

# O IMPACTO DA GESTÃO DO TEMPO NO COTIDIANO DAS MULHERES

**Jairo Alano de Bittencourt**  
jairo@ucb.br  
UCB

**Josias Nunes Barreto**  
jbarreto@ucb.br  
UCB

**Jairez Eloi Souza Paulista**  
jairez@ucb.br  
UCB

**Andressa Bernardino Cardoso**  
bcdessa@gmail.com  
UCB

**Marina Laura da Silveira Dutra**  
marina@ucb.br  
UCB

**Resumo:** A presente pesquisa se propõe a investigar qual o impacto que a gestão do tempo pode causar no cotidiano das mulheres de 25 a 39 anos de idade que residem em Taguatinga-DF e possuem dupla jornada de trabalho. Para tal, procurou-se conhecer a importância do tempo no cotidiano das pessoas, quais as técnicas de gestão que podem ser adotadas e relatar a dupla jornada de trabalho delas. Para atingir o resultado esperado foi realizada uma pesquisa aplicada descritiva de caráter qualitativo. Com o apoio da aplicação de questionários às mulheres com o perfil supracitado, que viabilizassem verificar a amostra no seu percurso natural, foi possível compreender que tipo de influência o modo que elas utilizam para gerenciar seu tempo pode causar diretamente na vida delas. Ao consolidar a pesquisa, verificou-se que a amostra analisada constitui-se de mulheres que possuem entre 25 e 27 anos, solteiras, sem filhos, com ensino médio ou superior concluídos e insatisfeitas com sua situação financeira, que se auto definem boas gestoras do tempo, mas que ficam indecisas quando são convidadas a avaliar o quanto a dupla jornada as prejudicam porque enfatizam mais as atividades urgentes do que as importantes no dia-a-dia.

**Palavras Chave:** Gestão do tempo - Dupla jornada de tra - Mulheres - Mercado de trabalho -

## 1. INTRODUÇÃO

Segundo pesquisa realizada pelo IBGE em 2010, as mulheres estão sobressaindo no Brasil. Além do mais, é maioria nos grandes centros porque buscam melhoria de qualidade de vida e, no caso da região centro-oeste, também porque o nível de instrução e as oportunidades são maiores. Nesse caso, de acordo com Pelegrini e Martins (2010) é importante salientar que a mulher urbana sempre teve dupla jornada de trabalho.

As Primeira e Segunda Guerras foram extremamente importantes para a inserção da mulher no mercado de trabalho, porque possibilitaram que elas cuidassem dos negócios da família, enquanto os homens iam para a guerra, logo depois, passaram a administrar pequenos negócios herdados dos pais. Porém, tamanha responsabilidade trouxe junto o estresse da dupla jornada de trabalho. (PELEGRINI; MARTINS, 2010). Mesmo assim, de acordo com Barbosa (2011) apenas 30% das atividades realizadas pelo brasileiro são realmente importantes. Barbosa revela também que as mulheres se focam mais entre as tarefas urgentes (44,39%) e importantes (30,99%).

Em 21 de outubro de 2012 o programa Fantástico, da TV Globo, inaugurou o “Mãe S/A”, quadro que mostra os dilemas das mães com dupla jornada de trabalho. Nessa ocasião, destacaram o seguinte dilema: “Se priorizam a família, vem a culpa por deixar a profissão em segundo plano. Se investem no trabalho, acham que estão falhando como mães”. No quadro do especialista em gestão empresarial, Max Gueringuer, que acompanha mães que decidiram gerir os próprios negócios. As mulheres relataram suas dificuldades e serão acompanhadas. Dentre as dificuldades mais citadas estão a falta que os filhos sentem delas dentro de casa e a dificuldade que possuem de delegar atividades da empresa, impossibilitando-as de tirar férias, de se afastarem por motivo de doença, terem momentos de folga, dentre outros.

Barbosa (2012) afirma ainda que 58% das mulheres com idade média de 34 anos não conseguem equilibrar sua vida pessoal e emocional de forma adequada, contra 42% que conseguem. Além do mais, apenas 22% delas afirmaram que dedicam tempo adequado para os relacionamentos familiares e afetivos. O dia a dia de 56% delas é usado apenas para viver a rotina, contra 44% que afirmaram usar seu tempo diário para a conquista de seus sonhos. O desejo de atingir a realização profissional gera atritos, que segundo Oliveira e Temudo (2008), originam-se da disposição de tempo necessário para desempenharem os papéis profissionais e familiares sem precisarem desistir de suas funções.

São os conflitos gerados pela dupla jornada de trabalho feminina que foram decisivos para motivar essa pesquisa, que objetiva investigar o impacto da gestão do tempo em suas tomadas de decisão. Para tal, foram aplicados 116 questionários para mulheres de 25 a 39 anos que trabalham em empresas privadas, durante 8 horas por dia ou mais, e também se dedicam à lida da casa. Além do mais, o estudo aborda autores referenciais na administração do tempo e dupla jornada feminina.

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

A evolução da sociedade teve três grandes fases: A revolução agrícola, a revolução industrial e a sociedade do conhecimento, que se fortificou com os avanços tecnológicos. Tudo isso foi possível após o surgimento da fala, que possibilitou o intercâmbio de informações e seus registros entre as pessoas. (MARQUES; MONTEIRO; OLIVEIRA, 2010)



**Figura1: A evolução da sociedade**

**Fonte:** Elaboração do autor. Consulta a (MARQUES; MONTEIRO; OLIVEIRA, 2010)

Toffler (2003), estudioso do futuro, em 1960 previu que a sociedade passaria por profundas transformações, as pessoas precisariam de mais tempo, o consumo dos descartáveis aumentaria, bem como a dedicação para obter mais qualidade de vida. Além do mais, ele dividiu a evolução da sociedade em três grandes ondas. A primeira remete-se à revolução agrícola, a segunda à revolução industrial e a terceira, trata basicamente da era do conhecimento. Em 2003, esse autor afirmou que a transformação da sociedade de trabalhador industrial para trabalhador do conhecimento, é um processo que já começou a ser sentido e trará consequências sociais, culturais, institucionais, morais e políticas, como por exemplo:

Em todas as empresas, mesmo em algumas das maiores organizações da “velha economia”, vemos mudanças de alto a baixo não apenas na tecnologia, mas também na estrutura organizacional; [...] na vida cada vez mais curta dos produtos; e, sobretudo, na velocidade acelerada das transações e do ritmo das mudanças em si; [...] o achatamento da hierarquia, a criação de alianças estratégicas em escala mundial, o avanço rumo à globalização e não podemos senão concluir que desconsiderar todas essas transformações simultâneas e cumulativas é muita ingenuidade. (TOFFLER,2003, pg7)

Também Drucker (1960, apud BARBOSA, 2011) já previu essas mudanças na sociedade e realizou um comparativo entre as diferenças apresentadas nos trabalhadores industriais e nos trabalhadores do conhecimento. Essas diferenças também foram compartilhadas e discutidas por Barbosa (2011), autor do quadro 1, apresentado abaixo. Ambos afirmam que uma ideia é capaz de gerar mais valor que horas de trabalho braçal.

**Quadro 1 – Diferenças Entre o Trabalhador Industrial e o do Conhecimento**

	Trabalhador industrial	Trabalhador do conhecimento
<b>Principal função</b>	Fazer / Fabricar	Pensar / Inovar
<b>Uso do corpo</b>	Físico	Mental
<b>Matéria-prima</b>	Peças / Dados	Informação / Conhecimento
<b>Meio de Comunicação</b>	Papel / Redes convencionais	Internet / E-mail
<b>Valorizado por</b>	Produção	Competências
<b>Trabalha</b>	Individualmente	Em grupo
<b>Uso do tempo</b>	Baseado em rotinas	Imprevisível

Fonte: (BARBOSA, 2011, pág 32)

É fácil identificar que o trabalhador da era do conhecimento irá voltar mais a sua atenção para si mesmo, para o seu desenvolvimento pessoal e, com a ajuda da tecnologia, possui a liberdade de trabalhar onde quiser, sem depender de um local fixo para tal e essa flexibilidade, se bem utilizada, pode significar mais tempo com a família e até mesmo para cuidar da saúde, do bem estar, do lazer, etc. Ele possui um perfil de trabalho mais racional e dinâmico que o trabalhador industrial. A forma de gerenciar o tempo e cuidar de si mesmo fará toda a diferença na sobrevivência deste trabalhador perante a sociedade. (EMMENDOERFER; DIAS, 2010)

Existem vários métodos que podem ser utilizados para auxiliar a gestão do tempo e ajudar as pessoas a aumentar a produtividade pessoal. Atualmente o autor brasileiro de maior destaque no assunto é Christian Barbosa. Ele propõe a criação de um novo modelo mental que objetiva diminuir ao máximo as tarefas deixadas para última hora, as urgentes. Segundo ele, 77% das urgências um dia foram atividades importantes e, transformadas em urgências, impedem as pessoas de se focar no que é realmente importante para si.

Sendo assim, o assunto será discutido tendo como referencial a metodologia sugerida por Barbosa no livro - A tríade do tempo. Para este trabalho, serão enfatizadas basicamente as duas partes mais importantes da obra, que são a Metodologia da Tríade e o Método Estrela.

## 2.1 A TRÍADE DO TEMPO

Propõe a classificação das atividades em três grupos: o da importância, da urgência e da circunstância. As tarefas importantes são aquelas que trazem resultados significativos a curto, médio e longo prazo e que possuem tempo para serem realizadas, podendo ser dias, meses, anos, etc. Por outro lado, tarefas urgentes são aquelas em que o tempo para realizá-las é curto ou já se esgotou e em geral causam estresse porque surgem em cima da hora, não podendo ser previstas. Por fim, tarefas circunstanciais são aquelas que não trazem resultado nenhum, são desnecessárias.

Para Barbosa, administra bem seu tempo quem consegue programar o cérebro para que mais atividades importantes sejam realizadas, diminuindo paulatinamente as urgências e as circunstâncias, respeitando as metas pessoais criadas de acordo com o autoconhecimento de

cada um. Logo, a esfera das importâncias deve ser maior que a das urgências e circunstâncias. A tríade é representada pela seguinte figura:



**Figura 2 – Tríade do tempo**

**Fonte: (Barbosa, 2011, pág 43)**

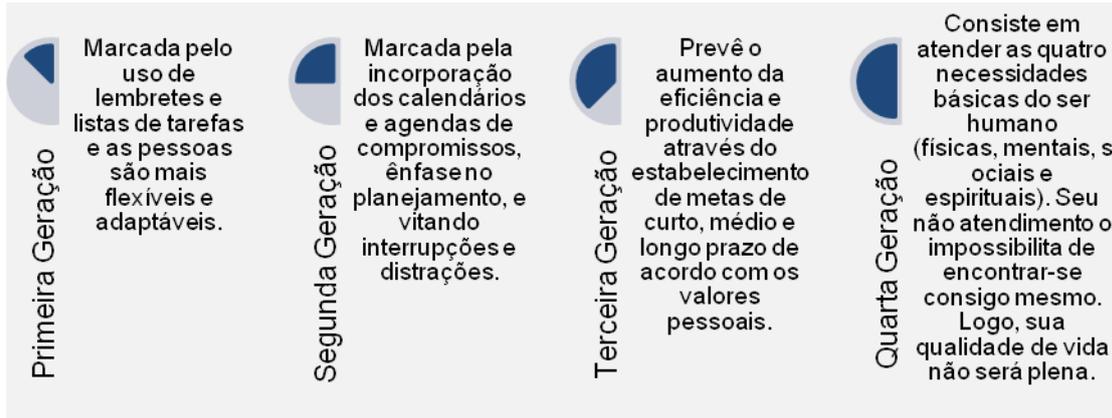
De acordo com Siqueira (2009) e Covey, Merrill e Merrill (2012), a matriz que norteava a administração do tempo até então foi elaborada pelo General Eisenhower e adotada posteriormente por outros estudiosos da área. Essa matriz representada no quadro 2, possibilita classificar as tarefas em quatro tipos, conforme descrito abaixo.

**Quadro 2 – Matriz de Eisenhower**

<p><b>Importante e urgente</b></p> <p>Atividades que se tornaram urgentes por não terem sido resolvidas a tempo. Geram falsa sensação de “heroísmo” pois conseguem resolver crises e “apagar incêndios”, porém, essas pessoas são mais estressadas.</p>	<p><b>Importante e não urgente</b></p> <p>Atividades de planejamento, melhoria, prevenção e antecipação. Gera qualidade de vida e se as atividades não forem realizadas, transformam-se em importantes e urgentes.</p>
<p><b>Não importante e urgente</b></p> <p>São atividades com tempo curto de realização e sentimento de falsa importância. Não são importantes para quem realiza e sim para outros e podem ser delegadas ou evitadas.</p>	<p><b>Não importante e não urgente</b></p> <p>São tarefas que de fato não alteram em nada para melhorar a vida de quem a executa. Caracteriza-se pelo desperdício de tempo com coisas triviais e improdutivas.</p>

**Fonte: Siqueira (2009)**

Esse tipo de matriz já não é mais suficiente para a sociedade do conhecimento, já que é difícil de classificar cada atividade na prática. A tríade do tempo prevê a quebra deste paradigma. Covey, Merrill e Merrill (2012) afirmam que a administração do tempo foi marcada por três gerações e fizeram a previsão da quarta, de acordo com a figura 3.



**Figura 3 – Os perfis da Sociedade**

Fonte: Covey, Merrill e Merrill (2012) – Elaboração do autor

Algumas metodologias ensinam que para priorizar determinada tarefa, a pessoa deve listar todas as atividades a desempenhar e classificá-las de acordo com a matriz de Eisenhower, enumerar em qual ordem começará a realizar aquelas tarefas esquematizando-as com letras e números, da mais importante e urgente para a menos importante, estimando inclusive qual o tempo necessário para realizar cada uma. (FOLHA ONLINE, 2007) É importante ressaltar que o bom senso e a adaptabilidade nesse momento são as mais valiosas das ferramentas.

A matriz de Eisenhower é aplicável, caso a pessoa se identifique com ela. Saber priorizar e equilibrar atividades evita que elas fiquem mecânicas e pouco prazerosas (BARBOSA, 2011).

## 2.2 MÉTODO ESTRELA

Barbosa (2011) afirma que a administração do tempo é muito pessoal e consiste basicamente da habilidade que uma pessoa tem de fazer escolhas. Sendo assim, não existe uma “fórmula mágica”. O Método Estrela, sugerido por ele e representado na figura abaixo, prevê a administração do tempo respeitando a identidade de cada um, seguida da elaboração de metas, planejamento e organização. Por fim, a próxima fase é a da execução.



**Figura 4 – Metodologia da Tríade, simbolizada por uma estrela.**

FONTE: (BARBOSA, 2011, pg. 81)

A identidade consiste na pessoa buscar o seu autoconhecimento, que vai definir exatamente aonde quer chegar e o porquê deve administrar seu tempo. A meta tem como principal

objetivo transformar os sonhos em realidade. O planejamento indica até que ponto a pessoa pode chegar e por isso, é uma das fases mais importantes do processo porque, se bem feito, reduz as urgências. Organização está relacionada à arrumação do ambiente, arquivos e conhecimentos, diminuindo o tempo de procura. A execução é a convergência de todas as fases, pois retrata o momento em que tudo será colocado em prática.

É importante considerar o tempo das pessoas que estão ao redor, pois umas dependem das outras para sobreviver. Estabelecer uma sincronia com os demais sabendo falar não, delegar atividades, lidar com interrupções, realizar reuniões mais produtivas, mandar e-mails, telefonemas, saber usar redes sociais, dentre outras, são ações que, se bem usadas, tornam-se boas aliadas nesse gerenciamento pessoal. Caso isso não seja observado, poderá ocorrer desperdício do tempo.

### 2.3 A GESTÃO DO TEMPO DA MULHER FACE À SUA DUPLA JORNADA DE TRABALHO

De subordinada a gestora, a mulher conquistou lugar no mercado de trabalho e mostrou para a sociedade que o sucesso não é dado somente devido ao gênero pessoal, mas sim porque aprimorou diversas competências ao longo do tempo. Persistente, está procurando mais liberdade financeira, pessoal, afetiva e a realização profissional. Busca qualificação constantemente e muitas delas procuram aperfeiçoar também o autoconhecimento, prática recente no meio empresarial como forma de aprimorar seu desempenho. (PELEGRINI; MARTINS, 2010) Porém, como em tudo, é necessário que a mulher evite exageros.

Segundo Palladino (2012), o mau uso do tempo e dificuldade de conciliar a vida afetiva com a profissional é um potencial gerador de estresse que atinge 67% das brasileiras, levando-as à 4ª posição no ranking mundial. O estresse é “o desequilíbrio entre o ambiente e o indivíduo” (KALIMO, 1980, apud ROCHA, 2001, p.541) e acontece porque as mulheres procuram manter relações familiares de acordo com os padrões tradicionais e ser profissionalmente modernas.

No entanto, a quebra desses paradigmas será lenta. Rocha (2001) em sua pesquisa afirma que 65% dos homens casados acham que é das mulheres o papel de cuidar dos filhos. Já as mulheres em decorrência, buscam apoio nas creches, escolas, parentes e babás para poderem dedicar a maior parte do tempo às tarefas domésticas e aos cuidados com os filhos. Afirma também que as exigências do trabalho e do seu papel como mulher perante a sociedade repercutem diretamente em sua saúde. Isso explica a causa das mulheres serem as mais afetadas por depressão, irritabilidade e ansiedade.

Outra pesquisa, realizada por Ferreira (2009), mostrou que para os homens as mulheres mantêm a dupla jornada porque buscam mais independência financeira e isso atrapalha no relacionamento pela falta de diálogo e convívio. Ferreira afirmou também que a mudança no pensamento do cônjuge é fundamental para a evolução da sociedade, mas a mulher ainda não tem consciência de que é possível gerenciar as interferências através de diálogo e atitudes.

Para tanto, é possível verificar que a dupla jornada é fruto da evolução da sociedade e do desejo de alcançar voos mais altos, e é aumentada cada vez mais com o fácil acesso às informações. Consiste nos cuidados que a mulher deve ter com a casa, o marido, os filhos e com sua função profissional, sendo impecável e deixando todos em ordem, tornando-a vulnerável à grande pressão psicológica e, conseqüentemente, à recepção das mais variadas doenças. Para adaptar-se a essa nova realidade é necessário o gerenciamento do tempo e quebra de paradigmas mentais.

### 3. MATERIAL E MÉTODOS

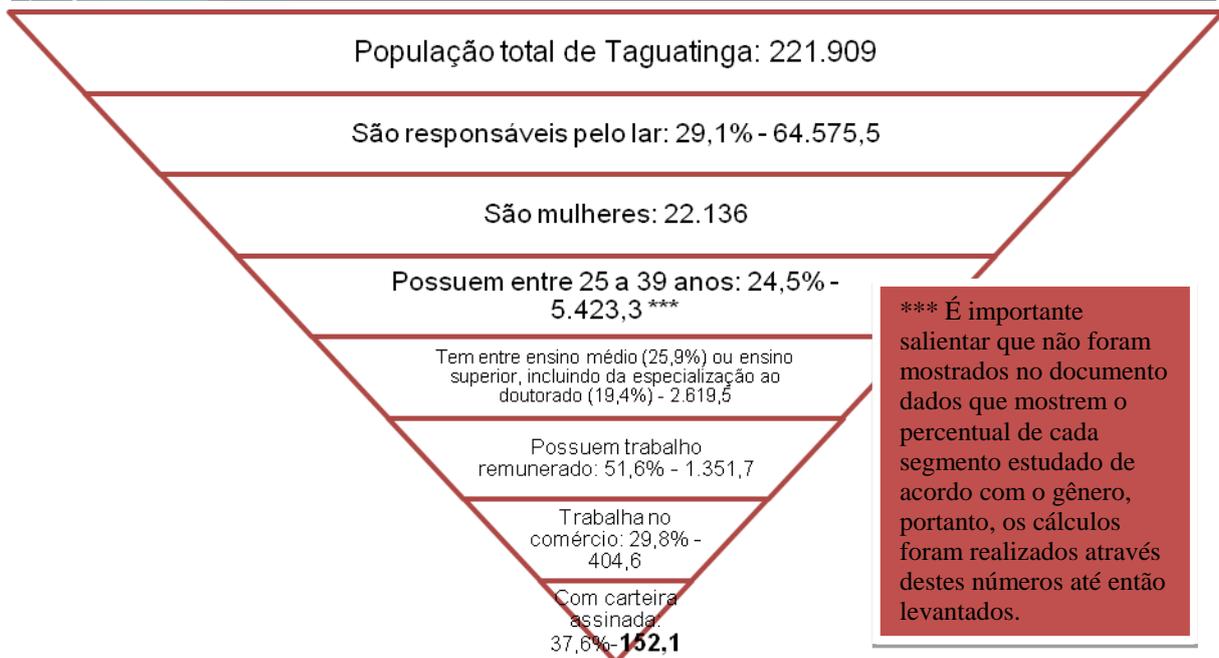
O objetivo central da pesquisa é investigar qual o impacto da gestão do tempo no cotidiano das mulheres. Conhecer a importância do tempo na vida das pessoas, as ferramentas e métodos adotados para bem administrá-lo e relatar como a mulher gere seu tempo face à dupla jornada de trabalho são os meios utilizados para atingir o objetivo central da pesquisa e assim, responder à seguinte pergunta: Como a gestão do tempo impacta no cotidiano das mulheres?

Para conseguir atingir o objetivo ora citado, foi realizada uma pesquisa de natureza aplicada do tipo descritiva, embasada de acordo com Lakatos (2011), aplicada com o intuito de coletar as informações em seu transcurso natural e assim poder realizar a descrição, o registro, a análise e a interpretação dos fenômenos atuais, através do estabelecimento de relações entre variáveis, objetivando observar o funcionamento do fenômeno no presente.

Foram investigadas mulheres de 25 a 39 anos de idade, com dupla jornada de trabalho que residem em Taguatinga-DF. Orientada por Flick (2009), a abordagem do problema realizou-se através de pesquisa qualitativa, apoiada pela quantitativa, através da aplicação de questionários, posteriormente tabulados em planilha eletrônica. Os procedimentos científicos adotados, de acordo com Lakatos (2011), constituem-se de levantamento de dados através de pesquisas documentais e bibliográficas e a pesquisa de campo.

A amostra analisada é constituída de 116 mulheres, tendo sido calculada com base nos dados fornecidos pelo IBGE, CODEPLAN e PDAD 2011 de Taguatinga. Taguatinga foi eleita pelo seu potencial gerador de empregos, que perde apenas para o Plano Piloto e também porque participa do pólo econômico de maior importância para o Distrito Federal. Juntamente com Ceilândia e Samambaia, concentram 40% da população total e 30% dos estabelecimentos comerciais e de serviços.

O cálculo da amostra foi realizado consultando a CODEPLAN, que informou que 29,1% da população total de Taguatinga (221.909) se considera responsável pelo lar, perfazendo um total de 64.575,5 pessoas. Verificou-se também nas fontes acima citadas, outros dados relevantes para a pesquisa que foram utilizados para fazer um afinilamento das informações e levantar o perfil de mulheres que se deseja estudar. Este afinilamento pode ser verificado através da figura 5, que traz o perfil escolhido, seguido da porcentagem e sua respectiva quantidade.



**Figura 5 – Demonstrativo do cálculo da amostra da pesquisa**

**Fonte: Elaboração do autor**

Sendo assim, 152,1 mulheres trabalham no comércio, com carteira assinada, possuem idade de 25 a 39 anos, são responsáveis pelo lar e tem escolaridade igual ou superior ao ensino médio, que formam o universo da presente pesquisa. Aplicou-se então a fórmula do cálculo da amostra que chegou à quantidade de 111 questionários, que foram aplicados às mulheres que trabalham em Taguatinga Sul, na Avenida Comercial Sul e ruas paralelas à ela, no Pistão Sul, Universidade Católica, e em Taguatinga Norte, no Hospital Anchieta, nos meses de setembro e outubro de 2012. Foram aplicados cinco questionários a mais do que a quantidade prevista.

#### 4. RESULTADOS

Os questionários foram aplicados para mulheres de 25 a 39 anos. Desta amostra, se sobressaíram as que possuem de 25 a 27 anos. 10 respondentes estão fora da idade buscada, porém seus questionários foram considerados. As solteiras são maioria absoluta (49%), seguido pelas casadas, que representam 35% da amostra. 50% das mulheres entrevistadas não possuem filhos, trabalham no nível operacional (58%) e participaram de algum curso, palestra, treinamento ou qualificação nos últimos dois anos (71%).

Embora a amostra traga uma maior quantidade de mulheres cujo perfil se revela de pessoas muito jovens, solteiras, sem filhos e que ocupem na sua grande maioria o nível operacional, percebe-se que elas possuem 10 anos ou mais de serviço, revelando uma discordância com os demais dados levantados.

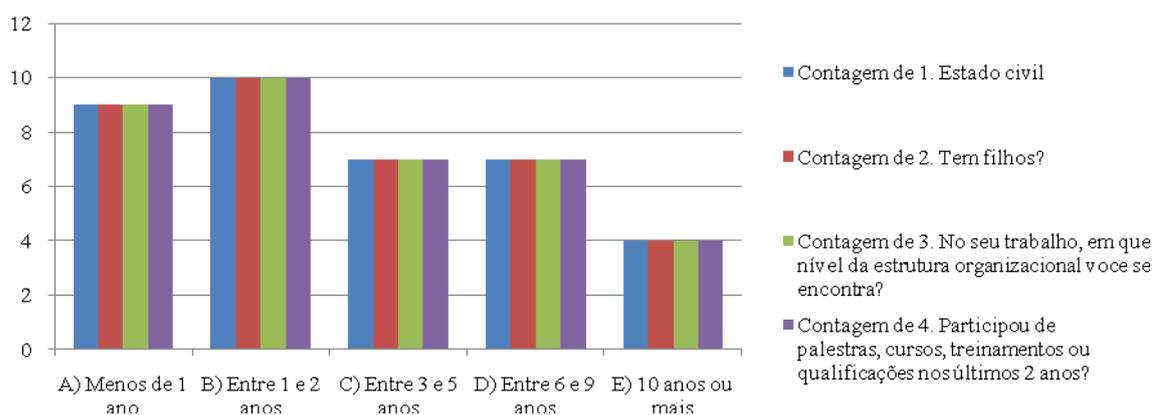
**Tabela 1 – Qual o seu tempo de serviço total?**

Tempo de serviço total	f	%
A) Menos de 1 ano	18	15,65
B) Entre 1 e 2 anos	23	20,00
C) Entre 3 e 5 anos	18	15,65
D) Entre 6 e 9 anos	14	12,17
E) 10 anos ou mais	42	36,52
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100</b>

Fonte: Elaboração do autor

Em contrapartida, se for realizado um estudo específico das respondentes de 25 a 27 anos, com o perfil citado acima, é possível perceber que a grande maioria tem tempo de serviço total de um a dois anos. Apenas 4 delas afirmaram trabalhar a mais de 10 anos.

**Comparativo- Tempo de serviço total e outros**



**Gráfico 1 –Tempo de serviço total das mulheres solteiras, sem filhos, que trabalham no nível operacional e tenham participado de algum curso, palestra, treinamento ou qualificação nos últimos 2 anos**

Fonte: Elaboração do autor

Quanto à escolaridade, ou possuem o ensino médio (45%) ou a graduação (34%) concluídas. Apenas 1% declarou ter mestrado concluído. Declararam-se de classe média baixa (57%) embora não aparentassem. Apenas 1% se considerou de classe alta e demonstrou insatisfação financeira ao responder o questionário. A maioria absoluta trabalha de 6 a 8 h/d formando 68% da população analisada. As que trabalham de 13 h/d ou mais, quando somadas, formam 7% da amostra.

Quando perguntadas se conseguem manter o equilíbrio ideal entre a vida profissional e pessoal, 62% concordaram. Mostraram-se indecisas quando convidadas a avaliar se a dupla jornada lhes prejudica, trazendo respostas muito parecidas: 33% concordam, 34% discordam e 29% não concordam nem discordam. Além do mais, a maioria (40%) discorda que dedica tempo suficiente para família, parceiro e amigos, contra 38% que afirmaram dedicar.

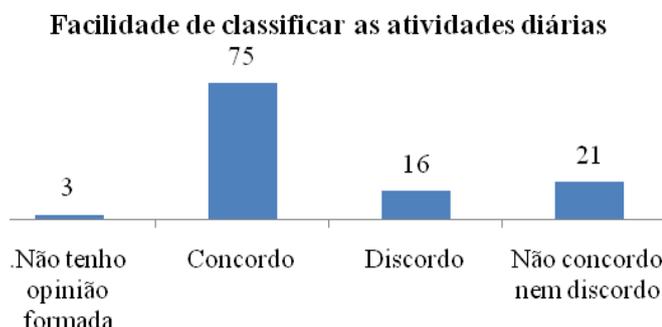
**Tabela 2 - Na sua percepção, a dupla jornada de trabalho lhe prejudica tanto profissional quanto pessoalmente?**

A dupla jornada de trabalho te prejudica?	f	%
Não tenho opinião formada	3	2,61
Concordo	38	33,04
Discordo	40	34,78
Não concordo nem discordo	34	29,57
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100</b>

Fonte: Elaboração do autor

No tocante profissional, 75% das mulheres gostariam de dedicar mais tempo para alavancar na carreira e 38% dedicaria menos tempo ao trabalho para estar ao lado da família, contrastadas por 37% que não fariam isso e 22% fariam em partes.

Em contrapartida, se afirmaram boas gestoras do tempo já que possuem facilidade de planejar e anotar suas atividades diárias (59%) e facilidade de classificá-las em importantes, emergenciais ou circunstanciais (65%). A porcentagem das mulheres que possuem facilidade de priorizar e executar as atividades que classificam se mantém (65%). De acordo com seus relatos espontâneos enquanto respondiam o questionário, percebe-se que elas utilizam o formato tradicional da administração do tempo, baseado na matriz de Eisenhower, onde as atividades que são urgentes e importantes são feitas prioritariamente.



**Gráfico 2 - Você tem facilidade de classificar suas atividades diárias em importantes, emergenciais ou circunstanciais?**

Fonte: Elaboração do autor

Quanto ao planejamento de suas metas de curto, médio e longo prazo de acordo com o autoconhecimento, 56% afirmaram ter facilidade na elaboração destas. Chamaram seus planos de sonho e lamentaram que nem sempre conseguem realizá-lo. Quase metade delas (48%) afirmou que realiza atividades relevantes para suas vidas e, de acordo com seus comentários, a maioria dessas atividades está relacionada ao trabalho. Mesmo afirmando que passam o dia-a-dia realizando atividades importantes para suas vidas, 41% delas sente que está apenas vivenciando a rotina diária. Contudo, 67% das mulheres afirmaram que a família apoia na lida da casa para que possam trabalhar.

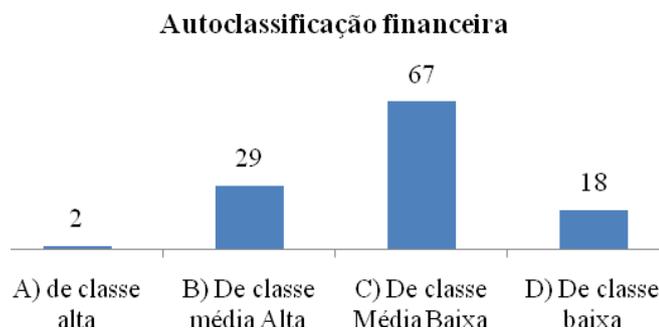
## 5. DISCUSSÃO

Pelo resultado da pesquisa, verificou-se que as mulheres solteiras são maioria, compondo 49% da amostra recolhida. Se forem agrupadas as solteiras, separadas, divorciadas e viúvas, somam 57% contra as casadas (35%) e companheiras (6%), que juntas são 41%. Mulheres sem filhos também se destacam (50%). Oliveira e Temudo (2008) explicam que os conflitos vividos pelas mulheres em sua dupla jornada fazem com que muitas deixem o relacionamento em segundo plano ou a carreira em segundo plano quando o foco principal é a família.

Grande maioria das mulheres trabalha no operacional e isso pode ser explicado porque o nível escolar delas é de prioritariamente ensino médio completo (45%). As que possuem graduação completa também estão em quantidade expressiva de 34%. Considerando a idade, pode-se presumir que concluíram o nível superior a pouco tempo. Os números confirmam pesquisa da CODEPLAN (2011) que afirma que 1.351,7 mulheres do DF com idade de 25 a 39 anos são responsáveis pelo lar, possuem um trabalho remunerado e escolaridade igual ou superior ao ensino médio.

Ainda, de acordo com a referida pesquisa, 29,8% da população de Taguatinga trabalha no comércio, o que explica o percentual elevado de mulheres (68%) que afirmou trabalhar de 6 a 8 horas diariamente. São mulheres que ingressaram no trabalho entre um e dois anos atrás, conforme se pode verificar no gráfico 8, e que investem pesadamente em qualificação (71% de acordo com dados da pesquisa. Outro fator relevante é que 57% se declararam de classe média baixa embora não aparentassem, isto é reflexo da alta insatisfação financeira que possuem. Quando a mulher trabalha, busca também liberdade e realização financeira. (PELEGRINI; MARTINS, 2010)

O estudo revelou que apesar de a mulher lidar constantemente com a dupla jornada de trabalho, ela ainda não possui uma opinião bem formada sobre o assunto. É possível verificar isso abaixo através do gráfico 3, onde as respostas foram muito parecidas e não refletiram as 62% que conseguem manter o equilíbrio ideal entre a vida profissional e pessoal. Consultando Ferreira (2009) compreende-se que as mudanças da sociedade estão acontecendo, mas a mulher ainda não tem consciência apurada de que é possível gerenciar as interferências através de suas atitudes.



**Gráfico 3 –Financeiramente, você se considera uma pessoa:**

**Fonte: Elaboração do autor**



Em contrapartida, elas possuem clareza do que querem: 75% afirmaram que gostariam de dedicar mais tempo para alavancar na carreira. Pelegrini e Martins (2010) disseram que as mulheres estão cada vez mais buscando qualificação e aperfeiçoamento. Nas perguntas 11 e 13, representadas pelos gráficos 12 e 14, em anexo, foram convidadas para julgar a sua dedicação aos relacionamentos e as respostas foram semelhantes em ambas, demonstrando dificuldade em avaliar o uso de seu tempo. É importante atentar-se para esse dado, já que para Palladino (2012), mau uso do tempo e dificuldade de conciliar a vida afetiva com a profissional é um potencial gerador de estresse, que atinge 67% das brasileiras.

No quesito administração do tempo, as respostas foram unânimes mostrando que possuem facilidade em classificar suas atividades diárias, priorizá-las e executá-las. Enquanto respondiam os questionários, afirmaram espontaneamente que fazem sempre o que é urgente primeiro, sempre deixando as outras coisas de lado. Mostraram também que possuem facilidade de elaborar metas de curto, médio e longo prazo de acordo com seu autoconhecimento. Chamaram seus planos de sonho e afirmaram que nem sempre conseguem realizá-lo.

Barbosa (2011) mostra que as mulheres se focam mais entre as tarefas urgentes (44,39%) e importantes (30,99%), porém, é uma prática prejudicial porque a mulher passará boa parte do seu dia se dedicando às urgências e fazendo poucas coisas relevantes para sua vida, embora não concordem, já que 48% delas afirmaram realizar atividades relevantes para suas vidas. Observando seus relatos espontâneos, pode-se verificar que essas atividades ou são seus trabalhos ou algo intimamente relacionado a eles. Poucas relataram como atividades importantes para si ir à academia, namorar, ir ao cinema, etc.

O fato de se focarem mais nas tarefas urgentes também pode explicar porque 41% delas afirmaram estar apenas vivenciando sua rotina diária, mesmo considerando-se boas administradoras do tempo. Outro fator que merece destaque é que a maioria (78%) recebe apoio da família na lida da casa para que possa ir trabalhar, mostrando uma mudança da forma com que a sociedade vê a mulher, quando comparada a décadas atrás. No entanto ainda há muito a mudar. Rocha (2001) afirmou que 65% dos homens casados acham que é das mulheres o papel de cuidar dos filhos.

## 6. CONCLUSÃO

A maior parte da população do Brasil é constituída por mulheres, que se encontra em crise porque seu desenvolvimento perante a sociedade trouxe consigo algumas consequências, como a falta de tempo. Ao assumir uma vida com dupla jornada de trabalho elas acabam se vendo forçadas a dedicarem-se mais à família, deixando de lado seu desenvolvimento profissional ou dedicarem-se mais ao seu lado profissional e sentirem-se culpadas por deixar suas famílias em segundo plano.

O resultado disso são mulheres jovens com dificuldades de equilibrar sua vida pessoal e emocional de forma adequada e que ficam vulneráveis à doenças como estresse, depressão, dentre outras. Em face à seguinte problematização decidiu-se estudar qual o impacto que a gestão do tempo causaria na vida destas mulheres. A pesquisa se propôs a dar um olhar diferenciado às causas femininas e levantou dados instigantes.



O perfil levantado bate com o previsto pela literatura: mulheres solteiras, sem filhos, que trabalham na área operacional há pouco tempo e estão em busca constante de qualificação. Possuem ensino médio ou graduação concluídos e estão insatisfeitas com sua situação financeira atual. São mulheres que se auto definem boas gestoras do tempo, que consideram conseguir manter um bom equilíbrio entre a vida pessoal e profissional, mas que ficam indecisas quando são convidadas a avaliar o quanto a dupla jornada as prejudica.

A explicação para isto é Barbosa (2011) quem dá, quando explica que estas mulheres estão dependendo de toda a sua energia diária resolvendo atividades urgentes e quase não dão a merecida ênfase àquelas atividades que de fato trarão resultados importantes para suas vidas. Estão propensas ao estresse, mas ficam desamparadas, pois não possuem a devida instrução da forma correta de se administrar o tempo, que seria programar o cérebro para realizar primeiro as tarefas que são importantes, evitando que se tornem urgências.

De posse deste conhecimento fica facultado às mulheres uma sugestão de melhoria na forma de gerir seu próprio tempo e, com essa ferramenta, conseguir se adequar para enfrentar os desafios diários que surgirão.

No momento da elaboração da pesquisa, verificou-se que praticamente inexistente literatura específica sobre este tema. Por conta disso, foi necessário levantar artigos e opiniões em vários sites tratando do assunto. É um processo que exige um olhar bastante crítico do pesquisador, porque por muitas vezes a literatura encontrada não é confiável, o que dificulta o processo. Talvez isto explique a dificuldade que as mulheres possuíam em entender o que estava sendo perguntado no questionário, que fora construído com termos especificamente utilizados pelos estudiosos da administração do tempo.

A temática abordada pela pesquisa é instigante e sugere outros estudos mais aprofundados, uma vez que lida diretamente tanto com a produtividade das mulheres, sendo de interesse das empresas, quanto com a qualidade de vida de todos os homens e mulheres que desejarem se adequar às mudanças que a sociedade do conhecimento impõe.

Um aprofundamento sobre o que se espera da sociedade na era do conhecimento, a elaboração de estudos de casos de mulheres que lidam com dupla e também tripla jornada de trabalho é recomendado.

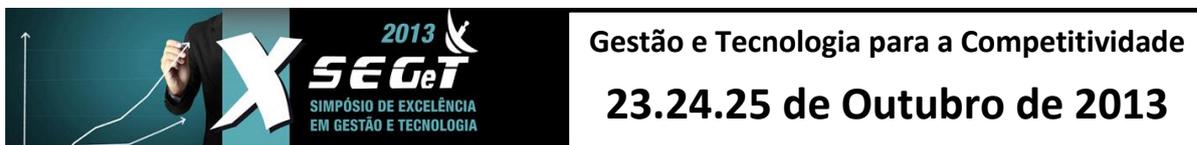
## 7. REFERÊNCIAS

BARBOSA, Christian. **A tríade do tempo**. Rio de Janeiro: Sextante, 2011. 256 p.

\_\_\_\_\_. **Introdução do livro:** Você, dona do seu tempo. Disponível em: <[http://www.triadedotempo.com.br/mulher/mulheres/aquivos/introducao\\_livro.pdf](http://www.triadedotempo.com.br/mulher/mulheres/aquivos/introducao_livro.pdf)>. Acesso em: 04 maio 2012.

COTA, Marcelo Foresti De Matheus; IKEDA, Ana Akemi; SBRAGIA, Roberto. Lições Aprendidas no Desenvolvimento de Dissertações e de Teses em Administração. In:

COVEY, Stephen R.; MERRILL, A. Roger; MERRILL, Rebecca R. **First Things First: To Live, to Love, to Learn, to Leave a Legacy**. Disponível em:



<[http://leaderinaction.web.officelive.com/Documents/FirstThingsFirst\\_BIZ.pdf](http://leaderinaction.web.officelive.com/Documents/FirstThingsFirst_BIZ.pdf)>. Acesso em: 28 abr. 2012.

DISTRITO FEDERAL. Síntese de Informações Socioeconômicas. Brasília, 2010. 89 p. Disponível em: <<http://www.codeplan.df.gov.br/sites/200/216/00000749.pdf>>. Acesso em: 12 jun. 2012.

\_\_\_\_\_. Pesquisa distrital por amostra de domicílios –

Taguatinga – PDAD 2011. Brasília, 2011. 55 p. Disponível em: <<http://www.codeplan.df.gov.br/sites/200/216/00000600.pdf>>. Acesso em: 12 jun. 2012.

EMMENDOERFER, Magnus Luiz; DIAS, Fernando Skackauskas. “MÁQUINAS DE ENSINAR ?”: Um estudo comparativo do controle simbólico do tempo com docentes de cursos de administração em duas IES de Belo Horizonte – MG. **Revista Alcance**, Belo Horizonte, MG, v. 14, n. 3, p.385-404, set. dez. 2010. Trimestral.

FANTÁSTICO (Brasil). Mãe S/a (Ed.). **Mães empreendedoras têm que conciliar carreira e família**. Disponível em: <<http://fantastico.globo.com/Jornalismo/FANT/0,MUL1681910-15605,00->

MAES+EMPREENDEDORAS+TEM+QUE+CONCILIAR+CARREIRA+E+FAMILIA.html >. Acesso em: 23 out. 2012.

FERREIRA, Renata Silvério. **Dupla jornada de trabalho da mulher: a percepção do cônjuge masculino**. 2009. 71 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão, Sc, 2009. Disponível em: <[http://portal2.unisul.br/content/navitacontent\\_/userFiles/File/cursos/cursos\\_graduacao/Psicologia-tb/tcc2009-b/RenataSilverioFerreira.pdf](http://portal2.unisul.br/content/navitacontent_/userFiles/File/cursos/cursos_graduacao/Psicologia-tb/tcc2009-b/RenataSilverioFerreira.pdf)>. Acesso em: 13 abr. 2011.

FLICK, Uwe. Introdução à pesquisa qualitativa. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2009. 405 p.

FOLHA ONLINE. **Livro ensina a fixar prioridades para ganhar tempo**. Disponível em: <<http://www1.folha.uol.com.br/folha/publifolha/ult10037u339049.shtml>>. Acesso em: 25 out. 2007.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (Brasil). **Censos demográficos**. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010>>. Acesso em: 07 abr. 2012.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Técnicas de pesquisa**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2011. 277 p.



Gestão e Tecnologia para a Competitividade

23.24.25 de Outubro de 2013

OLIVEIRA, Mónica; TEMUDO, Eva. **Mulheres estudantes trabalhadoras na Universidade do Porto: uma licenciatura "fora de tempo" ou "sem tempo"?**. Ex Aequo, Portugal, Pt, n. 18, p.147-173, 2. Sem. 2008.

PALLADINO, Rita. **Dia da Mulher Estressada.** Disponível em: <<http://blog.maistempo.com.br/2012/03/08/dia-da-mulher-estressada/>>. Acesso em: 08 mar. 2012.

PELEGRINI, Jordana; MARTINS, Silvana Neumann. **A história da mulher no trabalho: da submissão às competências. Um resgate histórico e as gestoras lajeadenses neste contexto. Destaques Acadêmicos**, Lajeado, Rs, v. 2, n. , p.57-66, abr.- jun. 2010. Trimestral. Disponível em: <<http://www.univates.br/revistas/index.php/destaques/article/view/219/161>>. Acesso em: 05 abr. 2012.

REZENDE, Yara. **Informação para negócios: os novos agentes do conhecimento e a gestão do capital intelectual.** El Profesional de La Información, [s. L.], v. 10, n. 5, p.21-32, mayo 2001.

ROCHA, Lys Esther; DEBERT-RIBEIRO, Myriam. **Trabalho, saúde e gênero: estudo comparativo sobre analistas de sistemas. Saúde Pública.** São Paulo, Sp, v. 35, n. 6, p.539-547, 13 ago. 2001. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v35n6/7066.pdf>>. Acesso em: 26 maio 2012.

SIQUEIRA, Jairo. **Como usar melhor o seu tempo e se tornar mais eficaz e produtivo.** Disponível em: <<http://criatividadeaplicada.com/2009/11/28/como-usar-melhor-o-seu-tempo-e-se-tornar-mais-eficaz-e-produtivo/>>. Acesso em: 28 nov. 2009.

TOFFLER, Alvin. **Futuro.** In: EXPOMANAGEMENT, 2003., 2003, São Paulo. **Exposição.** São Paulo: Hsm, 2003. p. 1 - 13. Disponível em: <[http://www.fesppr.br/~guil/OSM\\_Guil/AlvinToffler%28P%29.pdf](http://www.fesppr.br/~guil/OSM_Guil/AlvinToffler%28P%29.pdf)>. Acesso em: 22 mar. 2012.