentar com o avanço da idade das mulheres, contrastando com o cenário masculino, no qual homens de idades mais avançadas e com filhos conseguem alcançar posições mais altas<sup>9</sup>.

Os dados também mostram que a carga horária semanal dedicada às atividades domésticas não remuneradas, como cuidados de pessoas e/ou afazeres domésticos, é significativamente maior para as mulheres, especialmente em grupos etários relacionados com a vida adulta<sup>8,9</sup>. Esses dados podem estar parcialmente ligados à dupla jornada assumida pelas mulheres, que entrelaça as tarefas do trabalho remunerado e do trabalho doméstico não remunerado, ou as obriga a renunciar a uma dessas esferas, o que impacta diretamente sua saúde física e mental<sup>37-39</sup>. Isso demonstra que o cuidado familiar e os trabalhos a ele associados ainda são vistos como um papel social de gênero, resultando, assim, na segregação vertical e horizontal<sup>40</sup>.

Destarte, é possível observar que ocorreram grandes transformações nas esferas privadas e públicas das mulheres ao longo do tempo, resultado das lutas feministas, das

evoluções histórico-culturais e das novas políticas públicas. No entanto, as mulheres continuam sendo impactadas em sua saúde e vida devido à responsabilidade majoritária pelas atividades domésticas não remuneradas, além dos desafios em sua ascensão profissional, especialmente quando necessitam de afastamentos para gerar e cuidar da família. Isso revela a necessidade de ampliação e modificação das iniciativas públicas e dos estudos científicos que busquem entender e intervir no reconhecimento do trabalho doméstico não remunerado como um direito, e não apenas como uma identidade vinculada ao ‘ser mulher’.

## **O trabalho doméstico não remunerado e seus impactos na saúde física e mental das mulheres**

A palavra ‘trabalho’ pode ser compreendida como uma atividade que envolve a execução de uma tarefa com o objetivo de alcançar um determinado resultado, seja ela remunerada ou não. Essa palavra se desdobra em diversos conceitos que emergem de um processo histórico de construção e que refletem formas e significados atribuídos ao trabalho a partir das relações de produção, organização social e conhecimento humano de cada tempo<sup>41</sup>. Albornoz descreve o trabalho sob duas perspectivas distintas: primeiro, como a realização de uma obra capaz de expressar o indivíduo, proporcionando-lhe reconhecimento social e transcendendo sua própria vida; segundo, como um esforço rotineiro e repetitivo, sem liberdade, cujo resultado é consumível e frequentemente marcado por um incômodo inevitável<sup>42</sup>. Dentro dessa abordagem, o trabalho pode ser concebido como a aplicação das forças e faculdades humanas para alcançar um determinado objetivo por meio da realização de uma atividade coordenada, seja de natureza física ou intelectual.

Explorar essas definições permite compreender que o trabalho vai além do âmbito remunerado. Ele envolve uma série de atividades que não se restringem apenas à geração de lucro, mas também ao atendimento de necessidades sociais, culturais e emocionais, desempenhando um papel fundamental na organização e no funcionamento das sociedades<sup>43</sup>. Por exemplo, o trabalho doméstico não remunerado refere-se a todo trabalho realizado no âmbito residencial de forma contínua, por um único morador ou por vários, sem o recebimento de remuneração<sup>7,16,44</sup>. Ele inclui tanto as tarefas domésticas do cuidado indireto ou direto quanto os cuidados com pessoas no domicílio<sup>11,45</sup>. Essas tarefas podem ser caracterizadas por atividades como: limpar e/ou organizar a moradia; cozinhar, lavar ou organizar os utensílios da cozinha; limpar e fazer a manutenção de roupas ou sapatos; passar e/ou guardar roupas; auxiliar nos cuidados pessoais ou educacionais de outros moradores do domicílio; cuidar dos animais domésticos, entre outras atividades<sup>11,45,46</sup>.

Nesse contexto, o trabalho doméstico não remunerado assume uma dimensão essencial, com o objetivo de prover cuidados e manter as condições de vida. Enquanto trabalho, ele compartilha características fundamentais com qualquer outro trabalho remunerado, tais como: a definição de um objetivo claro, a realização de processos, tarefas ou etapas necessárias para atingir esse objetivo, a repetitividade ou continuidade, e o valor gerado, que pode refletir em benefícios econômicos, sociais, culturais ou psicológicos. No entanto, embora seja possível enquadrá-lo como trabalho, por que ele não é devidamente reconhecido ou valorizado? Talvez porque as atividades, embora essenciais, são frequentemente consideradas parte da esfera privada, e não vistas como um trabalho formal, reconhecido social e economicamente. Em parte, essa resposta está associada ao fato de que, historicamente, o trabalho doméstico

não remunerado foi construído como uma atribuição exclusiva da mulher, quase como uma condição *sine qua non* de sua identidade conforme descrito na seção anterior.

De fato, apesar de tantos anos, o trabalho doméstico não remunerado permanece sendo preponderantemente realizado por mulheres que dedicam seus esforços físicos e mentais para a execução em uma rotina diária invisibilizada e, muitas vezes, desvalorizada pela sociedade<sup>7,14,46,47</sup>. Essa realidade reflete a persistência de uma divisão de gênero que relegou as mulheres ao papel de cuidadoras, o que, por sua vez, contribui para a desvalorização do trabalho que realizam. Alguns estudos demonstram que a carga horária dedicada ao trabalho doméstico não remunerado pelas mulheres é sempre superior à dos homens, sendo ainda mais intensificada quando envolve o cuidado de filhos e de outros moradores e impactando ainda mais a saúde das delas<sup>10,11,45,46</sup>.

Nesse sentido, o impacto da responsabilidade do trabalho doméstico não remunerado sobre a saúde das mulheres pode ser significativo. A sobrecarga de tarefas domésticas, muitas vezes acumulada com o trabalho remunerado e outras responsabilidades, resulta em um grande desgaste físico e emocional<sup>3,48</sup>. Na realidade dessas mulheres, não há definição de limite de tempo ou turno para a jornada de trabalho doméstico, tampouco existem períodos específicos para descanso ou uma divisão equilibrada de tarefas entre os moradores da residência. Um cenário que foi intensamente evidenciado no período da pandemia da covid-19, quando as responsabilidades domésticas e do cuidado foram intensificadas em razão do isolamento social<sup>3,4,49</sup>.

Além disso, a pandemia fortaleceu a emergência de uma nova configuração de trabalho – o teletrabalho em *home office* –, o que exigiu uma adaptação do ambiente residencial para acomodar esse novo formato. Nesse contexto, o teletrabalho em *home office* contribuiu para perpetuar ainda mais a divisão de gênero já estabelecida e, conseqüentemente, aumentou a exposição das mulheres aos fatores de risco

associados a essa sobrecarga de responsabilidades<sup>50,51</sup>. Isso resultou no desenvolvimento de condições de saúde relacionadas com estresse crônico, exaustão, distúrbios do sono, problemas musculoesqueléticos e, em casos mais graves, no surgimento de doenças mentais, como ansiedade e depressão. Por exemplo, no ano de 2024, as mulheres representam a maioria dos afastamentos por transtornos mentais no ambiente de trabalho. Segundo dados do Ministério da Previdência Social<sup>52</sup> 64% das 472.328 licenças médicas concedidas por motivos de saúde mental foram registradas entre mulheres, com idade média de 41 anos, e incluem episódios depressivos, transtornos ansiosos, estresse grave e transtornos de adaptação.

Todo o exposto revela que a ausência de reconhecimento, de apoio institucional e uma divisão igualitária do trabalho doméstico não remunerado são determinantes significativos para a saúde das mulheres. Essas condições são agravadas pelas exigências físicas e psicológicas, tais como: pressão para atender a múltiplas responsabilidades; demandas biomecânicas, horas extras, ausência de descanso semanal, jornadas prolongadas e sobrecarga emocional do trabalho doméstico<sup>53-56</sup>. É possível que o primeiro passo para mudar a realidade dessas mulheres esteja no reconhecimento do trabalho doméstico não remunerado como um direito constitucional. Isso exige a criação de políticas que assegurem a divisão equitativa das responsabilidades domésticas entre todos os membros da família, independentemente do gênero. Além disso, é crucial adotar uma abordagem eficaz para fundamentar políticas públicas que promovam saúde e bem-estar. Nesse sentido, a utilização do conhecimento ergonômico pode ser uma ferramenta essencial para identificar, avaliar e diagnosticar as atividades domésticas não remuneradas, visando não apenas entender as demandas físicas e mentais impostas a elas, mas também impulsionar mudanças significativas em suas condições de trabalho e bem-estar<sup>15,57,58</sup>.

## **Análise ergonômica do trabalho: uma possibilidade para tornar visível o trabalho doméstico não remunerado**

A ergonomia é uma ciência multidisciplinar que estuda a relação entre o ser humano e os elementos físicos, cognitivos e organizacionais do trabalho. Seu objetivo é adaptar e transformar o ambiente de trabalho, visando garantir segurança, saúde e bem-estar dos trabalhadores ao mesmo tempo que promove sustentabilidade, eficiência e produtividade<sup>45,59</sup>. Além disso, a ergonomia busca gerar conhecimentos, analisar problemas e propor soluções por meio de métodos e técnicas específicas para cada variável estudada, seja o homem, a máquina, o ambiente ou o sistema<sup>17</sup>.

De acordo a International Ergonomics Association (IEA), a ergonomia pode ser dividida em três domínios: i) o domínio físico, que estuda as características antropométricas e biomecânicas dos trabalhadores e os componentes do ambiente de trabalho (máquinas, mobiliário, ferramentas e instrumento); ii) o domínio cognitivo, que analisa e descreve as interações do trabalhador com o trabalho por meios dos processos mentais; e iii) o domínio organizacional, que aborda os elementos relacionados com gestão, planejamento, jornadas de trabalho, normas de produção e comunicação<sup>59</sup>.

Cada um desses domínios deve ser considerado no momento da avaliação das condições de trabalho e na proposição de intervenções, especialmente diante de demandas relacionadas com saúde e segurança, modificações nos ambientes ocupacionais ou transformações no perfil da força de trabalho. Esses princípios também se aplicam ao desenvolvimento de novos sistemas e processos, inclusive em contextos não convencionais, como o trabalho doméstico não remunerado<sup>17</sup>. Para tanto, deve-se considerar tanto a individualidade quanto a coletividade dos trabalhadores, respeitando

suas especificidades e promovendo ambientes que favoreçam a saúde, o bem-estar e um desempenho eficiente<sup>18</sup>.

A AET é uma metodologia desenvolvida no campo da ergonomia, fundamentada na análise do trabalho prescrito e do trabalho real, bem como de suas condições de realização. Seu principal objetivo é investigar as relações entre as causas e os efeitos do ambiente de trabalho sobre a saúde dos trabalhadores, a fim de propor melhorias que promovam a saúde, a segurança e o bem-estar<sup>18,60</sup>. Trata-se de uma abordagem que avalia, de forma integrada, os domínios físicos, cognitivos e organizacionais do trabalho, considerando tanto os aspectos individuais quanto os coletivos do contexto ocupacional<sup>17,59</sup>.

É importante mencionar que, embora a AET tenha sido inicialmente concebida para ambientes industriais e formais, especialmente aqueles estruturados segundo os princípios do taylorismo e do fordismo, sua aplicação tem se consolidado como uma abordagem eficaz também em contextos não convencionais de trabalho<sup>17,61,62</sup>. Iida apresenta fundamentos teóricos que legitimam a ampliação do uso da AET, desde que suas ferramentas e procedimentos sejam devidamente adaptados às particularidades do ambiente laboral e ao perfil dos trabalhadores envolvidos<sup>17</sup>.

A AET é dividida em cinco etapas de avaliação: análise da demanda, análise da tarefa, análise da atividade, diagnóstico e recomendações ergonômicas<sup>17,63</sup>. A análise da demanda expressa a motivação, trazendo as razões sociais, de saúde e legais que motivam a aplicação da AET para a solução de um problema e, por isso, tem o objetivo de identificar as necessidades dos trabalhadores e/ou compreender os motivos das disfunções nos ambientes de trabalho, sendo primordial o estudo das características desses trabalhadores<sup>18,54,56,63</sup>. Portanto, para além das contribuições encontradas nos estudos das ciências sociais, de gênero e de saúde na análise do trabalho doméstico não remunerado, destaca-se a importância da coleta de informações e da análise

de dados sociodemográficos, ocupacionais e de saúde referentes às mulheres brasileiras que realizam esse trabalho. O objetivo é compreender quem são essas mulheres e qual é a sua realidade social, econômica, ocupacional e de saúde. É importante conhecer sobre quais mulheres estamos falando, uma vez que há especificidades que permeiam o 'ser mulher', considerando que cada uma é atravessada de maneira distinta por fatores como raça, classe, cultura e identidade<sup>64,65</sup>.

A segunda etapa da análise ergonômica denominada de análise da tarefa busca compreender quais são as tarefas executadas, a carga de trabalho, os tempos de execução e as características dos equipamentos, máquinas ou ferramentas utilizados<sup>17,18,54,63</sup>. Essa etapa tem o propósito de conhecer qual e como são as características do trabalho doméstico não remunerado, relacionando as tarefas preestabelecidas com o trabalho real, para que se possa identificar, distinguir e incluir as tarefas executadas nos domicílios brasileiros<sup>56</sup>. Isso pode ser feito por meio da identificação e caracterização das tarefas e subtarefas (tempo despendido, tarefa principal, apoio, multitarefas, cuidado de outras pessoas, dentre outros itens) utilizando questionário autoaplicado, disponibilizado por plataformas digitais.

Já a análise da atividade busca compreender como as tarefas são efetivamente realizadas no contexto real de trabalho, considerando tanto os aspectos individuais quanto os ambientais. Para isso, realiza-se uma avaliação do modo operatório por meio do qual o trabalho é executado, levando em conta os saberes práticos, as estratégias e as adaptações desenvolvidas pelos trabalhadores<sup>17,54</sup>. Essa avaliação pode ser feita por intermédio de abordagens quantitativas utilizando instrumentos de medida direta, métodos observacionais e questionários fechados, ou por abordagens qualitativas, voltadas à compreensão das percepções, práticas, comportamentos e pontos de vista das mulheres que desempenham o trabalho doméstico não remunerado<sup>65,66</sup>. Recomenda-se que a análise da atividade não se restrinja

a ferramentas pré-formatadas, uma vez que diferentes demandas e contextos ocupacionais exigem abordagens específicas e sensíveis às particularidades da situação analisada<sup>18,61,68</sup>.

As informações coletadas por meio da análise da demanda, tarefa e atividade serão consolidadas em um diagnóstico ergonômico<sup>17,69</sup>. Os principais objetivos desse diagnóstico é: i) descrever os fatores de risco relacionados com o trabalho, sua natureza e seus impactos na saúde dos trabalhadores, considerando as características da população e do ambiente ocupacional e suas interações; e ii) fornecer uma base sólida para a elaboração e implementação de soluções ergonômicas que possam reduzir ou eliminar os riscos identificados e melhorar a saúde e o bem-estar dos trabalhadores<sup>17,18,53,54,63</sup>.

A AET pode ser uma abordagem eficaz para tornar o trabalho doméstico não remunerado visível, uma vez que suas etapas podem ser aplicadas nesse contexto com o mesmo grau de sistematização e legitimidade conferido a outras formas de trabalho<sup>17</sup>. A análise da demanda, por exemplo, permite compreender quem são as mulheres que realizam esse trabalho, suas condições de saúde e as demandas ocupacionais que enfrentam. Na análise da tarefa, é possível mapear as atividades realizadas no trabalho doméstico, identificando não apenas as tarefas, mas também o tempo dedicado a elas, o uso de tecnologias (como eletrodomésticos), ferramentas e utensílios, proporcionando uma visão detalhada da carga de trabalho. Já na análise da atividade, é possível observar como essas tarefas impactam diretamente a saúde da mulher, levando em consideração a percepção dessas mulheres, o esforço físico e a sobrecarga mental. Com base nesses dados, seria possível elaborar um diagnóstico das condições de trabalho e sugerir intervenções que promovam saúde e bem-estar<sup>70</sup>.

Além disso, a AET se apresenta como um método objetivo, válido e confiável para estabelecer um diagnóstico real das condições de trabalho relacionadas com as tarefas

domésticas, superando a subjetividade que, frequentemente, aponta para uma sobrecarga física e mental sem uma avaliação quantitativa e qualitativa específica. Ao aplicar a AET, é possível identificar e mensurar os fatores de risco, as condições ergonômicas e os impactos na saúde das mulheres que realizam o trabalho doméstico não remunerado, proporcionando uma base sólida para intervenções efetivas. Essa abordagem não apenas torna visível a carga de trabalho, mas também oferece subsídios para a formulação de políticas públicas que promovam saúde e bem-estar e reconheçam o trabalho doméstico não remunerado como um trabalho um direito legítimo das mulheres que o realizam.

## Considerações finais

A 5ª Conferência Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (CNSTT) desempenha um papel fundamental ao reconhecer que o trabalho, em suas diversas modalidades, é um direito humano essencial e um fator crucial para a saúde e o bem-estar dos indivíduos. Ela se configura como um espaço coletivo e colaborativo para a construção de políticas públicas que promovam a saúde e a segurança no ambiente de trabalho, fortalecendo a luta por melhores condições de vida e saúde para todos os trabalhadores e trabalhadoras. Exatamente por isso, acreditamos que é importante trazer à tona questões relacionadas com o trabalho doméstico não remunerado, provocando as reflexões necessárias para o momento em que se discute o direito à saúde dos trabalhadores e das trabalhadoras. Também é uma oportunidade ímpar para tirar da invisibilidade algo historicamente arraigado na vida de tantas mulheres.

Neste ensaio, discutimos como o trabalho doméstico não remunerado tem sido historicamente configurado como uma função social atribuída ao gênero feminino mais do que reconhecido como uma forma legítima de trabalho. Essa atribuição contribui para

sua invisibilidade nos marcos institucionais e nas políticas públicas voltadas à saúde e à segurança no trabalho. Nossa motivação é provocar a inclusão do trabalho doméstico não remunerado nas discussões e propostas da Comissão Nacional de Saúde e Segurança no Trabalho (CNSST), defendendo sua consideração enquanto trabalho em sentido pleno, independentemente de sua remuneração formal.

Entendemos que esse reconhecimento demanda uma etapa prévia de sistematização: a identificação das atividades envolvidas, o mapeamento dos processos ocupacionais, os recursos utilizados e as exigências físicas, cognitivas e emocionais que recaem sobre quem os realiza. Esse exercício de visibilidade é fundamental para desconstruir a noção de que o trabalho doméstico constitui uma extensão natural da identidade feminina ou uma ocupação acessória à vida das mulheres. Ao contrário, trata-se de uma atividade central à reprodução da vida cotidiana e que, por isso, integra de forma substancial a jornada total de trabalho de grande parte das mulheres, especialmente aquelas em situação de dupla ou tripla jornada.

Nesse sentido, apresentamos a metodologia da AET como uma abordagem viável para tornar o trabalho doméstico não remunerado visível, permitindo um estudo aprofundado das tarefas, das condições de trabalho e dos riscos aos quais as mulheres estão expostas. A AET possibilita a observação rigorosa da organização e execução do trabalho real, contribuindo para a identificação de sobrecargas físicas e mentais, além de aspectos psicossociais frequentemente negligenciados. Ademais, destacamos como essa metodologia pode servir de base para a formulação de políticas públicas que promovam a saúde e o bem-estar das mulheres, garantindo a proteção e valorização de seus direitos.

Acreditamos que, enquanto o trabalho doméstico não remunerado não for traduzido em termos de trabalho prescrito e real, ou seja, enquanto suas tarefas não forem formalmente descritas, reconhecidas e analisadas com os

mesmos critérios aplicados ao trabalho profissional, ele continuará invisível, sendo erroneamente associado à identidade da mulher. Essa invisibilidade representa um dos maiores obstáculos para que ações de cuidado efetivas sejam direcionadas a esse grupo ocupacional. Um exemplo emblemático é a atual Política Nacional de Saúde do Trabalhador, que assegura a saúde para todos os trabalhadores urbanos e rurais, tanto no mercado formal quanto informal, mas não abrange explicitamente o trabalho doméstico não remunerado<sup>71</sup>.

Essa lacuna revela a urgência de reposicionar esse tipo de trabalho no centro das discussões sobre saúde, proteção social e equidade de gênero. Isso porque somente a partir do reconhecimento social, político e técnico desse trabalho, que exige planejamento, execução, cuidado e responsabilidade, será possível avançar na construção de mecanismos adequados de proteção, prevenção e valorização. Nesse contexto, as políticas públicas voltadas para a saúde do trabalhador e da trabalhadora devem ser ampliadas, garantindo que as mulheres não apenas tenham acesso ao cuidado de saúde adequado, mas também que os riscos ocupacionais do trabalho doméstico não remunerado sejam analisados e minimizados por meio de medidas de segurança, capacitação e reconhecimento social e econômico.

As ações de cuidado também devem ser estruturadas para promover a saúde integral das trabalhadoras, oferecendo apoio psicológico, físico e social, e assegurando que seus direitos sejam respeitados, tanto no ambiente doméstico quanto no mercado de trabalho formal. Além disso, é essencial que as políticas públicas incentivem a divisão mais equitativa do trabalho doméstico, para que a responsabilidade sobre essas tarefas não recaia exclusivamente sobre as mulheres, promovendo, assim, a igualdade de gênero. Trata-se de um passo indispensável para a construção de uma sociedade mais justa, na qual o trabalho de cuidado seja valorizado em todas as suas dimensões: produtiva, reprodutiva e relacional.

Por fim, acreditamos que a 5ª CNSTT é uma oportunidade crucial para debater essas questões e construir soluções integradas que reconheçam o trabalho doméstico não remunerado como uma forma legítima de trabalho, com implicações diretas na saúde e no bem-estar das mulheres. A criação de políticas públicas eficazes e ações que protejam as trabalhadoras é essencial para garantir que seus direitos, enquanto trabalhadoras e como seres

humanos, sejam plenamente reconhecidos e respeitados.

## Colaboradoras

Santos SJ (0000-0001-6111-8967)\* e Comper MLC (0000-0003-2152-5263)\* contribuíram igualmente para elaboração do manuscrito. ■

## Referências

1. Nery C, Britto V. Em 2022, mulheres dedicaram 9,6 horas por semana a mais do que os homens aos afazeres domésticos ou ao cuidado de pessoas. Agência IBGE [Internet]. 2023 ago 28 [atualizado em 2023 ago 24; acesso em 2024 abr 20]; Notícias. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/37621-em-2022-mulheres-dedicaram-9-6-horas-por-semana-a-mais-do-que-os-homens-aos-afazeres-domesticos-ou-ao-cuidado-de-pessoas>
2. David Chelliah H, Boo HS, Karupiah P. Division of Housework and Subjective Feelings Among Indian Women During the COVID-19 Pandemic in Malaysia. *MJSSH*. 2023;8(5):e002310. DOI: <https://doi.org/10.47405/mjssh.v8i5.2310>
3. Reich-Stiebert N, Froehlich L, Voltmer JB. Gendered Mental Labor: A Systematic Literature Review on the Cognitive Dimension of Unpaid Work Within the Household and Childcare. *Sex Roles*. 2023;88(11-12):475-494. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11199-023-01362-0>
4. Lu J, Chen Y, Lv Y. The effect of housework, psychosocial stress and residential environment on musculoskeletal disorders for Chinese women. *SSM Popul Health*. 2023;24:101545. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2023.101545>
5. Soihet R, Soares RM, Costa SG. A História das mulheres. Cultura e poder das mulheres: ensaio de historiografia. *Rev Gênero*. 2001;2(1):7-30. DOI: <https://doi.org/10.22409/rg.v2i1.282>
6. Perrot M. As mulheres ou os silêncios da história. Bauru, SP: Edusc; 2005. 520 p.
7. Bruschini C. Trabalho doméstico: inatividade econômica ou trabalho não-remunerado? *Rev Bras Estud Popul*. 2006;23(2):331-53. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-30982006000200009>
8. Bruschini MCA, Ricoldi AM. Revendo estereótipos: o papel dos homens no trabalho doméstico. *Rev Estud Fem*. 2012;20(1):259-87. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-026X2012000100014>
9. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Estatísticas de Gênero: Indicadores sociais das mulheres no Brasil [Internet]. [Rio de Janeiro]: IBGE; 2023 ago 11 [acesso em 2024 abr 20]. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/multidominio/>

\*Orcid (Open Researcher and Contributor ID).

- genero/20163-estatisticas-de-genero-indicadores-sociais-das-mulheres-no-brasil.html
10. Carneiro CMM, Pinho PS, Teixeira JRB, et al. Unpaid domestic work: persistence of gender-based labor division and mental disorders. *Rev Saúde Pública*. 2023;57:31. DOI: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2023057004502>
  11. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Estatísticas de Gênero – Indicadores sociais das mulheres no Brasil. Estudos e Pesquisas Informação Demográfica e Socioeconômica, número 38 [Internet]. [Rio de Janeiro]: IBGE; [data desconhecida] [acesso em 2024 jun 20]. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/multidominio/genero/20163-estatisticas-de-genero-indicadores-sociais-das-mulheres-no-brasil.html>
  12. Dias B. Apropriação capitalista do trabalho doméstico e reprodutivo não remunerado da dona de casa sob a perspectiva de gênero. *Observatório Segurança Pública e Relações Comunitárias* [Internet]. 2021 abr 19 [acesso em 2024 fev 24]; Artigos e Pesquisas. Disponível em: <https://www.observatoriodeseguranca.org/pesquisas-e-estudos/apropriacao-capitalista-do-trabalho-domestico-e-reprodutivo-nao-remunerado-da-dona-de-casa-sob-a-perspectiva-de-genero/>
  13. Duarte I, Pereira de Melo H. A riqueza gerada pelo trabalho não-remunerado. *ABET*. 2024;23(1). DOI: <https://doi.org/10.61999/abet.1676-4439.2024v23n1.65530>
  14. Jesus JC. Trabalho doméstico não remunerado no Brasil: uma análise de produção, consumo e transferência [tese na Internet]. Belo Horizonte: Faculdade de Ciências Econômicas, Universidade Federal de Minas Gerais; 2018 [acesso em 2024 set 21]. 121 f. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/handle/1843/FACE-B27PW9>
  15. Domingos P, Souto BG. Risco Osteomuscular Relacionado ao Trabalho Doméstico. *Rev Med Minas Gerais*. 2018;8:[1-8]. DOI: <https://dx.doi.org/10.5935/2238-3182.20180070>
  16. Beem GPV. Trabalhadoras invisíveis: o trabalho doméstico não remunerado de mulheres no Brasil [monografia na Internet]. São Paulo: Centro de Economia e Administração, Pontifícia Universidade Católica de Campinas; 2022 [acesso em 2024 out 11]. 63 f. Disponível em: <https://repositorio.sis.puc-campinas.edu.br/handle/123456789/16743>
  17. Iida I, Guimarães LB. Ergonomia: Projetada e produção. 3ª ed. São Paulo: Blucher; 2016. 850 p.
  18. Guérin F, Laville A, Daniellou F, et al. Compreender o trabalho para transformá-lo: a prática da ergonomia. São Paulo: Edgard Blucher; 2001. 200 p.
  19. Assis DN. Interseccionalidades [Internet]. Salvador: UFBA, Instituto de Humanidades, Artes e Ciências; Superintendência de Educação a Distância; 2019 [acesso em 2024 out 27]. 57 p. Disponível em: <http://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/30892>
  20. Del Priore M. História das Mulheres no Brasil. São Paulo: Contexto; 2004. 680 p.
  21. Bosi E. As outras testemunhas. In: Dias MO, organizadora. *Quotidiano e poder em São Paulo no século XIX*. 2ª ed. São Paulo: Brasiliense; 1995. 264 p.
  22. Perrot M. As mulheres ou os silêncios da história. Bauru, SP: Edusc; 2005. 520 p.
  23. Hahner JE. A mulher brasileira e suas lutas sociais e políticas (1850-1937). São Paulo: Brasiliense; 1981. 140 p.
  24. Del Priore M. História das mulheres: as vozes do silêncio. In: Freitas MC, organizador. *Historiografia brasileira em perspectiva*. 4ª ed. São Paulo: Contexto; 2001. p. 217-235 p.
  25. Silva TMG. Trajetória da historiografia das mulheres no Brasil. *Rev Politeia: Hist e Soc*. [Internet]. 2010 [acesso em 2024 jan 19];8(1):223-231. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/index.php/politeia/article/view/3871>

26. Ribeiro D. O que é lugar de fala? Belo Horizonte: Letramento; 2017. Feminismos plurais. 112 p.
27. Akotirene K. Interseccionalidade. São Paulo: Polém; 2019. 150 p.
28. Davis A. Mulheres, raça e classe. Tradução: Heci Regina Candiani. São Paulo: Boitempo; 2017. 248 p.
29. Novaes ED. Entre o público e o privado: o papel da mulher nos movimentos sociais e a conquista de direitos no decorrer da história. *Hist Cult.* 2015;4(Esp 3):50-66. DOI: <https://doi.org/10.18223/hiscult.v4i3.1691>
30. Ibarra ACR, Ramos NB, Oliveira MZ. Desafios das mulheres na carreira científica no Brasil: uma revisão sistemática. *Rev Bras Orientac Prof.* 2021;22(1):17-28. DOI: <https://doi.org/10.26707/1984-7270/2021v22n102>
31. Cornejo PA, Villanueva CI. La Perspectiva de Género, Desafíos para la Ergonomía en Chile: Una Revisión Sistemática de Literatura. *Cienc Trab.* 2014;16(49):28-37. DOI: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492014000100006>
32. Hirata H, Kergoat D. Novas configurações da divisão sexual do trabalho. *Cad Pesqui.* 2007;37:595-609. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0100-15742007000300005>
33. Schmidt JF. As Mulheres na Revolução Francesa. *Rev Thema* [Internet]. 2012 [acesso em 2025 mar 30];9(2):1-19. Disponível em: <https://periodicos.ifsul.edu.br/index.php/thema/article/view/147>
34. Macedo RM, Medeiros TM. Marcadores sociais da diferença, interseccionalidade e saúde coletiva: diálogos necessários para o ensino em saúde. *Saúde debate.* 2025;49(144):e9507. DOI: <https://doi.org/10.1590/2358-289820251449507P>
35. Hirata H. Mudanças e permanências nas desigualdades de gênero: divisão sexual do trabalho numa perspectiva comparativa [Internet]. São Paulo: Friedrich Ebert Stiftung Brasil; 2015 [acesso em 2025 mar 30]. Disponível em: <https://library.fes.de/pdf-files/bueiros/brasilien/12133.pdf>
36. Hirata H. Globalização e divisão sexual do trabalho. *Cad Pagu.* 2002;(17-18):139-56. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-83332002000100006>
37. Hirata H. Gênero, Patriarcado, Trabalho e Classe. *TN.* 2018;16(29):14-27. DOI: <https://doi.org/10.22409/tn.16i29.p4552>
38. Oliveira SS, Neves MY, Brito J, et al. Relações sociais de sexo/gênero, trabalho e saúde: contribuições de Helena Hirata. *Saúde debate.* 2021;45(Esp 1):137-53. DOI: <https://doi.org/10.1590/0103-11042021E111>
39. Matos RA, Albuquerque CS. “Questão social”, divisão sexual do trabalho e saúde mental na pandemia. *Rev Katálysis.* 2023;26(1):43-53. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-0259.2023.e88287>
40. Hirata H, Kergoat D. Atualidade da divisão sexual e centralidade do trabalho das mulheres. *Rev Pol Trab.* 2021;1(53):22-34. DOI: <https://doi.org/10.22478/ufpb.1517-5901.2020v1n53.50869>
41. Neves DR, Nascimento RP, Felix Jr MS, et al. Sentido e significado do trabalho: uma análise dos artigos publicados em periódicos associados à Scientific Periodicals Electronic Library. *Cad Ebapebr.* 2018;16(2):318-30. DOI: <https://doi.org/10.1590/1679-395159388>
42. Albornoz S. O que é trabalho. São Paulo: Editora Brasileira; 1986. 100 p. (Coleção Primeiros passos).
43. Morin EM. Os sentidos do trabalho. *Rev Adem Empres.* 2001;41(3):8-19. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0034-75902001000300002>
44. Presidência da República (BR). Lei Complementar nº 150, de 1º de junho de 2015. Dispõe sobre o contrato de trabalho doméstico; altera as Leis no 8.212, de 24 de julho de 1991, no 8.213, de 24 de julho de 1991, e no 11.196, de 21 de novembro de 2005; revoga o inciso I do art. 3o da Lei no 8.009, de 29 de março de 1990, o art. 36 da Lei no 8.213, de 24 de julho de 1991, a Lei no 5.859, de 11 de dezembro de 1972, e o inciso VII do art. 12 da Lei no 9.250, de 26 de dezembro 1995; e dá outras providências. *Diário Oficial da União* [Internet], Brasília, DF. 2015 jun 2 [acesso em 2024 abr

- 24]; Seção I.1. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/lcp/lcp150.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/lcp/lcp150.htm)
45. International Labour Organization. Principles and guidelines for human factors/ergonomics (HFE) design and management of work systems [Internet]. Geneva: ILO; 2021 [acesso em 2024 jan 25]. Disponível em: [https://www.ilo.org/sites/default/files/wcmsp5/groups/public/%40ed\\_dialogue/%40lab\\_admin/documents/publication/wcms\\_826596.pdf](https://www.ilo.org/sites/default/files/wcmsp5/groups/public/%40ed_dialogue/%40lab_admin/documents/publication/wcms_826596.pdf)
  46. Monteiro RP, Araújo JNG, Moreira IC. Você, dona de casa: trabalho, saúde e subjetividade no espaço doméstico. *Pesqui Prát. Psicossociais* [Internet]. 2018 [acesso em 2025 mar 30];13(4):1-14. Disponível em: [https://www.seer.ufsj.edu.br/revista\\_ppp/article/view/3155](https://www.seer.ufsj.edu.br/revista_ppp/article/view/3155)
  47. Bolanos IN. García, Brígida y Edith Pacheco, Uso del tiempo y trabajo no remunerado en México. *Estud Demogr Urbanos*. 2017;32(2):415-424. DOI: <https://doi.org/10.24201/edu.v32i2.1746>
  48. Sullivan O, Gershuny J. Domestic outsourcing and multitasking: How much do they really contribute? *Social Science Research*. 2013;42(5):1311-24. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2013.05.004>
  49. Dorna LBH. O trabalho doméstico não remunerado de mães na pandemia da COVID-19: mudanças e permanências. *Laboreal*. 2021;17(1). DOI: <https://doi.org/10.4000/laboreal.17860>
  50. Labronici RB, Antunes R, organizadores. *Uberização, trabalho digital e indústria 4.0*. São Paulo: Boitempo. 333 p. *Mana*. 2021;27(1):e271803. DOI: <https://doi.org/10.1590/1678-49442021v27n1r803>
  51. Nunes CA. Os riscos à saúde mental no teletrabalho em home-office sob a perspectiva de gênero, classe social e raça [tese na Internet]. São Paulo: Universidade Presbiteriana Mackenzie; 2024 [acesso em 2024 set 21]. 201 f. Disponível em: <https://dspace.mackenzie.br/handle/10899/39417>
  52. Casemiro P, Moura R. Crise de saúde mental: Brasil tem maior número de afastamentos por ansiedade e depressão em 10 anos. *Portal G1* [Internet]. 2025 mar 10 [acesso em 2001 jan 25]; *Trabalho e Carreira*. Disponível em: <https://g1.globo.com/trabalho-e-carreira/noticia/2025/03/10/crise-de-saude-mental-brasil-tem-maior-numero-de-afastamentos-por-ansiedade-e-depressao-em-10-anos.ghtml>
  53. Couto HÁ, Couto DC. Ergonomia 4.0 – Dos Conceitos Básicos à 4ª Revolução Industrial. *Belo Horizonte: Ergo*; 2020.760 p.
  54. Camisassa M. *Segurança e Saúde no Trabalho: NRS 1 a 38 comentadas e descomplicadas*. 9ª ed. Rio de Janeiro: Método; 2023. 928 p.
  55. Baruki LV. *Riscos psicossociais e saúde mental do trabalhador: por um regime jurídico preventivo*. 2ª ed. São Paulo: LTr; 2018. 171 p.
  56. Estrázulas JA, Jr Sobral M. *Ergonomia aplicada à indústria: planejamento e elaboração de AEP e AET*. Manaus: BiomechaLab; 2024. 230 p.
  57. Osinuga A, Janssen B, Fethke NB, et al. Understanding rural women's Domestic Work Experiences (DWE) in Ibadan, Nigeria: Development of a measurement tool using confirmatory factor analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(21):11043. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph182111043>
  58. Habib RR, El Zein K, Hojeij S. Hard work at home: musculoskeletal pain among female homemakers. *Ergonomics*. 2012;55(2):201-11. DOI: <https://doi.org/10.1080/00140139.2011.574157>
  59. International Ergonomics Association. What Is Ergonomics (HFE)? IEA [Internet]. [data desconhecida] [acesso em 2024 jun 28]; Home>About. Disponível em: <https://iea.cc/about/what-is-ergonomics/>
  60. Daniellou F. *A ergonomia em busca de seus princípios: debates epistemológicos*. São Paulo: Edgard Blücher; 2004.
  61. Ferreira MC. *Ergonomia da atividade aplicada à qualidade de vida no trabalho: lugar, importância e contribuição da Análise Ergonômica do Trabalho (AET)*.

- Rev Bras Saúde Ocup. 2015;40(131):18-29. DOI: <https://doi.org/10.1590/0303-7657000074413>
62. Hayashi E, Faria JRG. Condições ambientais em escolas Municipais de ensino infantil da Cidade de Marília (São Paulo): estudo de caso [Internet]. In: Paschoarelli LC, Menezes MS, organizadores. São Paulo: Editora UNESP; São Paulo: Cultura Acadêmica; 2009 [acesso em 2025 jul 1]. p. 119-146. Disponível em: <https://static.scielo.org/scielobooks/yjxnr/pdf/paschoarelli-9788579830013.pdf>
63. Ministério do Trabalho e Emprego (BR). Norma Regulamentadora No. 17 (NR-17). Gov.br [Internet]. 2020 out 22 [atualizado em 2024 nov 4; acesso em 2024 maio 6]; Acesso à Informação. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/acesso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-orgaos-colegiados/comissao-tripartite-partitaria-permanente/normas-regulamentadora/normas-regulamentadoras-vigentes/norma-regulamentadora-no-17-nr-17>
64. Carneiro S. Enegrecer o feminismo: a situação da mulher negra na América Latina a partir de uma perspectiva de gênero. In: Ashoka Empreendimentos Sociais & Takano Cidadania, organizadores. Racismos contemporâneos. Rio de Janeiro: Takano; 2003. p. 49-58.
65. Carneiro S. Mulheres em movimento. *Estud Av*. 2003;17(49):117-33. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-40142003000300008>
66. Lamarão AM, Costa LCM, Compera MLC, et al. Observational methods for biomechanical risk assessment in workers: a systematic review. *Fisioter Mov*. 2017;30(2):379-89. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-5918.030.002.AR01>
67. Valentim DP, Comper MLC, Cirino LSMR, et al. Observational methods for the analysis of biomechanical exposure in the workplace: a systematic review. *Ergonomics*. 2024;1-22. DOI: <https://doi.org/10.1080/00140139.2024.2427864>
68. Ferreira LL. Sobre a Análise Ergonômica do Trabalho ou AET. *Rev Bras Saúde Ocup*. 2015;40(131):8-11. DOI: <https://doi.org/10.1590/0303-7657ED0213115>
69. Abrahão J, Sznclwar L, Silvino A, et al. Introdução à ergonomia: da prática à teoria (2009). São Paulo: Blucher; 2009. 243 p.
70. Santos SJ, Comper MLC. Metodologia para análise ergonômica do trabalho doméstico não remunerado. In: Congresso Brasileiro de Ergonomia e Fatores Humanos (ABERGO); 2024 dez 16; Goiânia. Goiânia (GO): ABERGO; 2024. DOI: <https://doi.org/10.29327/1465153>
71. Ministério da Saúde (BR), Gabinete do Ministro. Portaria nº 1.823, de 23 de agosto de 2012. Institui a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora. *Diário Oficial da União* [Internet], Brasília, DF. 2012 ago 24 [acesso em 2424 set 25]; Edição 165; Seção I:46. Disponível em: <https://pesquisa.in.gov.br/imprensa/jsp/visualiza/index.jsp?data=24/08/2012&jornal=1&pagina=46&totalArquivos=240>

---

Recebido em 13/04/2025

Aprovado em 12/07/2025

Conflito de interesses: inexistente

Disponibilidade de dados: os dados de pesquisa estão contidos no próprio manuscrito

Suporte financeiro: não houve

**Editor responsável:** Heleno Rodrigues Corrêa Filho