

Sobrecarga de trabalho eleva risco de depressão entre mães cientistas

A porcentagem de mães cientistas com sintomas de depressão foi quase o dobro da verificada entre pais com a mesma carreira, segundo pesquisa apresentada como dissertação de mestrado em Ciências Biomédicas da Universidade Federal Fluminense. Entre as mães entrevistadas, 42% apresentaram sinais da doença, em comparação a 22% dos pais.

A pesquisadora Sarah Rocha Alves acredita que esse adoecimento está relacionado com a sobrecarga de trabalho doméstico e de cuidado.

“Historicamente, as mães têm assumido uma responsabilidade desproporcional na criação dos filhos, e os resultados da pesquisa confirmaram o que já era esperado”, avalia.

Dados complementares da pesquisa reforçam essa conclusão, ao mostrar, por exemplo, que a proporção de mães solo com sintomas foi cerca de 11 pontos percentuais maior do que a daquelas que dividem a criação dos filhos. A diferença foi semelhante entre as mães sem rede de apoio e as que contam com alguma ajuda. Além disso, quase 60% das mães de crianças com deficiência apresentaram alta probabilidade de ter depressão, assim como mais de 54% das mães negras.

De acordo com Sarah, os entrevistados responderam a um questionário chamado PHQ-9, amplamente utilizado para diagnosticar sintomas de depressão. A pesquisa foi realizada em março e junho de 2022, período de arrefecimento da pandemia da covid-19 no Brasil.

“Já estávamos no retorno parcial das atividades, mas essas mulheres ainda estavam sobrecarregadas, conciliando trabalho doméstico, cuidados das crianças e atividades acadêmicas, o que acabou sendo mais complicado para elas. Mas a pandemia só exacerbou o que já era esperado”, argumenta a pesquisadora.

Carreira

Além das consequências para a saúde mental, Sarah acredita que essa sobrecarga também impacta a carreira dessas pesquisadoras. “As mulheres são maioria na graduação e pós-graduação, mas a medida que elas vão avançando, têm uma limitação porque elas não têm políticas de apoio para serem aceitas e conquistarem cargos superiores”.

Sobrecarga de trabalho eleva risco de depressão entre mães cientistas

Levantamento do movimento Parent in Science estima que as mulheres vivenciam uma queda na produtividade que pode durar até 6 anos, após o nascimento dos filhos, o que não acontece com os homens que se tornam pais. Isso provoca um efeito conhecido como “teto de vidro”, que descreve a maior dificuldade que as mulheres têm de ascender em suas carreiras.

Por isso, a pesquisadora defende mudanças na cultura acadêmica e cita como bons exemplos uma iniciativa da própria Universidade Federal Fluminense, que dá créditos a pessoas com filhos nas suas seleções acadêmicas, e os editais da Fundação de Amparo à Pesquisa do Rio de Janeiro exclusivo para cientistas mães. Ela também considera um avanço a lei sancionada em julho pelo presidente Luiz Inácio Lula da Silva que prorroga o prazos de conclusão na educação superior para pessoas que tiverem filhos.

Edição:

Fernando Fraga
Agência Brasil