

UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS – UFAM
FACULDADE DE ESTUDOS SOCIAIS – FES
BACHARELADO EM ADMINISTRAÇÃO

ABIGAIL ALVES DE ARAÚJO

**PRECARIZAÇÃO DO TRABALHO E SAÚDE MENTAL DE DIARISTAS
DOMÉSTICAS: IMPLICAÇÕES PSICOSSOCIAIS DE VULNERABILIDADE
LABORAL**

MANAUS

2025

ABIGAIL ALVES DE ARAÚJO

**PRECARIZAÇÃO DO TRABALHO E SAÚDE MENTAL DE DIARISTAS
DOMÉSTICAS: IMPLICAÇÕES PSICOSSOCIAIS DE VULNERABILIDADE
LABORAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Administração da Universidade Federal do Amazonas (UFAM), como requisito para obtenção do título de Bacharel.

Orientadora: Prof^ª. Dr^ª. Maria Emilia da Costa Melo

MANAUS

2025

ABIGAIL ALVES DE ARAÚJO

**PRECARIZAÇÃO DO TRABALHO E SAÚDE MENTAL DE DIARISTAS
DOMÉSTICAS: IMPLICAÇÕES PSICOSSOCIAIS DE VULNERABILIDADE
LABORAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Administração da Universidade Federal do Amazonas (UFAM) como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel.

Este trabalho foi defendido e aprovado pela banca em 11/12/2025.

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Dr.^a Maria Emilia Melo da Costa - UFAM
Orientadora

Prof. Dr. Manoel Carlos de Oliveira Júnior - UFAM
Avaliador

Prof. Dr. Hilmar Tadeu Chaves - UFAM
Avaliador

PRECARIZAÇÃO DO TRABALHO E SAÚDE MENTAL DE DIARISTAS DOMÉSTICAS: IMPLICAÇÕES PSICOSSOCIAIS DE VULNERABILIDADE LABORAL

*Abigail Alves de Araújo
Maria Emilia Melo da Costa*

RESUMO

O artigo investiga de forma integrada como a precarização do trabalho, historicamente marcada pela informalidade e desvalorização social, impacta a saúde mental das diaristas domésticas de Manaus, analisando os fatores que compõem esse processo e suas implicações psicossociais de vulnerabilidade laboral. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas com quinze diaristas domésticas, complementadas por questionário sociodemográfico, e os dados foram analisados por meio da técnica de análise de conteúdo. Os resultados revelam que fatores como gênero, raça, baixa escolaridade, sobrecarga laboral e instabilidade financeira intensificam o adoecimento emocional, manifestando-se em sentimentos de ansiedade, estresse, insegurança e frustração. Identificou-se elementos estruturais como ausência de direitos trabalhistas, vulnerabilidade econômica e desvalorização social, que reforçam ciclos de exclusão e fragilizam a saúde mental dessas trabalhadoras. Conclui-se que a precarização não se limita às condições materiais, mas atravessa dimensões subjetivas e sociais, exigindo políticas públicas e organizacionais mais inclusivas e humanizadas. O estudo contribui para ampliar o debate sobre precarização, saúde mental e direitos trabalhistas, oferecendo subsídios para reflexões acadêmicas e práticas voltadas à proteção de trabalhadores em contextos vulneráveis.

Palavras-chave: Adoecimento psicossocial. Diaristas domésticas. Precarização do trabalho. Saúde mental. Sofrimento psíquico.

ABSTRACT

The article investigates in an integrated manner how the precariousness of work, historically marked by informality and social devaluation, impacts the mental health of domestic workers in Manaus, analyzing the factors that make up this process and its psychosocial implications of labor vulnerability. Semi-structured interviews were conducted with fifteen domestic workers, supplemented by a sociodemographic questionnaire, and the data were analyzed using content analysis techniques. The results reveal that factors such as gender, race, low education, work overload, and financial instability intensify emotional distress, manifesting in feelings of anxiety, stress, insecurity, and frustration. Structural elements such as lack of labor rights, economic vulnerability, and social devaluation were identified, which reinforce cycles of exclusion and weaken the mental health of these workers. It was concluded that precariousness is not limited to material conditions, but also encompasses subjective and social dimensions, requiring more inclusive and humanized public and organizational policies. The study contributes to broadening the debate on precariousness, mental health, and labor rights, offering insights for academic and practical reflections aimed at protecting workers in vulnerable contexts.

Keywords: Domestic workers. Informal employment. Mental health. Precarious work. Psychosocial distress.

1 INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, o mundo do trabalho vem passando por transformações profundas e aceleradas, impulsionadas pelos avanços tecnológicos e pelas reestruturações produtivas, que alteraram o ritmo, o formato e o próprio sentido do trabalho no cotidiano dos trabalhadores. Paralelamente a essas mudanças, a precarização do trabalho expandiu-se de forma contínua, tornando-se um fenômeno estrutural que afeta milhões de pessoas.

Esse ambiente marcado por pressões contínuas e incertezas favorece o aumento dos riscos psicossociais. Situações vivenciadas no trabalho podem gerar desgaste emocional, manifestando-se como estresse, ansiedade, depressão ou esgotamento com características de *burnout*. Esses impactos extrapolam o desempenho profissional, atravessando a vida privada, fragilizando relações sociais e comprometendo o bem-estar de quem depende do próprio corpo e da própria mente para garantir sua subsistência.

Apesar disso, muitas organizações continuam interpretando problemas de saúde mental como questões individuais. Com frequência o trabalhador carrega sozinho o peso de um ambiente adoecedor, e seus sintomas são tratados como falhas pessoais, e não como reflexos de condições laborais nocivas. Essa perspectiva reforça a necessidade de compreender de forma aprofundada como a precarização se insere no cotidiano das pessoas e impacta sua saúde mental, especialmente em atividades historicamente marcadas pela informalidade, como o trabalho doméstico por diária.

Nesse contexto, formula-se o seguinte problema de pesquisa: como a precarização do trabalho afeta a saúde mental das diaristas domésticas? Para responder a essa questão, o objetivo geral deste estudo é compreender de que maneira a precarização do trabalho impacta a saúde mental das diaristas domésticas, analisando os fatores que compõem esse processo e suas implicações psicossociais. Especificamente, busca-se: (i) identificar os principais elementos da precarização presentes no trabalho doméstico por diária; e (ii) analisar os impactos subjetivos e emocionais da precarização na saúde mental das diaristas domésticas.

A relevância dessa discussão aumenta quando observamos dados recentes. Como aponta Casemiro (G1, 2025), o Brasil registrou o maior número de afastamentos por ansiedade e depressão da última década, evidenciando que o problema ultrapassa o ambiente laboral e alcança a esfera da saúde pública.

A desvalorização do trabalho, que já era motivo de preocupação, tornou-se ainda mais grave por ampliar desigualdades, fragilizar organizações coletivas e aprofundar ciclos de pobreza (Santos; Zacaron, 2024). A busca incessante por redução de custos flexibiliza direitos básicos e intensifica o sofrimento psicológico, deixando marcas profundas na vida social, familiar e emocional dos trabalhadores.

A pesquisa justifica-se pela necessidade de compreender como a precarização, intensificada pelas mudanças no mundo do trabalho, impacta a saúde mental das diaristas domésticas, um grupo historicamente marcado pela informalidade e pela invisibilidade social. Do ponto de vista científico, o estudo contribui ao aprofundar a relação entre condições laborais precárias e sofrimento psíquico, ampliando o debate sobre riscos psicossociais. Do ponto de vista social, torna-se relevante diante do aumento de afastamentos por transtornos mentais no país, ao mostrar que o problema decorre de condições de trabalho adoecedoras, e não de fragilidades individuais.

Assim, esta pesquisa ganha relevância ao evidenciar a interligação entre precarização e saúde mental, contribuindo para sensibilizar profissionais de recursos humanos, pesquisadores e formuladores de políticas públicas. Compreender essa relação amplia o debate sobre os direitos trabalhistas e aponta caminhos para a transformação de um cenário historicamente naturalizado, mas que resulta de escolhas sociais e organizacionais. Tal

compreensão pode subsidiar ações e políticas públicas voltadas à proteção e ao cuidado com trabalhadores em situação fragilizada.

Este artigo está organizado em cinco seções, além desta introdução. Na seção seguinte, apresenta-se o referencial teórico, que discute o conceito de precarização do trabalho e seus desdobramentos, bem como os riscos psicossociais e os impactos na saúde mental dos trabalhadores, com ênfase no trabalho doméstico por diária. A terceira seção descreve os procedimentos metodológicos adotados, detalhando a abordagem qualitativa, o delineamento do estudo de caso coletivo, os instrumentos de coleta de dados e a técnica de análise utilizada. Na quarta seção, são apresentados e discutidos os resultados da pesquisa, organizados em categorias analíticas que evidenciam as experiências de precarização e seus efeitos sobre a saúde mental das diaristas domésticas. Por fim, a quinta seção traz as considerações finais, nas quais se sintetizam os principais achados do estudo, suas contribuições teóricas e sociais, bem como as limitações da pesquisa e sugestões para investigações futuras.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

O conceito de trabalho, segundo Voswinkel (2024), é mais do que apenas um trabalho remunerado, a atividade está inserida em um contexto moral, refletindo normas, valores e expectativas da sociedade. A cultura do trabalho define o que é digno, o que influencia o reconhecimento e a identidade dos trabalhadores. Desta forma, entende-se que o trabalho molda quem somos e nossa posição mediante a sociedade.

Com o desenvolvimento do trabalho ao decorrer das décadas também começaram a surgir maiores flexibilizações para o desempenho laboral, no texto é entendido que a precarização do trabalho é algo que resulta em vulnerabilidade social, este fenômeno afeta principalmente grupos sociais que são considerados menos valorizados culturalmente. Essa informalização do trabalho impacta diretamente esses trabalhadores, implica na saúde mental, os deixa em vulnerabilidade e reforça ainda mais as estruturas de poder e dominação já existentes, ampliando desta forma a desigualdade sistêmica presente no país.

2.1 PRECARIZAÇÃO DO TRABALHO

A precarização do trabalho é o processo de deterioração das condições laborais, impulsionando negligência de direitos trabalhistas e a fragilidade dos trabalhadores. É caracterizado pela informalidade do trabalho, demandas excessivas e baixa remuneração, sendo também esse um dos causadores e impulsionadores de doenças psíquicas adquiridas no meio de trabalho pelos motivos citados acima (Souza, 2021).

A evolução da instabilidade ocupacional foi um processo contínuo, demonstrando agravamento nas condições de trabalho ao longo do tempo. Araújo, Clementino e Miotto (2024) apontam em sua pesquisa que a flexibilização das regras trabalhistas e a informalidade laboral foram uma maneira que o mercado de trabalho encontrou de se adaptar às mudanças tecnológicas de produção, particularmente a partir de 1990, onde houveram reformas na legislação trabalhista, facilitando a flexibilização do trabalho.

A insegurança laboral, trata-se de condições trabalhistas que ficam cada vez mais instáveis e inseguras. Druck e Franco (2011) explicam que isso acontece por consequência de mudanças na economia global, onde as empresas passam a adotar estratégias mais flexíveis, como diminuir direitos e facilitar a contratação temporária ou por demanda. Essa movimentação não significa apenas haver diminuição no salário ou contratação temporária, mas carrega consigo a fragilização da área, afetando a relação entre o trabalhador e o trabalho, impactando toda a estrutura social. Além disso, a desestruturação do trabalho é um processo que amplia a vulnerabilidade já existente no sistema econômico e cultural.

Antunes (2001) argumenta que a precarização do trabalho promove a fragmentação das relações laborais, intensifica a terceirização e enfraquece direitos historicamente conquistados pela classe trabalhadora, também aponta que a precarização em questão serve aos interesses do capital com o aumento da flexibilização, contudo, isso ocasiona uma perda significativa de direitos, estabilidade e condições de trabalho dignas que foram adquiridas ao decorrer dos anos. O autor destaca que essa desproteção laboral vai muito além de apenas um fator econômico, mas que também é uma questão social, afetando diretamente a qualidade de vida dos trabalhadores, desta forma, aprofundando cada vez mais as desigualdades já existentes na sociedade e os afastando dela.

A reestruturação produtiva tem acelerado a informalidade e a degradação do trabalho, Santos e Zacaron (2024) destacam que este fenômeno diminui a proteção social e favorece a superexploração do trabalho. Essa reconstrução produtiva, que se encontra em escala mundial, tem como objetivo o acúmulo de capital, mas em contrapartida, reflete na redução dos direitos trabalhistas, fragiliza os sindicatos e promove formas de trabalho informal, aumentando a instabilidade e vulnerabilidade dos trabalhadores.

A vulnerabilidade laboral também tem afetado o Brasil e o assunto é alvo de debates, nesse contexto, Santos e Vasconcelos (2018) analisaram o setor de confecções em Toritama (PE) e revelaram como a informalidade, muitas vezes interpretada pelos próprios trabalhadores como autonomia, está associada à falta de direitos, salários baixos e jornadas longas e exaustivas. Esse pensamento mascara o sofrimento psíquico e perpetua um ciclo de precarização estrutural, onde sempre a próxima geração estará sujeita a mesma forma de trabalho, por já estar inserida nesse contexto.

O documentário *Estou me guardando para quando o carnaval chegar* (2019), dirigido por Marcelo Gomes, mostra a vida dos trabalhadores em Toritama, a "capital do jeans". Famílias inteiras enfrentam longas jornadas de trabalho, das cinco da manhã às dez da noite, em uma rotina exaustiva e desgastante. Sem EPI (Equipamento de Proteção Individual) adequado e recebendo apenas pela produção, não possuem salário fixo nem direitos trabalhistas, e essa precariedade é passada de geração em geração, envolvendo também crianças e jovens (Gomes; Meliani; 2007). Muitos entrevistados, no entanto, não consideram suas condições vulneráveis e destacam a liberdade de não serem subordinados. O documentário termina mostrando que a cidade quase esvazia no carnaval, quando os trabalhadores gastam suas economias em viagens ao litoral, retornando depois ao ciclo de intensa produção e breves momentos de lazer, trazendo crítica à lógica exploratória do trabalho.

Para além disso, a plataformização exerce forte influência na precarização do trabalho, pois ocorre quando a atividade passa a ser mediada por plataformas digitais que conectam prestadores e clientes, reorganizando as relações laborais sem assegurar direitos. No caso das diaristas, esse processo aprofunda a instabilidade ao reforçar a informalidade sob o discurso de autonomia e flexibilidade.

A plataformização do trabalho no Brasil também vem crescendo, por meio da promoção de flexibilização, aumenta os dados de fragilidade e exploração no trabalho. Carvalho e Nogueira (2024), falam sobre como a plataformização afeta a vida dos trabalhadores, para eles não são garantidos todos os seus direitos, perdem autonomia laboral e são inclinados a fazerem longas jornadas de trabalho para ter uma renda econômica estável. Essa flexibilização e autonomia aparente esconde a realidade de instabilidade e vulnerabilidade social dos trabalhadores, o aumento do trabalho autônomo não garante direitos formais, o que leva a esses trabalhadores uma situação onde são explorados em seu ambiente de trabalho para que possam garantir seu sustento.

Esther e Souza (2025) analisam em seu estudo que os termos de uso de plataformas brasileiras de intermediação de diaristas, apesar do discurso de autonomia e mais oportunidades, aprofundam as condições laborais degradantes já existentes na categoria. Elas

transferem todos os riscos para as trabalhadoras, negam expressamente qualquer vínculo empregatício, impõem controles rígidos por meio de avaliações e punições, e mantêm as diaristas sem direitos trabalhistas ou proteção social. Assim, a plataforma transforma a diária em uma forma ainda mais precária, intensificando a histórica vulnerabilidade das diaristas, em sua maioria mulheres negras e pobres.

A exploração do trabalho, mediante a plataformas digitais, exponencia a vulnerabilidade laboral e evidencia a perda de direitos trabalhistas como consequência das mudanças na dinâmica de trabalho. Franco, D. Ferraz e J. Ferraz (2023) mostram que ela se torna um dos fatores de agravamento das condições de trabalho, tornando-as cada vez mais insalubres e inviáveis aos seus trabalhadores, por meio da mesma muitos direitos são negligenciados e os funcionários são expostos a jornadas de trabalho mais longas, riscos e baixo salário.

A precarização também afeta a vida das diaristas domésticas, Barros e Moura Junior (2024) explicam que as diaristas, em sua grande maioria, trabalham sem carteira assinada, vivem em condição de vulnerabilidade social e laboral, evidenciando a fragilização das suas condições de trabalho. Muitas delas também não contribuem para a previdência social, ficando desamparadas pelos benefícios como aposentadoria, o que amplia a situação de vulnerabilidade na qual já se encontram. Apesar de já existirem diversas leis trabalhistas, a legislação não ampara totalmente as trabalhadoras diaristas, o que se tem por consequência são diversos diaristas com trabalhos informais e sem garantia de seus direitos trabalhistas e sem acesso à previdência.

A Lei Complementar nº 150/2015 regulamenta o trabalho doméstico ao garantir direitos como jornada definida, férias e proteção previdenciária aos empregados com vínculo contínuo. Contudo, ao limitar sua aplicação a trabalhadores que atuam mais de dois dias por semana para o mesmo empregador, a norma exclui as diaristas, mantendo-as em situação de informalidade. Essa lacuna legal reforça a desproteção do trabalho doméstico por diária, marcada pela instabilidade de renda, ausência de direitos e insegurança laboral. Tais condições intensificam o sofrimento psíquico, contribuindo para o aumento de ansiedade, estresse e medo da perda do sustento, evidenciando que as condições laborais precarizantes ultrapassam a dimensão material e impacta diretamente a saúde mental dessas trabalhadoras.

2.2 OS RISCOS PARA A SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE LABORAL

A precarização do trabalho exerce um impacto social significativo, para além disso, o descaso com os trabalhadores também têm impacto da saúde mental dos trabalhadores, desenvolvendo ou agravando doenças psíquicas já existente, demonstrando também que muitos locais de trabalho ainda não têm planos de ações o suficiente ou eficazes para a mitigação desses danos (Arão *et al.*, 2025).

De acordo com Romanini (2024), a degradação do trabalho não se limita à instabilidade contratual, mas assume uma dimensão profundamente subjetiva, marcada pela intensificação da competição capitalista, pelo produtivismo acadêmico exacerbado e pela sobrecarga imposta pelo contexto pandêmico e pós-pandêmico. Também destaca em sua obra que a saúde mental do trabalhador não deve ser avaliada como um fator individual, mas que a mesma faz parte de um sofrimento coletivo de origem política, que é marcada por ansiedade, depressão e exaustão.

Romanini (2024), prossegue em sua análise destacando que os riscos psicossociais incluem o isolamento intensificado pela mediação digital, a competição excessiva e nociva, a imposição de uma produtividade forçada e as desigualdades de raça, gênero e classe, que se manifestam como formas de violência institucional, e como consequência, a identidade do trabalhador se fragmenta, perde-se o sentido de pertencimento comunitário e o projeto coletivo

de realização profissional. O que persiste é o individualismo, somado ao desenraizamento em um ambiente laboral reduzido a simples espaço de sobrevivência.

Lima, Sampaio e Souza (2024) discutem em sua obra que a reconfiguração contemporânea do trabalho tem produzido sobrecarga, instabilidade contratual, intensificação das demandas e redução de condições mínimas de proteção, gerando um cenário de sofrimento que ultrapassa experiências individuais e se instaura em relações sociais desiguais, historicamente determinadas. Assim, a saúde mental aparece como efeito direto da forma como o trabalho é estruturado: vínculos fragilizados, responsabilização excessiva, escassez de recursos e um cotidiano marcado por exigências emocionais crescentes se convertem em dispositivos de adoecimento, corroendo a capacidade de sustentação subjetiva dos profissionais. Nesse sentido, o texto afirma que o sofrimento mental vem sobretudo de fatores estruturais do trabalho, e não de fragilidades individuais.

A saúde mental não deve ser negligenciada, sendo essencial que a gestão de saúde mental receba atenção no ambiente de trabalho. Leite *et al.* (2024) destacam a importância de políticas e ações de apoio para o bem-estar dos funcionários. Reconhecer o adoecimento psíquico é o primeiro passo, mas é necessária a adoção de ações coletivas, com participação social, como os Centros de Apoio Psicossocial (CAPS), que oferecem consultas psiquiátricas, acompanhamento psicológico e terapias ocupacionais para quem necessita de tratamento.

A atenção aos funcionários é indispensável nas organizações, a desregulamentação do trabalho não passa despercebida e bate de frente com a saúde mental, intensificando quadros de ansiedade, estresse, depressão e *burnout* (Sales *et al.*, 2024). No estudo, é mostrado que jornadas extensas, insegurança contratual, salários que quase não são o suficiente para obter o básico e a baixa valorização profissional não são meros percalços individuais, mas sim engrenagens de um maquinário estrutural que dá o tom do trabalho contemporâneo, aprofundando desigualdades e fragilidades que já vinham se arrastando. Esses elementos criam um ambiente de instabilidade, medo e pressão constante, corroendo pouco a pouco a capacidade psíquica dos trabalhadores e ampliando o sofrimento mental. Na pandemia da Covid-19, as vulnerabilidades ficaram evidentes, já que o afastamento social e as mudanças no mercado de trabalho tornaram a saúde mental dos trabalhadores mais instável e insegura, corroborando para o adoecimento psíquico.

A precarização do trabalho gera insegurança, redução de direitos e agrava o quadro psíquico, dificultando ações de gestão da saúde mental. Lucca *et al.* (2019) destacam que ela tem impacto negativo na saúde mental dos funcionários. Com características como flexibilização, contratos temporários, intensificação e redução de direitos, a vulnerabilidade laboral aumenta o estresse, o desamparo e o adoecimento mental, contribuindo para o crescimento de transtornos mentais e comportamentais.

Cabral, Silva e Souza (2021) mostram que a instabilidade e as pressões constantes no trabalho acabam abrindo caminho para ansiedade, depressão, *burnout*, estresse e desgaste psicológico que atravessam o cotidiano dos trabalhadores. A ansiedade surge como alerta permanente; a depressão se instala no esgotamento emocional; o *burnout* reflete a exaustão extrema ligada ao ambiente laboral; e o estresse age como gatilho que intensifica fragilidades já existentes. Juntos, esses fatores remodelam comportamentos, relações e percepções de si, revelando que a saúde mental é profundamente influenciada por condições estruturais e organizacionais que vão muito além da esfera individual.

A combinação de acúmulo de funções, cobranças excessivas, jornadas longas e inflexíveis, falta de comunicação clara e baixos níveis de apoio organizacional constitui terreno fértil para o surgimento de ansiedade, depressão, *burnout*, estresse crônico e dores emocionais profundas. Em sua obra, Amorim *et al.* (2024) destacam que tais condições possuem caráter estrutural, ressaltando que o aspecto emocional dos trabalhadores não deve ser negligenciado pela organização. Ao contrário, cabe à instituição promover intervenções como pausas

regulares, utilização de caixa de sugestões e práticas de escuta ativa, de modo que, por meio da empatia, os impactos psicológicos possam ser reduzidos.

A desvalorização do trabalho das diaristas domésticas entrelaça-se ao aumento dos riscos à saúde mental, despontando em quadros de ansiedade, depressão e estresse psicológico. Fernandes (2023) destaca, que no dia a dia, essas profissionais se veem em condições instáveis: contratos temporários ou informais, rendimentos insuficientes para cobrir as necessidades fundamentais, ausência de direitos trabalhistas e proteção social, somados a jornadas puxadas em ambientes que, não raro, desgastam corpo e mente. Esse conjunto de fatores configura um cenário em que a realidade anuncia sinais sobre a exaustão. Essa vulnerabilidade se intensifica por consequência de fatores sociais como racismo e baixa escolaridade, pois os mesmos ampliam obstáculos e dificultam o acesso a direitos e serviços de saúde.

A saúde mental tem ganhado relevância diante de transtornos como ansiedade, depressão e *burnout*, como destacam Almeida Costa Junior *et al.* (2025). A pressão pela produtividade pode aumentar a carga e a jornada de trabalho, exigindo estratégias de intervenção, como programas de apoio emocional e flexibilização da jornada. A promoção da saúde mental deve ser um movimento colaborativo, com engajamento de empresas e trabalhadores para promover uma transformação cultural no ambiente laboral, visando o cuidado e o bem-estar dos funcionários.

A colaboração entre funcionários e empresa é primordial para alcançar os objetivos. Silva (2023) relata que a promoção da saúde mental no ambiente de trabalho melhora as relações, alavanca a produtividade e reduz afastamentos, além de favorecer a interação entre trabalhadores, equipe e superiores, tornando o local mais saudável. Para concretizar isso, é necessário que as ações de gestão de saúde mental estejam alinhadas aos valores e metas da organização, compreendendo os perfis dos funcionários, adaptando à sua realidade e mantendo o equilíbrio entre vida pessoal e profissional, garantindo o devido cuidado à saúde mental.

O referencial teórico demonstra que a precarização do trabalho é um fenômeno estrutural, intensificado pela flexibilização e informalidade, que fragiliza direitos e amplia desigualdades. Seus impactos recaem diretamente sobre a saúde mental dos trabalhadores, não como falhas individuais, mas como resultado de condições laborais instáveis e desprotegidas. Essa realidade se agrava, reforçando a vulnerabilidade social e o adoecimento silencioso.

3 METODOLOGIA

A pesquisa adota uma abordagem qualitativa, adequada para compreender fenômenos sociais a partir das percepções, sentimentos e experiências dos sujeitos envolvidos. Considerando que a precarização do trabalho e seus efeitos sobre a saúde mental possuem dimensões subjetivas, simbólicas e psicossociais, esse tipo de abordagem se mostra o mais apropriado, pois permite captar os significados que as diaristas atribuem às suas vivências cotidianas.

Trata-se de uma pesquisa de natureza explicativa (Vergara, 2016), uma vez que busca identificar e analisar os fatores que influenciam a relação entre a precarização e o adoecimento psíquico. Assim, pretende-se não apenas descrever as condições de trabalho, mas também explicar como e por que tais condições desencadeiam impactos emocionais nas trabalhadoras.

O delineamento metodológico adotado foi o estudo de caso coletivo, conforme discutem Stake (1995) e Yin (2015). O foco do estudo é o fenômeno da precarização no trabalho doméstico por diária, investigado por meio da análise conjunta de quinze diaristas que compartilham condições laborais semelhantes.

Cada participante é considerado uma unidade de análise, e, observadas em conjunto, essas experiências permitem compreender em profundidade o contexto precarizado, suas implicações e seus efeitos sobre a saúde mental no município de Manaus. Esse tipo de estudo

possibilita explorar nuances do fenômeno e captar padrões recorrentes que caracterizam a realidade do grupo investigado.

A coleta de dados foi realizada entre 9 e 31 de outubro de 2025, por meio de entrevistas presenciais e online, com duração média de vinte minutos. As entrevistas seguiram um roteiro semiestruturado composto por quatorze perguntas, elaborado com base nos objetivos da pesquisa. Adicionalmente foi aplicado um questionário sociodemográfico que reuniu informações sobre sexo, idade, raça, escolaridade, número de dependentes, dias trabalhados por semana, contribuição previdenciária e tempo de atuação como diarista.

As informações sociodemográficas obtidas por meio do questionário foram organizadas e apresentadas no Quadro 1. A interpretação detalhada desses dados será apresentada na seção de análise dos resultados.

Quadro 1 - Perfil dos Participantes

Variável	Categoria	Percentual (%)
Sexo	Feminino	93,30%
	Masculino	06,70%
Idade	20 a 30 anos	20,00%
	31 a 50 anos	40,00%
	51 anos ou mais	40,00%
Raça	Parda	66,70%
	Preta	20,00%
	Branca	13,30%
Nível de escolaridade	Ensino Médio (Completo ou Incompleto)	46,70%
	Ensino Fundamental Incompleto	26,70%
	Ensino Superior (Incompleto ou mais)	20,60%
País onde nasceu	Brasil	80,00%
	Venezuela	20,00%
Dependentes	Nenhum	33,30%
	1 a 2 dependentes	40,00%

	3 ou mais dependentes	26,70%
Dias de Trabalho/Semana	1 a 4 dias	26,60%
	5 a 7 dias	73,40%
Contribuição para o INSS	Sim (Contribui ou já contribuiu)	66,70%
	Não (Nunca contribuiu)	33,30%
Tempo de Trabalho na Área	Até 5 anos	53,30%
	Mais de 5 anos	46,70%

Fonte: Dados da pesquisa

Para facilitar a expressão emocional das participantes, foram utilizados seis cartões contendo as definições de ansiedade, estresse, tristeza, frustração, insegurança e impotência, inspirados na obra de Maslach e Leiter (1997), permitindo que as entrevistadas identificassem os sentimentos que mais representavam suas vivências.

As entrevistas foram gravadas com autorização prévia dos participantes e totalizaram cinco horas e oito minutos de áudio, posteriormente transcritos com o auxílio da ferramenta TurboScribe. Antes do início de cada entrevista, foi apresentado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), no qual constavam os objetivos, os procedimentos, os possíveis riscos e benefícios, a garantia de anonimato e a voluntariedade da participação. A análise dos dados foi conduzida segundo as etapas propostas por Bardin (2016). A pré-análise envolveu a leitura inicial do material e a organização do corpus. Em seguida, na fase de exploração, foram realizados o recorte, a codificação e o agrupamento de trechos significativos das falas. Por fim, na etapa de tratamento e interpretação, os dados foram confrontados com o referencial teórico, identificando-se padrões, temas recorrentes e elementos estruturais da precarização que emergiram das narrativas das diaristas. Esse processo resultou na construção de três categorias analíticas e onze subcategorias, que foram apresentadas e discutidas na seção de análise dos resultados.

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A análise das entrevistas permitiu identificar padrões recorrentes nas falas das diaristas, revelando elementos estruturais da precarização e seus impactos na saúde mental. Antes da apresentação das categorias analíticas, é primordial contextualizar o perfil das participantes, pois suas características sociodemográficas influenciam diretamente a forma como vivenciam, interpretam e são afetadas pelas condições de trabalho fragilizadas. Embora o Quadro 1 – Perfil das participantes esteja apresentado na metodologia, sua interpretação é desenvolvida nesta seção, em diálogo com os objetivos da pesquisa.

Os resultados mostram que 93,3% das participantes são mulheres, o que reforça o caráter historicamente feminino e desvalorizado do trabalho doméstico. A faixa etária predominante entre 31 e 50 anos (40,0%) e acima de 51 anos (40,0%) evidencia que grande parte das entrevistadas permanece por longos períodos em atividades informais e instáveis, acumulando desgaste físico e emocional ao longo dos anos. Em termos raciais, 86,7% se autodeclararam pardas ou pretas, indicando a persistência de desigualdades estruturais no

mercado de trabalho doméstico, marcadas por processos históricos de racialização e subalternização.

Quanto à escolaridade, a maior parte possui ensino médio cursado ou concluído (46,7%), enquanto 26,7% alcançaram o ensino superior (completo ou incompleto). Esse cenário reforça como barreiras estruturais de classe e escolaridade influenciam a permanência das diaristas em ocupações desprotegidas. A análise também mostra que 66,7% possuem dependentes, em especial filhos, o que intensifica a pressão emocional diante da instabilidade de renda típica da atividade diária.

Outro aspecto relevante é a jornada semanal: 73,4% trabalham de cinco a sete dias por semana, demonstrando excesso laboral e ausência de descanso regular, fatores que elevam os riscos psicossociais. Apesar de 66,7% contribuírem ou já terem contribuído para o INSS (Instituto Nacional de Seguro Social), 33,3% permanecem sem qualquer proteção previdenciária, ampliando a vulnerabilidade social desse grupo. Por fim, 46,7% têm mais de cinco anos de experiência como diaristas, incluindo participantes com mais de quinze anos na função, revelando trajetórias prolongadas em contextos de precarização.

A interpretação desses dados evidencia que gênero, raça, baixa escolaridade e sobrecarga laboral constituem fatores estruturantes que moldam a experiência das diaristas e potencializam os impactos da precarização sobre a saúde mental.

Com base na codificação e sistematização do material empírico, foram identificadas três categorias analíticas que sintetizam os principais fenômenos emergentes das entrevistas: (i) insegurança estrutural e fragilização dos direitos; (ii) sobrecarga e desgaste psicofísico; (iii) desvalorização social e conflitos interpessoais. Essas categorias e suas onze subcategorias foram organizadas no Quadro 2, o qual apresenta de forma sistematizada os elementos centrais derivados da análise de conteúdo.

Quadro 2 - Categorias e Subcategorias

CATEGORIAS	SUBCATEGORIAS	DESCRIÇÃO
1. Insegurança Estrutural e Fragilização dos Direitos Esta categoria engloba a natureza informal e instável do trabalho por diária, que é a base da precarização. Reflete a ausência de proteções sociais formais e a consequente vulnerabilidade econômica vivenciada pelas diaristas.	Instabilidade e Insegurança Laboral	Refere-se à falta de estabilidade no trabalho por diária, marcada pelo risco constante de não conseguir serviço e pela renda incerta.
	Ausência de Direitos Trabalhistas	Diz respeito à inexistência de garantias como férias, 13º, carteira assinada e benefícios, o que deixa a diarista totalmente desprotegida.
	Vulnerabilidade Financeira	Relaciona-se à dificuldade de manter as contas em dia devido à renda variável, atrasos de pagamento e valores baixos das diárias.
2. Sobrecarga e Desgaste Psicofísico Esta categoria foca na intensificação do trabalho, no cansaço resultante e nas consequências diretas na saúde física e mental das trabalhadoras.	Intensidade e Exaustão do Trabalho	Refere-se ao excesso de tarefas e ao ritmo acelerado que provocam cansaço físico, emocional e mental.
	Riscos e Condições Inadequadas de Trabalho	Diz respeito à ausência de EPIs e ao uso de produtos fortes, aumentando riscos de acidentes, alergias e problemas respiratórios.
	Adoecimento Mental e Emocional	Relaciona-se ao surgimento de ansiedade, estresse e esgotamento causado pela pressão e precariedade das condições de trabalho.
	Dificuldades Logísticas	Refere-se aos longos deslocamentos, aos horários exaustivos e à necessidade de conciliar trabalho com cuidados domésticos e dos filhos.
3. Desvalorização Social e Conflitos Interpessoais Esta categoria aborda o impacto da falta de reconhecimento e as dinâmicas de poder e discriminação no ambiente de trabalho, que afetam diretamente o bem-estar mental e a dignidade das diaristas.	Desrespeito e Tratamento Indigno	Refere-se a episódios de humilhação, gritos, ofensas e até xenofobia, mostrando relações marcadas por agressividade e desumanização.
	Falta de Reconhecimento Profissional	Diz respeito à sensação de ser inferiorizada e não valorizada, o que afeta a autoestima e causa desânimo no trabalho.
	Relações de Confiança e Preconceito	Relaciona-se à desconfiança sobre a honestidade, testes e acusações injustas, além de situações de assédio que geram traumas.
	Perda de Identidade e Dependência	Refere-se ao apagamento da vida pessoal e à dependência emocional ou material dos patrões, especialmente quando se mora no trabalho.

A partir da estrutura apresentada no quadro, cada categoria será discutida nas subseções seguintes, articulando as percepções das participantes com o referencial teórico e evidenciando como a precarização do trabalho doméstico por diária atua como agente direto na produção de riscos psicossociais e no adoecimento emocional dessas trabalhadoras.

4.1 INSEGURANÇA ESTRUTURAL E FRAGILIZAÇÃO DOS DIREITOS

Esta categoria evidencia que a degradação do trabalho expõe prestadoras de serviços diários a uma vulnerabilidade contínua. Demonstrando como trabalhos informais trazem consigo o fenômeno da flexibilização dos direitos trabalhistas.

4.1.1 Instabilidade e Insegurança Laboral

A instabilidade laboral aparece de forma recorrente nos relatos das diaristas e constitui um dos pilares estruturais da precarização identificada nesta pesquisa. A ausência de um contrato formal traz à trabalhadora uma sensação de constante incerteza quanto ao futuro profissional e financeiro. Isso se evidencia em relatos, obtidos durante a coleta de dados, nos quais há a preocupação de o trabalho se encerrar de maneira abrupta, sem justificativa ou garantia de continuidade, desta forma, trazendo a sensação de insegurança para as diaristas. Essa condição é explicitada na fala de uma das entrevistadas.

"Eu acredito que é o medo de não ter dinheiro para pagar as contas que chegam [...] se naquela semana você não fizer nenhuma diária, esse dinheiro não entra."
(Entrevistada 01)

A fala da entrevistada 01 mostra como a fragilidade de um contrato informal pode afetar a saúde mental da mesma, cuja renda e estabilidade dependem unicamente da decisão unilateral do contratante.

Segundo Antunes (2001), a reorganização produtiva contemporânea tem provocado o enfraquecimento das relações de trabalho, produzindo vínculos cada vez mais flexíveis, incertos e marcados pela perda de garantias históricas. Na mesma direção, Santos e Zacaron (2024) destacam em sua obra sobre como o trabalho informal perpetua a reprodução de relações desiguais de poder e aumenta a vulnerabilidade de grupos socialmente marginalizados, especialmente aos associados ao trabalho doméstico diário.

Desta maneira, percebe-se que a instabilidade laboral não é um fator isolado, mas estrutural, o qual é sustentado por práticas como a substituição instantânea, a rotatividade e a ausência de um contrato formal, a naturalização dessas ações torna o processo de descontinuação do trabalho precário mais intenso e complexo. Em termos psicossociais, essa instabilidade afeta diretamente no bem-estar das trabalhadoras, essa insegurança gera ansiedade e medo de perder a renda financeira, que para muitos, é a única fonte de sustento da família.

4.1.2 Ausência de Direitos Trabalhistas

A falta de direitos trabalhistas, historicamente conquistados, como férias, 13º salários, licença médica, contribuição previdenciária ou qualquer outra proteção legal, é outro aspecto extremamente crítico em relação à dinâmica de desvalorização do trabalho. O trabalho diário traz uma sensação de autonomia para algumas, porém, o mesmo revela-se majoritariamente como uma atividade laboral desprovida de direitos trabalhistas. Esse elemento é evidenciado no relato a seguir:

"Uma diarista nunca tem férias [...] você não tem direito a nada, a uma aposentadoria, a um auxílio-doença." (Entrevistada 01)

O ato de não assinar a carteira traz às prestadoras de serviços diários diversos malefícios, onde não existe garantia nem segurança para a trabalhadora, se algo acontecer com ela. Juntamente com isso, a falta de um salário fixo não vem apenas como uma insegurança financeira, mas também impede a prestadora de serviço de planejar o futuro, realizar contribuições regulares ao INSS (Instituto Nacional de Seguro Social), acessar direitos ou se ausentar em caso de adoecimento.

Barros e Moura Junior (2024), ao discutirem especificamente a realidade das diaristas, evidenciam a negligência e desproteção que o mercado de trabalho brasileiro tem para com as diaristas, aos quais estão em um “limbo jurídico”, o que dificulta a garantia de direitos básicos que devem estar presentes no meio laboral da trabalhadora. A informalidade, desta maneira, torna-se um dos mecanismos de fragilização social presente no cotidiano laboral.

Além disso, a ausência de direitos trabalhistas traz consequências e impactam diretamente na saúde física e mental. De acordo com Lucca *et al.* (2019) e Leite *et al.* (2024), trabalhadoras sem um vínculo formal estão expostas a maiores índices de estresse, adoecimento físico e sobrecarga emocional. Em detrimento de não poderem se afastar do trabalho, mesmo quando doentes, estas manifestações psíquicas se intensificam, pois, a trabalhadora está constantemente sob o risco de perder toda a renda do mês.

4.1.3 Vulnerabilidade Financeira

A vulnerabilidade financeira é um elemento que muito foi destacado nas falas das entrevistas, tornando evidente a dificuldade de planejamento, dependência total da renda diária e a necessidade de aceitar qualquer serviço, mesmo em condições desfavoráveis. O depoimento da entrevistada 14 evidencia essa realidade:

“A gente conta com aquele dinheiro, tem contas pra pagar e tem casa pra cuidar.”
(Entrevistada 14)

Esse trecho expõe não apenas a dependência imediata da remuneração, mas também a pressão emocional e psicológica que acompanha o medo de não conseguir arcar com despesas básicas. A vulnerabilidade financeira, portanto, torna-se um fator que intensifica a extensão significativa da jornada de trabalho, sujeição à deslocamentos insalubres e sacrificantes, múltiplos empregos e situações de desrespeito.

Conforme analisam Araújo, Clementino e Mito (2023), o fluxo de renda marcado por descontinuidade é um dos principais pilares da precarização contemporânea, pois induz um cenário onde a subsistência financeira se sobrepõe às condições dignas de trabalho. Santos e Zacaron (2024) reforçam que, quando a renda é incerta, a segurança emocional também se fragiliza, aumentando índices de ansiedade, irritabilidade e exaustão.

A vulnerabilidade financeira, nesse sentido, não deve ser vista apenas como consequência da vulnerabilidade laboral, mas também como mecanismo que a perpetua. A dependência econômica impede afastamentos por adoecimento, dificulta a imposição de limites nas relações com os empregadores, naturaliza práticas abusivas e dificulta a exigência de direitos.

Dessa forma, esta categoria mostra como a insegurança estrutural e a fragilização dos direitos funcionam como mecanismos da deterioração das condições de trabalho que repercutem diretamente em sofrimentos emocionais, respondendo ao objetivo específico de identificar os principais elementos precarizantes presentes no trabalho doméstico por diária e

contribuindo, simultaneamente, para o objetivo geral de investigar como esses fatores impactam a saúde mental das diaristas.

4.2 SOBRECARGA E DESGASTE PSICOFÍSICO

Esta categoria reúne aspectos que demonstram como o trabalho doméstico remunerado impõe às diaristas um desgaste contínuo, marcado por jornadas intensas, condições inadequadas, adoecimento emocional e dificuldades logísticas. Os relatos evidenciam que a precarização não se limita ao esforço físico, mas se estende às dimensões psicológicas e sociais, revelando um cotidiano de vulnerabilidade que compromete saúde, bem-estar e autonomia.

4.2.1 Intensidade e Exaustão do Trabalho

A intensidade das jornadas de trabalho e o elevado volume de tarefas configuram um dos principais fatores de desgaste no trabalho das diaristas. Embora muitas vezes visto como simples, o trabalho doméstico exige esforço físico constante, movimentos repetitivos, rapidez e pressão por produtividade, especialmente porque o pagamento é feito por diária. Isso leva as trabalhadoras a acelerarem o ritmo para produzir mais serviço em menos tempo. A exaustão é claramente percebida no relato das entrevistadas:

"São muitas as atividades que uma diarista tem que fazer... quando se acrescenta mais atividade, sai do controle, trazendo pressão maior. O cansaço, além de tirar as suas forças, te deixa entristecido... você se doa tanto e muitas vezes não é valorizado."
(Entrevistada 01)

"É o cansaço físico, emocional e mental." (Entrevistada 14)

Esses relatos revelam que o desgaste não se limita ao corpo, atingindo também a dimensão emocional, compondo um quadro típico de exaustão multidimensional, que se aproxima das características do *burnout*. Segundo Sales *et al.* (2024), a superexploração do trabalho intensifica o risco de *burnout*, pois exige ritmos elevados, pouca autonomia e pouco tempo de recuperação. Entre diaristas, essas condições se agravam pelo trabalho por diária e pelo medo de perder clientes, fazendo com que a exaustão física e emocional relatada seja um reflexo direto desse modelo laboral desgastante.

Leite *et al.* (2024) destaca que, em contextos precarizados, o aumento da cadência de trabalho e a intensificação do ritmo de tarefas aumenta o estresse e reduz as possibilidades de descanso, potencializando sintomas de esgotamento físico e mental. Esse cenário é agravado pela informalidade, que elimina limites claros para a carga laboral e faz com que as diaristas aceitem jornadas exaustivas por medo de perder renda.

Dessa forma, a exaustão física e mental mencionada pelas entrevistadas não decorre unicamente da natureza das tarefas desempenhadas, mas sobretudo do regime de trabalho por diária, que amplia as exigências, restringe os momentos de descanso e coloca as trabalhadoras em maior vulnerabilidade ao *burnout* e ao desgaste laboral.

4.2.2 Riscos e Condições Inadequadas de Trabalho

As condições de trabalho descritas nas entrevistas revelam uso frequente de produtos químicos fortes, ausência de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) e adoção de posturas ergonomicamente prejudiciais. Esses fatores, somados à repetição diária das atividades, configuram um ambiente de risco permanente. Como sintetiza essa realidade nas afirmações dos entrevistados:

“Trabalhava a vida toda sem usar luva ou máscara, mesmo com produtos fortes, eu tive até uma alergia devido a usar tanto esse produto.” (Entrevistada 07)

“Eu não usei máscara e, no outro dia, passei mal, não conseguia respirar direito nem dormir. Também usei o produto sem luva boa, e minha mão ficou toda roxa e começou a sair a pele.” (Entrevistada 10)

Essa prática, naturalizada no cotidiano das diaristas, evidencia uma negligência estrutural que as expõe a alergias, queimaduras químicas, problemas respiratórios e lesões musculoesqueléticas. Estudos citados no referencial (Santos; Vasconcelos, 2018 e Meliani; Gomes, 2007) tornam explícito que a ausência de proteção adequada é um padrão antigo no trabalho doméstico, reforçado pela informalidade e pela falta de regulamentação efetiva.

Franco, Ferraz e Ferraz (2023) apontam que trabalhadores inseridos em atividades informais, como, prestadoras de serviços diários, enfrentam riscos ainda maiores devido à inexistência de treinamentos, padronização de procedimentos e fiscalização. A ausência de EPI (Equipamento de Proteção Individual), portanto, deixa de ser uma escolha pessoal e se torna uma imposição estrutural, onde muitos não têm acesso a eles por meio de seus patrões, como evidenciado na fala da entrevistada:

"Não disponibilizam... a gente usa água sanitária e produtos fortes, aí a gente não usa luva, nem máscara." (Entrevistada 3)

Assim, a falta de condições adequadas de trabalho se articula diretamente com a precarização, transformando atividades rotineiras em potenciais fontes de adoecimento físico.

4.2.3 Adoecimento Mental e Emocional

O adoecimento emocional é uma das dimensões mais sensíveis identificadas nesta pesquisa. As entrevistadas relatam ansiedade, preocupação constante, sobrecarga mental e dificuldade para conciliar trabalho com responsabilidades domésticas e familiares. Os sintomas relatados decorrem não apenas da carga física, mas também da insegurança financeira e das relações interpessoais atravessadas por desrespeito. A entrevistada expressa diretamente esse sofrimento:

“Eu precisei me afastar por quase um ano [...] desenvolvi um quadro de ansiedade já voltado para início de depressão”. (Entrevistada 04)

"Afetam, sim... se não descansa, a gente fica ruim, com ansiedade." (Entrevistada 03)

A preocupação com horários, deslocamentos e desempenho compõe um ciclo de ansiedade constante, reforçado pelo medo e insegurança de perder clientes. Lucca *et al.* (2019) e Lima, Sampaio e Souza (2023) descrevem que contextos de trabalho inseguros e sobrecarregados tendem a elevar significativamente os níveis de estresse, afetando sono, humor e funcionalidade emocional.

Além disso, Almeida Costa Junior *et al.* (2025) destacam que o adoecimento mental é especialmente prevalente em mulheres, dado que elas enfrentam dupla jornada, responsabilidades domésticas ampliadas e maior pressão emocional. As diaristas, nesse sentido, representam um grupo sob risco ampliado, já que acumulam múltiplas demandas e carregam o peso da instabilidade econômica.

Portanto, os sofrimentos emocionais relatados não são manifestações isoladas, mas consequências diretas de um ambiente laboral que produz exaustão e insegurança.

Nesse contexto, destaca-se também o papel dos serviços públicos de apoio psicossocial, especialmente os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), que oferecem acolhimento, acompanhamento clínico e suporte emocional para pessoas em sofrimento. Lima, Sampaio e Souza (2023) mostram que a alta demanda nos CAPS reflete o aumento do adoecimento ligado a condições de trabalho precárias, enquanto Leite *et al.* (2024) reforçam que esses serviços são fundamentais para reduzir impactos emocionais em grupos vulnerabilizados. Assim, os CAPS constituem uma rede essencial de cuidado diante dos efeitos da precarização vivenciados pelas diaristas. Como relatado pela entrevistada:

Eu faço um tratamento de ansiedade e depressão no CAPS, eu falo com o psicólogo e psiquiatra que me acompanham. Faço várias atividades que ajudam com o meu estresse e a minha ansiedade. (Entrevistada 14)

Desse modo, os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) surgem como um apoio fundamental diante dos impactos emocionais provocados pela precarização. Ainda assim, sua atuação revela a urgência de políticas mais amplas que protejam a saúde mental de trabalhadoras vulnerabilizadas.

4.2.4 Dificuldades Logísticas

As dificuldades logísticas, especialmente relacionadas ao transporte, deslocamentos longos e incompatibilidade de horários, aparecem como fatores que ampliam a sobrecarga física e emocional. Muitas diaristas precisam sair de casa muito cedo, enfrentar longos trajetos em transporte público e, ao mesmo tempo, manter uma pontualidade rigorosa para não perder a remuneração. O depoimento da entrevistada evidencia essa dimensão:

“Eu não tenho transporte próprio, às vezes uso Uber, às vezes ônibus e fico ansiosa em relação ao horário”. (Entrevistada 2)

A ansiedade relacionada ao tempo é um indicativo de que a organização do trabalho depende não apenas do desempenho da diarista, mas também da capacidade de cumprir cronogramas rígidos impostos pela rotina dos clientes. Quando somada ao cansaço físico, à instabilidade financeira e à ausência de direitos, a logística se torna um agravante direto da experiência de desgaste.

Estudos sobre trabalho informal apontam que o tempo de deslocamento, frequentemente invisibilizado, representa parcela indispensável da carga laboral (Leite *et al.*, 2024). Pesquisas também indicam que mulheres, especialmente aquelas com filhos, tendem a experimentar maior pressão para conciliar compromissos pessoais e profissionais, aumentando significativamente o estresse (Lucca *et al.*, 2019), que pode ser evidenciado pela fala da entrevistada:

“Enfrentei algumas dificuldades [...] tinha que trabalhar para manter a casa e pagar para alguém ficar com as minhas filhas.” (Entrevistada 11)

Assim, as dificuldades logísticas não são um componente secundário, mas uma peça central do desgaste psicofísico que estrutura o cotidiano dessas trabalhadoras.

Assim, esta categoria demonstra como a sobrecarga e o desgaste psicofísico operam como mecanismos de precarização que afetam profundamente a saúde mental, atendendo ao objetivo específico de analisar os impactos subjetivos e emocionais da deterioração das condições de trabalho e fortalecendo o alcance do objetivo geral ao explicitar como essas condições deterioram o bem-estar das diaristas.

4.3 DESVALORIZAÇÃO SOCIAL E CONFLITOS INTERPESSOAIS

Esta categoria evidencia como o trabalho doméstico remunerado continua marcado por precarização e vulnerabilidade. As falas das diaristas revelam experiências de desrespeito, falta de reconhecimento, desconfiança e dependência, mostrando que a desvalorização ultrapassa o aspecto financeiro e atinge dimensões simbólicas e emocionais, comprometendo dignidade, identidade profissional e bem-estar.

4.3.1 Desrespeito e Tratamento Indigno

Uma das dimensões mais marcantes nas falas das diaristas refere-se ao tratamento indigno e desrespeito por parte de clientes. As entrevistadas relatam episódios de gritos, humilhações, agressividade verbal e xenofobia, demonstrando que o trabalho doméstico remunerado ainda é atravessado por relações hierárquicas, desigualdades estruturais e práticas discriminatórias. Esse fenômeno aparece de forma clara nos seguintes depoimentos:

“Cheguei um minuto atrasada, e a pessoa veio me tratar mal, prometeu bater na minha cara. Foi muito ruim. Me senti muito triste, abalada mesmo. Fui embora chorando.” (Entrevistada 09)

“Eu sou do Nordeste, passei muito por xenofobia.” (Entrevistada 12)

Essas falas evidenciam que o desrespeito ultrapassa fronteiras morais e legais, atingindo diretamente a dignidade humana. De acordo com Voswinkel (2024), trabalhadores inseridos em ocupações historicamente desvalorizadas, como o trabalho doméstico, são frequentemente submetidos à “negação do reconhecimento”, resultando em sofrimento moral e emocional.

Antunes (2001) descreve esse fenômeno como parte da lógica da precarização, na qual a vulnerabilidade econômica favorece ambientes de abuso, visto que o trabalhador teme perder sua única fonte de renda. Assim, o desrespeito não é apenas um comportamento isolado, mas um mecanismo que reforça relações de poder assimétricas.

As implicações psicossociais incluem baixa autoestima, medo, vergonha e sensação de impotência, que podem agravar quadros de ansiedade e estresse já identificados na Categoria 2.

4.3.2 Falta de Reconhecimento Profissional

A falta de reconhecimento é um eixo recorrente nas falas das diaristas e aparece de forma sutil, porém constante, de desvalorização simbólica. A percepção de que o trabalho doméstico é visto como “menor”, “simples” ou “sem valor” impacta profundamente a identidade profissional dessas mulheres. Neste contexto, o depoimento da entrevistada se torna emblemático:

“Não Valoriza o nosso trabalho” (Entrevistada 3)

“Poderiam valorizar mais, reconhecer mais o nosso esforço” (Entrevistada 13)

Esses relatos evidenciam que a desvalorização ultrapassa o campo financeiro, revelando-se também a falta de reconhecimento simbólico de uma profissão essencial, um elemento fundamental para a construção da identidade no trabalho. Silva (2023) destaca que o

reconhecimento é um dos principais fatores protetivos da saúde mental, funcionando como validação social da importância do trabalho realizado.

Ao negligenciar esse reconhecimento, cria-se um ambiente onde o esforço físico e emocional das diaristas é invisibilizado, contribuindo para a sensação de inutilidade, baixa autoestima e falta de pertencimento.

Assim, a falta de reconhecimento deve ser compreendida como uma forma de violência simbólica que reforça desigualdades históricas de gênero e classe.

4.3.3 Relações de Confiança e Preconceito

Muitas diaristas relatam situações em que são alvo de vigilância excessiva, suspeitas infundadas e humilhações veladas relacionadas à honestidade. Embora nem todas as entrevistadas tenham mencionado explicitamente acusações de roubo, a atmosfera de desconfiança aparece como elemento transversal. Como mencionado no relato de uma das entrevistadas:

“Sumiu uma quantia de dinheiro, e a dona da casa me perguntou se eu tinha pegado. Ela comentou que isso já tinha acontecido com outras funcionárias do dinheiro sumir, e eu fiquei arrasada.” (Entrevistada 15)

Em um dos relatos, por exemplo, surgem comentários sobre clientes que observam tudo que a diarista faz, monitoram objetos, restringem acesso a cômodos ou fazem “testes” implícitos de honestidade. Ainda que algumas falas não tenham usado a palavra “roubo” diretamente, a tensão é perceptível à luz do conjunto das transcrições. Como é possível observar no relato:

Eu trabalhei em mais de três casas em que a cliente tentava me testar, colocando coisas em lugares inóspitos pra ver se a minha idoneidade era derrubada.” (Entrevistada 2)

Antunes (2001) afirma que, historicamente, o trabalho doméstico é marcado por relações de poder que colocam o empregador no papel de vigilante e o trabalhador no lugar de suspeito, reproduzindo práticas discriminatórias enraizadas na cultura patriarcal e classista.

Voswinkel (2024) aponta que a desconfiança sistemática opera como uma forma de “controle moral”, deteriorando a autoestima e produzindo sofrimento psicológico, pois a trabalhadora internaliza a ideia de estar sempre sob julgamento.

Assim, a desconfiança não é apenas desconfortável, ela constitui uma forma de violência simbólica que compromete o bem-estar emocional e a segurança subjetiva das diaristas.

4.3.4 Perda de Identidade e Dependência

A dependência econômica, emocional ou até residencial, como nos casos em que trabalhadoras já moraram com empregadores, molda relações assimétricas que dificultam a autonomia e alimentam a precarização. A entrevistada ilustra a dependência econômica ao dizer:

“Quando eu trabalhava, eu não tinha um salário fixo. Porque eu morava onde eu trabalhava, e dependia do que eu ganhava para sustentar o meu estudo, comprar meu material e minha alimentação também.” (Entrevistada 7)

Já um dos relatos das entrevistadas, ao mencionar períodos em que morou e trabalhou na casa de empregadores, indica uma fusão entre vida pessoal e profissional que enfraquece limites, identidade e senso de autonomia, também evidenciando uma perda de identidade.

“Dependência. Porque você trabalha 24 horas numa casa, dorme lá, come o almoço lá. Então, você fica totalmente à mercê deles. Eu não tinha transporte, tinha que esperar por eles pra tudo. Dependência, total dependência.” (Entrevistada 5)

Há uma perda de identidade quando você convive muito tempo com outras pessoas. [...] Quando começa a afetar, você esquece quem é e acaba aceitando tudo de abusos, descasos. (Entrevistada 5)

A literatura aponta que essas relações de dependência frequentemente produzem o que Antunes (2001) chama de “subjetividade precarizada”, na qual o trabalhador aceita práticas abusivas, renúncia a direitos e internaliza culpa ou gratidão excessiva, acreditando que deve “retribuir” oportunidades oferecidas pelos empregadores.

Essa perda de identidade profissional é agravada pela desvalorização social do trabalho doméstico e pela ausência de reconhecimento (Subcategoria 4.3.2). A depender da situação, a diarista pode experimentar sentimentos de inferioridade, invisibilidade e subordinação emocional, culminando em adoecimento mental.

Esse conjunto de fatores revela que a precarização não é apenas material, ela é também simbólica e subjetiva.

Dessa maneira, esta categoria evidencia como a desvalorização social e os conflitos interpessoais operam como mecanismos de precarização que produzem sofrimento subjetivo e abalam a identidade profissional, respondendo ao objetivo específico de analisar os impactos emocionais da precarização e contribuindo diretamente para o objetivo geral de compreender como esses fatores repercutem na saúde mental das diaristas.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho teve como objetivo investigar como a precarização do trabalho impacta na saúde mental das diaristas domésticas, analisando elementos estruturais que perpetuam essa realidade e os efeitos psicossociais que vêm juntamente com a precarização laboral. Ao decorrer da pesquisa, foi evidenciado que a precarização do trabalho não se resume à falta de um contrato assinado, mas está enraizada em questões mais profundas, como relações marcadas por desvalorização e desigualdades, trazendo à tona: inseguranças financeiras, sobrecargas físicas e adoecimentos emocionais. Os resultados da pesquisa demonstram que tais fatores se entrelaçam e produzem sofrimentos que não se limitam apenas ao ambiente laboral, mas interferem nas relações pessoais e familiares.

Os depoimentos coletados durante as entrevistas trazem a existência de sentimentos como ansiedade, cansaço extremo, medo, tristeza e frustração sendo diretamente ligados à degradação laboral. Foi notório que estas sensações estão vinculadas à instabilidade da garantia de emprego, acúmulo de tarefas, falta de EPI (Equipamento de Proteção individual) adequado e às situações de desrespeito e discriminação para com os trabalhadores. O estudo revela que a ausência de reconhecimento no trabalho e a falta de tratamento digno trabalham de maneira sistemática para o enfraquecimento do bem-estar emocional. Desta maneira, a precarização se mostra como um fenômeno multidimensional, onde se expressa não somente na falta de apoio material aos trabalhadores, mas também nas camadas simbólicas que estruturam as relações de trabalho.

Com base nos resultados obtidos, torna-se possível responder à questão central do estudo: a precarização do trabalho exerce impacto direto sobre a saúde mental das diaristas, uma vez que gera insegurança material e emocional que ultrapassa o ambiente laboral,

alcançando também a esfera pessoal da trabalhadora. Os objetivos da pesquisa foram atingidos, permitindo identificar os principais elementos da precarização presentes no trabalho doméstico por diária: instabilidade financeira, ausência de direitos, excesso de tarefas, condições inadequadas de trabalho e desrespeito. Esses fatores convergem para a vulnerabilidade das diaristas e contribuem para o segundo objetivo da investigação, que consistia em analisar os impactos subjetivos e emocionais da precarização na saúde mental das diaristas domésticas. O descaso trabalhista manifesta-se em insegurança, sobrecarga e desvalorização, resultando em ansiedade, medo e esgotamento. Dessa forma, a precarização não apenas deteriora as condições de trabalho, mas também compromete o equilíbrio psicológico e emocional dessas trabalhadoras.

Este estudo reforça a literatura sobre precarização do trabalho e saúde mental ao trazer o recorte pouco explorado das diaristas domésticas em Manaus. Destaca-se por evidenciar que a informalidade extrema do trabalho por diária, sem vínculo, com alta rotatividade e dependência direta do cliente, gera um adoecimento psicossocial específico, agravado pelas interseccionalidades de gênero, raça e classe. Assim, demonstra que a precarização no trabalho doméstico não é apenas tradicional, mas estrutural e atual, representando um dos casos mais graves de deterioração das condições de trabalho no Brasil contemporâneo.

Do ponto de vista prático, recomenda-se: à gestão pública, políticas específicas como registro simplificado com contribuição automática ao INSS (Instituto Nacional de Seguro Social), ampliação do atendimento nos CEREST (Centro de Referência em Saúde do Trabalhador) e CAPS (Centros de Atenção Psicossocial); aos sindicatos e movimentos de trabalhadoras domésticas, a criação de cooperativas e redes solidárias para negociação coletiva de diárias e condições mínimas de respeito; às plataformas digitais, revisão urgente dos termos de uso para eliminar cláusulas abusivas e incluir proteção real; e às próprias diaristas, a formação de grupos de apoio mútuo e o uso ativo dos serviços públicos de saúde mental para enfrentar o sofrimento causado pela precarização.

O estudo, apesar de ter suas contribuições alcançadas, carregou algumas limitações a serem evidenciadas. O número de participantes, embora suficiente para uma análise qualitativa, poderia ter sido maior, a contribuição de mais entrevistados traria mais profundidade à pesquisa. Além disso, parte das entrevistas ocorreram de forma online, o que, em alguns momentos dificultou a comunicação de ambos os lados, impedindo uma percepção mais detalhada de nuances e pequenas falas. A pesquisa foi feita apenas com diaristas domésticas de Manaus, com uma pequena amostra, limitando os resultados obtidos. Além disso, observa-se que a maioria das participantes residiam em uma mesma região de Manaus, o que limita a possibilidade de captar as variações que podem existir de uma zona para outra na vivência da precarização, que em muitos casos são fundamentais para compreender como esses desafios se manifestam.

Diante das limitações apresentadas, abre-se espaço para futuras pesquisas que ampliem e se aprofundem na discussão. Sugere-se que estudos posteriores incluam trabalhadoras de diferentes regiões da cidade e de variados contextos sociais, permitindo uma análise mais profunda das particularidades desse grupo. Sugere-se também que seja feito um estudo comparativo entre regiões e diferentes segmentos do trabalho doméstico, trazendo mais profundidade à discussão, visto que seria evidenciado diferentes realidades no contexto brasileiro. Também é relevante investigar como a pandemia da Covid-19 intensificou a precarização do trabalho doméstico, intensificando a informalidade, inseguranças financeiras e o adoecimento psicológico. Outro ponto relevante é investigar como de maneira mais detalhada como a classe social atravessa essa experiência, especialmente quando os padrões afirmam que as diaristas “são da família”, criando uma relação ambígua, onde, à medida em que a diarista se aproxima da família, sente medo e remorso de reivindicar seus direitos. Para além dessas sugestões, torna-se fundamental destacar a influência das questões raciais na precarização do trabalho cotidiano, a análise desse fenômeno exige investigar não apenas a presença da

desigualdade racial nos espaços laborais, mas também compreender os motivos que tornam essa dimensão tão relevante. A cor da pele, em muitos contextos, atua como um marcador social que condiciona o acesso a oportunidades, define os tipos de ocupações disponíveis e influencia diretamente a remuneração e as condições de trabalho. Investigar esses mecanismos simbólicos podem ajudar a desvendar camadas ainda pouco exploradas da precarização e suas implicações emocionais.

Por fim, espera-se que este trabalho contribua para ampliar o debate sobre as condições de trabalho precário existentes, demonstrando os impactos da precarização sobre a saúde mental dos trabalhadores e trazendo a discussão da importância e urgência de políticas públicas e práticas sociais que promovam dignidade, reconhecimento e proteção. Esta pesquisa, ainda que limitada diante da complexidade do tema, busca contribuir para o debate ao evidenciar dimensões frequentemente invisibilizadas do trabalho. Espera-se que os resultados apresentados possam servir como estímulo à reflexão crítica da sociedade, promovendo uma compreensão mais humana e responsável acerca das mãos que sustentam silenciosamente o cotidiano.

6 REFERÊNCIAS

ALMEIDA COSTA JUNIOR, Valdenor et al. Saúde mental no trabalho: **Desafios e intervenções**. Brazilian journal of implantology and health sciences, [S. l.], v. 7, n. 2, p. 1338–1348, 2025. DOI: 10.36557/2674-8169.2025v7n2p1338-1348. Disponível em: <https://bjih.s.emnuvens.com.br/bjih/article/view/5187>. Acesso em: 5 maio 2025.

AMORIM, Rose et al. **Saúde emocional de funcionários do recursos humanos no setor público**. Revista Contemporânea, [S. l.], v. 4, n. 4, p. e4092, 2024. DOI: 10.56083/RCV4N4-194. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/4092>. Acesso em: 17 maio 2025.

ANTUNES, Ricardo. **Trabalho e precarização numa ordem neoliberal**. A cidadania negada: políticas de exclusão na educação e no trabalho, v. 2, p. 35-48, 2001. Disponível em: <https://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/gt/20101010021549/3antunes.pdf>. Acesso em: 07 maio 2025.

ARÃO, Isabelle Rocha et. al. **O trabalho das diaristas através das plataformas digitais: a precarização e o impacto em sua saúde mental**. Trabalho (En)Cena, [S. l.], v. 9, n. Contínuo, p. e024010, 2024. DOI: 10.20873/2526-1487e024010. Disponível em: <https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/16857>. Acesso em: 8 junho 2025.

ARAÚJO, Juliana Bacelar; Clementino, Maria do Livramento Miranda; MIOTO, Beatriz Tamasso. **Precarização do trabalho e nova informalidade no urbano: permanências e transformações**. Cadernos Metrópole, [S. l.], v. 26, n. 59, p. 9–17, 2023. DOI: 10.1590/2236-9996.2024-5900. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/metropole/article/view/64687>. Acesso em: 7 junho 2025.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011. Acesso em: 25 junho 2025.

BARROS, Verónica Altes; MOURA JUNIOR, Álvaro Alves de. **Trabalhadores domésticos "diaristas": reflexões sobre a proteção social a partir da análise das condições de trabalho 10 anos após a Emenda Constitucional n. 72** = Domestic work without an employment relationship: reflections on social protection based on an analysis of working conditions 10 years after constitutional amendment n. 72. *Revista do Tribunal Regional do Trabalho da 8ª Região*, Belém, v. 57, n. 113, p. 139-158, jul./dez. 2024. Disponível em: <https://hdl.handle.net/20.500.12178/251058>. Acesso em: 30 junho 2025.

BRASIL. **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 11.324, de 19 de julho de 2006; e revoga o inciso I do art. 3º da Lei nº 8.009, de 29 de março de 1990. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 2 jun. 2015. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/lcp/lcp150.htm. Acesso em: 17 junho 2025.

CABRAL, Ivens Bruno Vieira; SILVA, Pedro Henrique Nobre da; SOUZA, Diego de Oliveira. **Precarização do trabalho e saúde do trabalhador: revisão e perspectivas**. *Trabalho & Educação*, Belo Horizonte, v. 30, n. 3, p. 51–65, 2022. DOI: 10.35699/2238-037X.2021.25729. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/trabedu/article/view/25729>. Acesso em: 11 junho 2025.

CASEMIRO, Poliana. **Crise de saúde mental: Brasil tem maior número de afastamentos por ansiedade e depressão em 10 anos**. G1, 10 mar. 2025. 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>. Acesso em: 30 abr. 2025.

DRUCK, Graça; FRANCO, Tânia. **Trabalho e precarização social: introdução**. *Caderno CRH*, Salvador, v. 24, n. spe 01, p. 9-13, 2011. Acesso em: 18 junho 2025.

ESTHER, Angelo Brigato; SOUZA, Bruna Gonçalves de. **Reflexões sobre a precarização de diaristas: uma análise a partir dos termos de uso de plataformas de trabalho**. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, [S. l.], v. 28, p. e-207014, 2025. DOI: 10.11606/issn.1981-0490.cpst.2025.207014. Disponível em: <https://revistas.usp.br/cpst/article/view/207014>. Acesso em: 8 junho 2025.

Estou me guardando para quando o carnaval chegar. Direção: Marcelo Gomes. Produção: Carnaval Filmes. Brasil: Vitrine Filmes, 2019. 1 vídeo (85 min). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=55I5xwsZvXY>. Acesso em: 25 abril 2025.

FERNANDES, Rita de Cássia Pereira. **O construto multidimensional trabalho precário, o futuro do trabalho e a saúde de trabalhadoras(es)**. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 39, n. 4, e00100522, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311XPT100522>. Acesso em: 11 junho 2025.

FRANCO, David Silva; FERRAZ, Deise Luiza da Silva; FERRAZ, Janaynna de Moura. **Economia política da uberização: a exploração dos trabalhadores conforme as três formas de intermediação do trabalho nas empresas-plataforma**. *Organizações & Sociedade*, Salvador, v. 30, n. 105, p. 367-396, 2023. Disponível em: DOI: 10.1590/1984-92302023v30n0012PT. Acesso em: 18 junho 2025.

GOMES, Edvânia Tôres Aguiar; MELIANI, Paulo Fernando. **Precarização do trabalho nos processos de produção têxtil e a formação de espaços liminares em Toritama, Pernambuco.** Revista de Geografia, [S. l.], v. 24, n. 1, p. 160–170, 2008. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/index.php/revistageografia/article/view/228686>. Acesso em: 21 maio 2025.

LEITE, Jéssica Pinheiro et al. **A Importância da gestão da saúde mental no ambiente de trabalho nas organizações: Revisão de literatura.** Brazilian journal of implantology and health sciences, [S. l.], v. 6, n. 7, p. 2139–2148, 2024. DOI: 10.36557/2674-8169.2024v6n7p2139-2148. Disponível em: <https://bjih.s.emnuvens.com.br/bjih/article/view/2674>. Acesso em: 30 abril 2025.

LIMA, Israel Coutinho Sampaio; SAMPAIO, José Jackson Coelho; SOUZA, Karlla Christine Araújo. **Implicações da precarização do trabalho para gestão laboral e do cuidado na Atenção Psicossocial Territorial.** Physis: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 34, e34071, 2024. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-7331202434071pt>. Acesso em: 25 abril 2025.

LUCCA, Sergio Roberto de et al. **Fatores de riscos psicossociais no trabalho: limitações para uma abordagem integral da saúde mental relacionada ao trabalho.** Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, São Paulo, v. 45, e18, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2317-6369000035118>. Acesso em: 25 abril 2025.

MASLACH, Christina; LEITER, Michael P. **The truth about burnout: how organizations cause personal stress and what to do about it.** San Francisco: Jossey-Bass, 1997. Acesso em: 24 outubro 2025.

ROMANINI, Moises. **Psicologia, educação e saúde mental: problematizações sobre/com a universidade.** Florianópolis: ABRAPSO Editora, 2024. E-book. ISBN 978-65-88473-29-0. Disponível em: https://site.abrapso.org.br/wp-content/uploads/2024/05/Livro-Psicologia-e-Saude-Mental_v2.pdf. Acesso em: 12 junho 2025.

SALES, Laís Maria Germano Canuto et al. **Elos entre a precarização laboral e a saúde mental do trabalhador.** PSI UNISC, 8(2), 173-189. Disponível em: [10.17058/psiunisc.v8i2.18520](https://doi.org/10.17058/psiunisc.v8i2.18520). Acesso em 25 abril 2025.

SANTOS, Breno Bittencourt; VASCONCELOS, Valtemira Mendes. **Fatores socioeconômicos e demográficos associados ao trabalho informal: o caso de Toritama, Pernambuco, Brasil.** Contemporânea, Rio de Janeiro, v. 8, n. 1, p. 289-316, Jan.-Jun. 2018. Disponível em: <https://www.contemporanea.ufscar.br/index.php/contemporanea/article/view/665>. Acesso em: 7 maio 2025.

SANTOS, Nilmar Francisco da Silva; ZACARON, Sabrina Silva. **Reestruturação produtiva, precarização social do trabalho e consequências societárias.** Temporalis, [S. l.], v. 24, n. 47, p. 395–407, 2024. DOI: 10.22422/temporalis.2024v24n47p395-407. Disponível em: <https://periodicos.ufes.br/temporalis/article/view/40517>. Acesso em: 5 maio 2025.

SILVA, Érico Gabriel da. **A necessidade e importância da promoção de saúde mental nas organizações**. Revista Livre de Sustentabilidade e Empreendedorismo, v. 8, n. 3, p. 49-65, mai./jun. 2023. ISSN 2448-2889. Disponível em: <https://doi.org/10.5281/zenodo.7942553>. Acesso em: 30 abril 2025.

SOUZA, Diego de Oliveira. **As dimensões da precarização do trabalho em face da pandemia de Covid-19**. Trabalho, Educação e Saúde, Rio de Janeiro, v. 19, e00311143, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00311>. Acesso em: 25 abril 2025.

STAKE, Robert E. **The art of case study research**. Thousand Oaks: Sage Publications, 1995. Acesso em: 20 outubro 2025.

VERGARA, Sylvia Constant. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. 16. ed. São Paulo: Atlas, 2016. Acesso em: 12 junho 2025.

VOSWINKEL, Stephan. **Sociologia do trabalho e desigualdade social: o “valor social da força de trabalho”**. Sociologias, [S. l.], v. 26, n. 63, p. e-soc137308, 2024. DOI: 10.1590/18070337-137308. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/sociologias/article/view/137308>. Acesso em: 11 junho 2025.

YIN, Robert K. **Estudo de caso: planejamento e métodos**. 5. ed. Porto Alegre: Bookman, 2015. Acesso em: 28 junho 2025.