

Empreendedorismo Feminino, Gestão do tempo e qualidade de vida: estudo com microempreendedoras do Distrito Federal

Autoria

Deyse Pereira de Souza

Curso de Administração/Faculdade Projeção Sobradinho

Professor Orientador

Veruska Albuquerque Pacheco

Resumo

O microempreendedorismo feminino tem ganhado destaque na economia do país, e nesse sentido percebe-se que é essencial uma boa gestão do tempo para o alcance dos objetivos organizacionais. O objetivo geral do estudo foi analisar a gestão do tempo das microempreendedoras e seus impactos na qualidade de vida. O estudo de caso foi realizado com uma amostra por conveniência composta por 60 microempreendedoras do Distrito Federal. Os dados foram coletados por meio da Tríade do Tempo (importante, urgente e circunstancial). Quanto aos resultados da tríade, os dados apontaram maior propensão à redução da produtividade, estresse e doenças ocasionadas pela valorização das atividades urgentes do que as importantes. Nota-se que um padrão mental sobre a gestão do tempo é primordial como estratégia para o gerenciamento do tempo das microempreendedoras, e a partir da valorização da esfera da importância e diminuição das demais, há um equilíbrio tanto na vida profissional como na vida particular.

Palavras Chave: empreendedorismo feminino; gestão do tempo; qualidade de vida.

ÁREA TEMÁTICA
Empreendedorismo, Startups e Inovação

**EMPREENDEDORISMO FEMININO, GESTÃO DO TEMPO E
QUALIDADE DE VIDA: ESTUDO COM
MICROEMPREENDEDORAS DO DISTRITO FEDERAL**

RESUMO

O microempreendedorismo feminino tem ganhado destaque na economia do país, e nesse sentido percebe-se que é essencial uma boa gestão do tempo para o alcance dos objetivos organizacionais. O objetivo geral do estudo foi analisar a gestão do tempo das microempreendedoras e seus impactos na qualidade de vida. O estudo de caso foi realizado com uma amostra por conveniência composta por 60 microempreendedoras do Distrito Federal. Os dados foram coletados por meio da Tríade do Tempo (importante, urgente e circunstancial). Quanto aos resultados da tríade, os dados apontaram maior propensão à redução da produtividade, estresse e doenças ocasionadas pela valorização das atividades urgentes do que as importantes. Nota-se que um padrão mental sobre a gestão do tempo é primordial como estratégia para o gerenciamento do tempo das microempreendedoras, e a partir da valorização da esfera da importância e diminuição das demais, há um equilíbrio tanto na vida profissional como na vida particular.

Palavras Chave: empreendedorismo feminino; gestão do tempo; qualidade de vida.

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, o empreendedorismo tem sido pauta de estudos e de intervenções, dada sua importância como ferramenta de criação e crescimento de negócios, e conseqüentemente de desenvolvimento das nações. No Brasil, em especial, o microempreendedorismo vem se propagando em uma crescente. O escopo desse trabalho está voltado a um nicho específico, o empreendedorismo feminino. Seja por oportunidade ou necessidade, vê-se que a taxa de empreendedores homens e mulheres são bem equilibradas. Exemplo disso é que o ingresso das mulheres no empreendedorismo em 2016 foi equivalente a 19,9% em novos e nascentes empreendimentos, dos quais 14,3% possuem estabilidade. Entretanto, relatos das mulheres vêm evidenciando que elas sofrem dificuldades para conciliar demandas da família e do empreendimento (GEM, 2017).

Assim, na busca das empreendedoras para continuarem competitivas no mercado, entre as longas jornadas de trabalho e o desdobramento para o alcance dos resultados, as famílias acabam ficando em segundo plano. Assim, entende-se que a gestão do tempo é imprescindível para contribuir de forma significativa para dar conta da multiplicidade de papéis das mulheres, em várias esferas da vida, de forma a propiciar a essa mulher melhor qualidade de vida. Tem-se então, a partir desse breve panorama, o seguinte problema de pesquisa: como conciliar a gestão do tempo das microempreendedoras como fonte relevante na qualidade de vida?

Sendo assim, o objetivo geral desse trabalho é analisar a gestão do tempo de microempreendedoras de uma região do DF e seus impactos na qualidade de vida. Para atender ao objetivo geral, foram definidos os seguintes objetivos específicos: mapear o perfil das microempreendedoras; identificar as estratégias de gestão do tempo das microempreendedoras; e analisar os impactos da gestão do tempo na qualidade de vida das microempreendedoras.

Na perspectiva acadêmica o tema empreendedorismo feminino ainda tem sido pouco explorado no Brasil, de forma que desenvolver estudos sobre esse grupo particular é de grande relevância. Na perspectiva social, o trabalho também justifica-se ao se perceber que é lugar comum que, historicamente, a mulher vem tentando ocupar seus espaços no mercado de trabalho, com o desafio de manter equilíbrio entre o seu papel na esfera profissional e em outras esferas da vida pessoal. Assim, estudar como esse tipo de empreendimento impacta na qualidade de vida das mulheres pode trazer direcionamentos para desenvolver estratégias para equilibrar sua vida de negócios e família.

O presente trabalho está estruturado da seguinte forma: seguido da presente introdução, tem-se o referencial teórico que serve de base para a compreensão da literatura na temática. Em seguida, apresentam-se os métodos e técnicas que nortearam a condução da pesquisa. Na seção seguinte, têm-se os resultados do estudo e a sua discussão à luz da teoria estudada. Por fim, apresentam-se as conclusões do trabalho e as referências utilizadas.

REFERENCIAL TEÓRICO

Empreendedorismo e empreendedorismo feminino

A definição do termo empreendedorismo caracteriza-se pelo “o envolvimento de pessoas e processos que, em conjunto, levam à transformação de ideias em oportunidades. A perfeita implementação dessas oportunidades leva à criação de

negócios de sucesso” (DORNELAS, 2016, p. 27). O Global Entrepreneurship Monitor - GEM (2017, p. 110), define o empreendedorismo sendo “qualquer tentativa de criação de um novo negócio ou novo empreendimento como, por exemplo, uma atividade autônoma, uma nova empresa ou a expansão de um empreendimento existente”.

Mas, em termos conceituais o que é empreendedor? “O empreendedor é um indivíduo que tem uma ideia, é influenciado pelo o contexto ambiental no qual está inserido e gera bens e serviço, que são objeto de julgamento pelo mercado” (LEITE, 2012, p. 7). Segundo Baggio e Baggio (2014, p. 27), é:

(...) a arte de fazer acontecer com criatividade e inovação; consiste no prazer de realizar com sinergismo e inovação qualquer projeto pessoal ou organizacional, em desafio permanente às oportunidades e riscos. É assumir um comportamento proativo diante de questões que precisam ser resolvidas (BAGGIO & BAGGIO, 2014, p. 27).

A partir da compreensão do conceito de empreendedor, cabe compreender também o perfil do empreendedor. A literatura aponta que o empreendedor destaca-se pela capacidade de assumir riscos calculados e a possibilidade de fracassar, ter comprometimento com o crescimento do negócio, criatividade inovadora, capacidade para criar novos negócios, ousadia e ânimo (DORNELAS, 2016). Leite (2012) complementa que é necessário ter organização, responsabilidade individual, capacidade de prever oportunidades futuras, capacidade de tomar decisões e conhecer os resultados da organização. Na definição do GEM (2017), o principal potencial do empreendedor está na atitude positiva, na capacidade de ver oportunidades, ter conhecimento e habilidades e não ter medo de fracassar.

Segundo Strobino e Teixeira (2014, p. 60) os “diversos conceitos de empreendedorismo existentes não fazem distinção de gênero, visto que as características empreendedoras podem ser encontradas tanto em homens quanto em mulheres”. Para Dornelas (2016), o termo empreendedor caracteriza tanto o indivíduo do sexo masculino como do feminino, sendo que as mulheres empreendedoras têm exercido grande importância no desenvolvimento do país.

Para mostrar o papel da mulher no empreendedorismo faz-se necessário listar alguns fatos históricos que contribuíram para essa trajetória.

Os estudos do trabalho feminino no Brasil tiveram início em 1970, onde foi evidenciada sua posição na família (BARSTED; PITANGUY, 2011). No período colonial a mulher era vista como esposa e mãe; após o ano de 1980 deixou de ser vista apenas nos serviços secundários e conquistou empregos qualificados. No final do século XIX, a mão de obra feminina foi aderida ao setor industrial (ANDRADE et al., 2015).

Através das transformações demográficas, culturais e econômicas no século XX, houve o aumento do trabalho feminino (BARSTED; PITANGUY, 2011). As mudanças na legislação do trabalho do século XIX ao século XXI contribuíram para a maior participação da mulher como força de trabalho, proporcionando a construção de suas carreiras (ANDRADE et al., 2015). “As mulheres no mundo ocidental vão ocupando, lenta e sistematicamente, as posições, profissões e cargos, antes reservados apenas aos homens” (LEITE, 2012, p. 317). “Hoje, ainda mais presentes no mercado de trabalho, as mulheres estão voltadas para o lar e para a carreira, em busca de conciliar tempo para a dupla jornada de trabalho” (ANDRADE et al., 2015, p. 5).

Dupla jornada de trabalho é definida aqui como as duas jornadas que muitas mulheres vivenciam hoje no dia a dia. Uma jornada relacionada ao trabalho fora de casa (atividade desenvolvida fora do lar com renda) e a

outra jornada está relacionada ao trabalho em casa (rotinas domésticas: cuidado com a casa, com os filhos etc.) (ANDRADE et al., 2015, p. 16).

Leite (2012) afirma que o número de mulheres que exercem atividade fora do lar tem crescido, onde se destacam enquanto profissões as empregadas, gerentes e empreendedoras. Machado et al. (2003) apud Strobino e Teixeira (2014, p.60-61) destaca os principais motivos das mulheres abrirem empresa como sendo, “o desejo de realização e independência, percepção de oportunidade de mercado, dificuldades em ascender na carreira profissional em outras empresas, necessidade de sobrevivência e como maneira de conciliar trabalho e família”.

No entanto, “as mulheres optaram pela atividade empreendedora em razão da flexibilidade e autonomia que esta proporciona e por fatores motivacionais relacionados [...] conciliar as demandas familiares com o trabalho” (TEIXEIRA; BOMFIM, 2016, p.48). Mas, é evidente que “além da jornada semanal de trabalho de 40 horas, as mulheres adicionam uma jornada semanal de trabalho doméstico de quase 30 horas – o que resulta em 70 horas de trabalho semanal” (BARSTED; PITANGUY, 2011, p. 84). De acordo com Teixeira e Bomfim (2016, p. 49) “a escolha pelo empreendedorismo minimiza os conflitos em razão da maior flexibilidade de horários e rotinas, possibilitando que essas mulheres administrem melhor essas demandas conflitantes”.

A mulher empreendedora destaca-se pela habilidade de criar suas próprias empresas, nas áreas em que tem experiências, sendo estas correlacionadas ao sucesso (LEITE, 2012). “Isso é extremamente positivo para o Brasil, pois as mulheres tendem a investir mais em capacitação e têm mais acesso à informação, o que pode ajudar na construção de empresas mais sólidas e lucrativas” (GEM, 2017, p. 16).

Nesse sentido, o crescimento da mulher é evidente, tanto no mundo dos negócios como na própria sociedade (LEITE, 2012). O GEM (2017, p. 60), relata que “o negócio tem impactado positivamente a economia brasileira e o mercado se mostra em crescimento constante, alavancado especialmente pela transformação do papel da mulher”.

Com base nas diferentes abordagens conceituais sobre empreendedoras no referencial estudado, é possível notar semelhanças e diferenças nas reflexões dos autores. Conforme Andrade et al. (2015), Leite (2012) e GEM (2017), a mulher empreendedora consegue conciliar os negócios e a família, além de contribuir ativamente para a economia do país. Teixeira e Bomfim (2016) corroboram que as motivações dessas mulheres estão ligadas a flexibilidade do horário, mas fica evidente que a flexibilização do horário não implica menos horas trabalhadas, ao contrário, mas na liberdade de administrar o tempo com a família.

Gestão do tempo

Ao longo da história, o termo tempo foi atribuído à máxima “tempo é dinheiro”, e dessa forma tornou-se diretamente proporcional à produtividade (COSTA et al., 2013). Nesse contexto, a quantidade de tempo ocioso se caracteriza pela perda de tempo o que afeta diretamente a produtividade, então, poupar tempo, tal como poupar dinheiro, acabou se transformando em uma virtude (BERNHOEFT, 1985).

Segundo Maitland (2000), o tempo é mais do que a definição sugere, conseqüentemente é difícil de controlá-lo, pois o mesmo é limitado, transitório e passageiro. Mancini (2007) ressalta que o tempo é finito, já que as pessoas só dispõem de um número de horas para realizar os seus desejos. O que torna o tempo

irreversível, considerando que este conduz a recordações, aprendizado e as experiências acumuladas; o tempo é inelástico não pode ser esticado ou guardado, embora os indivíduos tenham a sensação que o tempo pode ser maior ou menor, mas o mesmo continua com 24 horas, portanto, é mais importante do que dinheiro, podendo ser utilizado de acordo com seus interesses (BERNHOEFT, 1985).

O tempo é uma forma psicológica fundamental em nossas vidas, uma fonte de poder que podemos controlar para que nos ajude a pensar de forma mais efetiva, a compreender nossas emoções com mais clareza e tomar decisões com mais confiança (BERNHOEFT, 1985, p. 3).

Para Alves, Luz, e Bilac (2017, p. 9) a gestão do tempo é definida como “uma ferramenta crucial, que tanto pode ser utilizada nas empresas quanto na vida de cada pessoa. A mesma começa com a identificação de como utilizar o tempo naquilo que gera produtividade e [...] com a menor quantidade de recursos possíveis”.

A experiência de cada indivíduo contribui para a sua percepção sobre o tempo; dessa forma não há um jeito certo ou errado de administra-lo (MANCINI, 2007). Segundo Maitland (2000, p. 7), “a administração do tempo pode ser definida de forma simples, como um plano de utilização e controle do mesmo da forma mais eficiente e eficaz possível”, Para Costa et al. (2013, p. 44), administrar o tempo “tem a ver com conseguir realizar suas metas, colocar atividades de equilíbrio e lazer ao longo do dia a dia, estar em dia com seus relacionamentos realmente importantes, viver por coisas que realmente fazem sentido, etc.”.

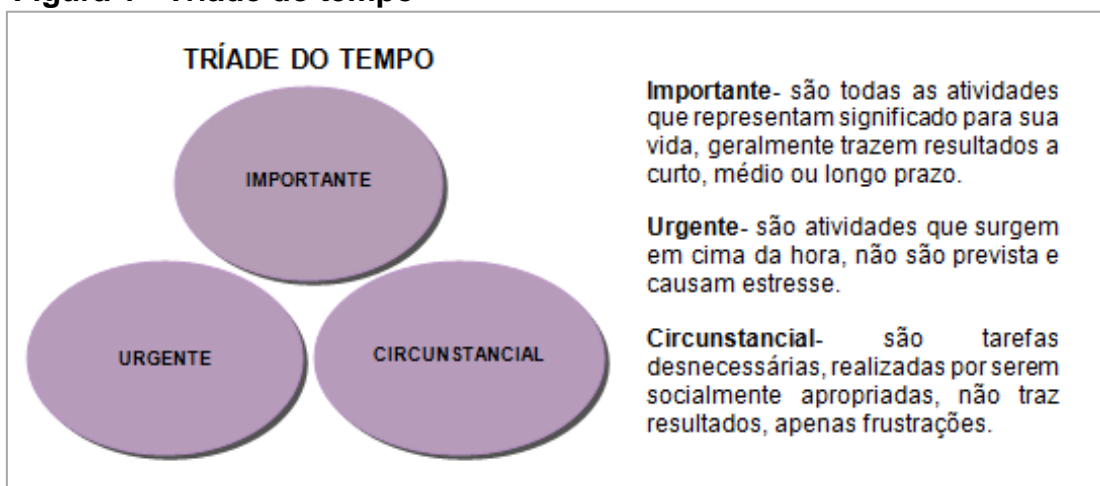
Para ser eficiente na gestão do tempo, é preciso ter planejamento, cronograma de atividades a serem cumpridas na jornada de trabalho, e um roteiro de prioridades (ALVES; LUZ; BILAC, 2017). Na perspectiva de Barbosa (2011), gerenciar o tempo implica na habilidade de fazer escolhas, e nesse sentido, usa-se o tempo para sonhar e realizar.

Conforme Covey (2014), quando estabelecida a missão e a essência dos valores que dirigem a vida, é possível estabelecer metas de curto e longo prazo para alocação eficaz do tempo. As pessoas que administram o tempo conseguem algumas horas para o lazer e alcançam maior produtividade na vida profissional (MANCINI, 2007). Costa et al. (2013) afirmam que sem gestão do tempo, o empreendedor não consegue fazer a empresa crescer, está sempre envolto em urgências e deixa de aproveitar o tempo com outras pessoas, vindo a prejudicar sua saúde.

Para compreender a gestão do tempo, faz-se necessário entender como se dá a divisão do tempo. Nessa ótica, a literatura aponta que o tempo é dividido em atividade segundo os critérios de urgência e de importância. O primeiro é relacionado a algo que requer atenção imediata; o segundo é relacionado a algo importante e prioritário na contribuição da missão, valores e resultados (COVEY, 2014; BARBOSA, 2011). Maitland (2000) corrobora que, além da distinção dos critérios de urgência e importância, é fundamental estabelecer um equilíbrio entre eles, o que facilita a execução das atividades e garante eficiência do tempo.

Barbosa (2011), alinhado a essa visão, desenvolveu a “tríade do tempo”, que é composta por três esferas; juntas elas representam a forma como é utilizado o tempo. O conceito proposto pelo autor, em complementação às dimensões já apresentadas, é a trindade, incluindo importância, urgência e circunstância. O que diferencia as abordagens supracitadas é que, na tríade, as esferas de importância e urgência nunca acontecem simultaneamente. A Figura 1 demonstra a representação das três esferas da trindade adotada por Barbosa (2011).

Figura 1 - Tríade do tempo



Fonte: Adaptado de Barbosa (2011).

Segundo Barbosa (2011) a composição ideal da tríade do tempo é dividida de forma que esfera da importância tenha o percentual de 70%, a da urgência 20% e a da circunstancial 10%. Entretanto, deve-se levar em consideração que cada indivíduo tem uma percepção de ideal para sua vida. Para o autor, o fundamental é que a esfera da importância tenha o percentual elevado, pois esta agrega o equilíbrio dos quatro corpos (físico, mental, espiritual e emocional).

O mesmo autor explica ainda que, quando o percentual da esfera da urgência é elevado, o indivíduo tem por característica a tendência a ajudar a todos, criando uma rotina com excesso de problemas. Nesse caso, a esfera da circunstância torna-se a segunda maior, tendo como consequência o estresse, cansaço, depressão, insegurança e doenças. Quando o percentual maior concentra-se na esfera da circunstância, a pessoa geralmente vive de acordo com o que surge, o que conduz a ausência de objetivos pessoais. Neste contexto a segunda maior esfera é a da urgência. Por fim, se as esferas da circunstância e urgência têm percentuais muito semelhantes, há pouco planejamento, maiores chances de estresse, sensação de esgotamento físico e mental, falta de energia para estudar, ficar com os filhos/família e fazer exercícios.

Maitland (2000) e Mancini (2007) explicam que, considerando que as pessoas são distintas, não é possível determinar uma forma padrão para o gerenciamento do tempo. Contudo, “alguns princípios até se aplicam à maioria de nós (como estabelecer prioridades, planejar com antecedência, delegar responsabilidades), mas outros precisam ser adaptados” (MANCINI, 2007, p. 19).

É claro que o trabalho é importante e que a forma como você administra seu tempo terá um impacto considerável sobre ele, bem como sobre você. Apesar disso, deve haver um equilíbrio entre sua vida profissional e sua vida particular. [...]. Se você se empenhar mais em aproveitar seu tempo livre, irá sentir-se mais feliz e menos tenso, retornando ao trabalho com uma atitude positiva que proporcionará um trabalho mais eficiente e proveitoso, utilizando seu tempo com o melhor de suas capacidades (MAITLAND, 2000, p.62).

Segundo os autores pesquisados, fica evidenciado que gerir o tempo é útil a todas as pessoas, além de um recurso comum não renovável (COSTA et al., 2013). Covey (2014, p. 75) resgata o filósofo Aristóteles que afirmava que “somos o que repetidamente fazemos. A excelência, portanto, não é um feito, mas um hábito” O mesmo autor destaca ainda que “[...]. Os hábitos podem ser aprendidos e

desaprendidos. Sei, por outro lado, que não é nada fácil. Implica um processo que exige dedicação total” (COVEY, 2014, p.75). “Muitas pessoas vivem à espera do momento certo para mudar de vida, mudar de estilo, mudar de hábitos. Às vezes, esperam uma vida inteira e esse momento nunca chega. Você não vive o tempo, você vive a vida!” (BARBOSA, 2011, p. 12-13).

Qualidade de vida

O termo qualidade de vida tem complexa conceituação. Uma das primeiras definições foi em 384 a.c, quando Aristóteles associou felicidade e bem-estar, onde o bem-estar compreendia as diferenças interpessoais e intrapessoais, associadas à satisfação. A partir dessa compreensão surgiram estudos que ampliaram a abrangência do tema, algumas dessas definições incluíram a área da saúde. Em 1948 a Organização Mundial da Saúde - OMS, definiu que a saúde não representa apenas a ausência de doença, mas ao bem-estar físico, psicológico e social (DINIZ, 2013).

Partindo desse pressuposto, Fleck (2008, p. 49), argumenta que, “o desafio, portanto, tem sido o de especificar os vários aspectos da qualidade de vida relacionados ou não à saúde que também deveriam ser incluídos, de forma que a ‘qualidade de vida’ não seja simplesmente sinônimo de ‘bem-estar’.”

Vilarta, Gutierrez e Monteiro (2010), caracterizam os aspectos da qualidade de vida como saúde (física e emocional), ambiente, sociedade, cultura e espiritualidade, entre outros. Na definição de Diniz (2013), os aspectos são atribuídos tanto ao caráter objetivo (correlacionados aos indicadores físicos, condições de moradia, renda mensal, etc.) quanto ao caráter subjetivo (condições de saúde física, psicológica e social), e ambos contribuem para a satisfação pessoal.

Conforme Fleck et al. (2008, p. 25), segundo o *WHOQOL*¹, os aspectos da qualidade de vida abrangem “a saúde física, o estado psicológico, o nível de independência, as relações sociais, as crenças pessoais e a relação com aspectos significativos do meio ambiente”. Barbosa (2011) afirma que o homem possui quatro dimensões de sua existência, que juntas definem sua qualidade de vida, estas são divididas em: física, mental, emocional e espiritual, e embora interdependentes o desequilíbrio em uma afeta as demais.

Com base nesses aspectos, Vilarta, Gutierrez e Monteiro (2010, p. 65-66), definem que, “qualidade de vida é um estado dinâmico e percebido de forma subjetiva, qualidade de vida no âmbito institucional é postura de construção de bases sociais e individuais que permitam favorecer aos indivíduos a busca das suas subjetividades para o auto cuidado”. Diniz (2013) e Fleck et al. (2008) adotaram a definição proposta pela Organização Mundial da Saúde (Grupo *WHOQOL*), onde cada indivíduo tem uma percepção sobre sua vida, que envolve o contexto cultural, os valores em relação aos seus objetivos, expectativas e preocupações.

Na visão de Fleck et al. (2008), a qualidade de vida pode ser dividida em dois grupos, o modelo de satisfação e o modelo funcionalista. O primeiro modelo está diretamente correlacionado às expectativas de cada indivíduo, ou seja, o que este

¹ *The World Health Organization Quality of Life – WHOQOL* é um grupo intitulado Organização Mundial da Saúde e Qualidade de Vida, composta por mais de 50 países, que visam gerar um aspecto positivo e distinto da saúde global, avaliando a qualidade de vida não apenas de forma genérica (ausência de doença ou enfermidade) mais com conceito e métodos inovadores (FLECK et al., 2008).

acha importante, podendo ser atribuído à hierarquia das necessidades de Maslow², que inclui necessidades como saúde, mobilidade, nutrição e abrigo; através desse modelo é possível criar uma perspectiva de qualidade de vida transcultural, pois as necessidades básicas são universais. A outra percepção sobre a satisfação é o modelo idiossincrático, que envolve a abordagem cognitiva, e é medida individualmente. O segundo modelo considera a saúde como parte fundamental na qualidade de vida do indivíduo, o que compreende o desempenho satisfatório do seu papel social e as funções que valoriza.

“Mais do que um discurso politicamente correto de que boas práticas de qualidade de vida dão resultado, é perceptível que um grupo que consegue equilibrar vida pessoal e profissional tem melhores resultados” (BARBOSA, 2011, p. 191). Segundo Costa et al. (2013), é necessário estabelecer uma rotina de trabalho que não interfira nas necessidades básica; quando a saúde, relacionamentos e famílias são deixados de lado por mais horas de trabalho, há uma redução na entrega de resultados. “Com isto, além de hábitos saudáveis que melhorarão sua Qualidade de Vida, você manterá níveis de produtividade acima da média, o que será algo positivo pra você e para sua empresa” (COSTA et al. 2013, p. 181).

METODOLOGIA

Esta seção apresenta os métodos e técnicas de pesquisa utilizadas para a realização do estudo. A pesquisa é caracterizada como pesquisa bibliográfica e exploratória, com abordagem quantitativa.

Delineamento da pesquisa

O delineamento da presente pesquisa caracteriza-se como pesquisa bibliográfica e exploratória. Severino (2007), bem como Cervo, Bervian e da Silva (2007) corroboram que a pesquisa bibliográfica pode ser realizada através de pesquisas anteriores, em livros, arquivos e teses impressas. Para Ramos (2009, p. 183) a pesquisa exploratória “tem como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema com vistas a torná-lo mais explícito [...] É feita através de levantamentos bibliográficos, entrevistas com profissionais da área, visitas a instituições e empresas”.

A forma de abordagem utilizada foi a quantitativa. A abordagem quantitativa busca o conhecimento dos fenômenos abordados pela a expressão de uma relação funcional de causa e efeito em método matemático (SEVERINO, 2007).

Instrumento de coleta de dados

O instrumento adotado foi o questionário. Este se refere a um conjunto de questões agrupadas de forma lógica que possibilita coletar e medir dados com exatidão, além de assegurar informações e respostas mais reais devido ao anonimato dos respondentes (CERVO; BERVIAN; DA SILVA, 2007).

² A hierarquia das necessidades de Maslow aborda a teoria da motivação humana em uma estrutura de pirâmide, composta por cinco fatores que influenciam o comportamento humano, divididos em: necessidades primárias (necessidades fisiológicas e necessidades de segurança) e as necessidades secundárias (necessidades sociais, necessidades de estima e necessidades de auto-realização) (CHIAVENATO, 2009).

O questionário foi dividido em duas partes: a primeira objetivou a caracterização do perfil sociodemográfico das empreendedoras (idade, escolaridade, estado civil, número de filhos, área de atuação (serviço/comércio e/ou indústria) e tempo de empresa; a segunda parte foi adaptada do questionário de Barbosa (2011) da tríade do tempo (Apêndice A), composto por 18 itens fechados. Conforme o autor, o questionário tríade do tempo tem como metodologia três esferas: importante, urgente e circunstancial. A pesquisa foi lançada em 2005 por meio da aplicação de 65.000 testes, totalizando uma amostra não probabilística de 15.324 pessoas, das quais 7.050 mulheres respondentes. O objetivo principal do questionário é criar um padrão mental que auxilie as pessoas a gerenciar o seu tempo, dedicando-se mais à esfera da importância e diminuir o tempo das demais.

População e amostra

Conforme definição de Cobra (2011, p. 182-183): “a população refere-se a todos os membros de determinado tipo de agrupamento que se pretende estudar. [...] A amostra é uma parte da população da qual se pretende inferir algo”. Segundo o Portal do Empreendedor- MEI³ a Classificação Nacional de Atividade Econômica – CNAE do Distrito Federal é composta por 135.138 microempreendedores individuais dos quais 65.350 são do sexo feminino.

No presente estudo, a amostra é não probabilística, onde as unidades são escolhidas por conveniência (COBRA, 2011). O estudo foi realizado em setembro/outubro de 2017, com uma amostra composta por 60 microempreendedoras.

Procedimentos de coleta e análise e perfil das participantes

O questionário foi aplicado por meio de convite verbal a mulheres que exercem atividade empreendedora. As pesquisadoras, antes da aplicação, procederam a uma leitura prévia das instruções do questionário, e na sequência o mesmo era respondido individualmente pelas empreendedoras.

Os dados foram tratados com o programa Excel para a geração de dados descritivos, incluindo os dados do perfil das empreendedoras, que resultaram nos gráficos 1, 2 e 3. Esses dados permitiram o alcance do específico de mapear o perfil das microempreendedoras.

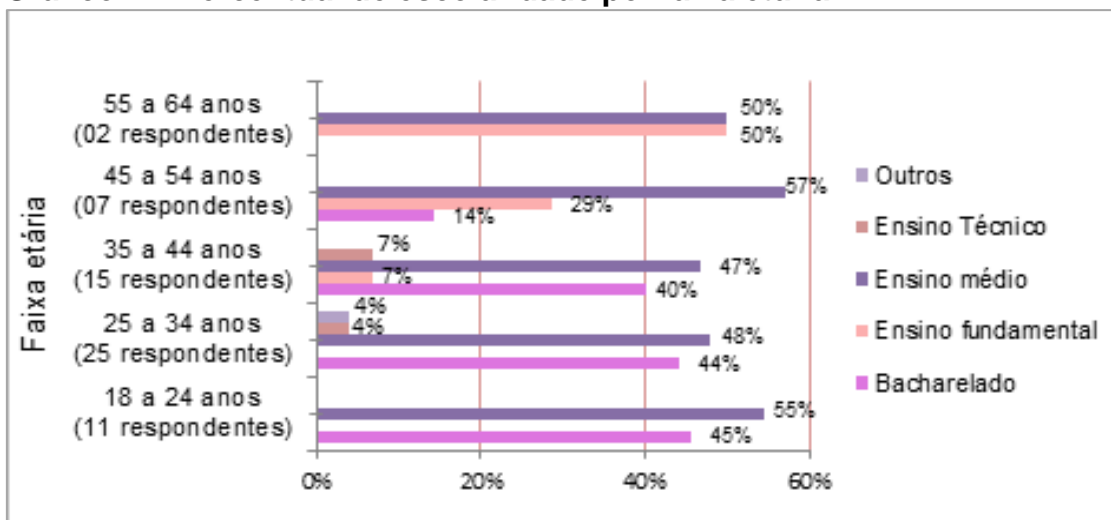
A segunda parte da análise visou atender ao objetivo específico “identificar as estratégias de gestão do tempo das microempreendedoras”. Os dados também foram gerados por meio do Excel, de forma agrupada, onde cada número das perguntas compõe um conjunto que definem a tríade do tempo, onde: Conjunto A (perguntas 1, 3, 6, 9, 12 e 15) estabelece a esfera circunstancial; Conjunto B (perguntas 4, 7, 10, 11, 14 e 17) estabelece a esfera da importância e por fim o Conjunto C (perguntas 2, 5, 8, 13, 16 e 18) que representa a esfera da urgência.

Para cada afirmativa foi atribuído um valor para a resposta, sendo: 1-Nunca; 2-Raramente; 3- Às Vezes; 4- Quase Sempre; 5- Sempre, que foram somados a cada número de pergunta no seu respectivo conjunto. Ao final foram somados os três conjuntos, que resultaram no total geral. O resultado de cada conjunto foi dividido pelo total geral e multiplicado por 100, que compõe cada esfera

³ Portal do empreendedor-MEI. Disponível em: <
<http://www.portaldoempreendedor.gov.br/estatisticas>> Acesso: 30 de out. 2017.

(importante, urgente e circunstancial). A seguir apresenta-se o perfil das participantes:

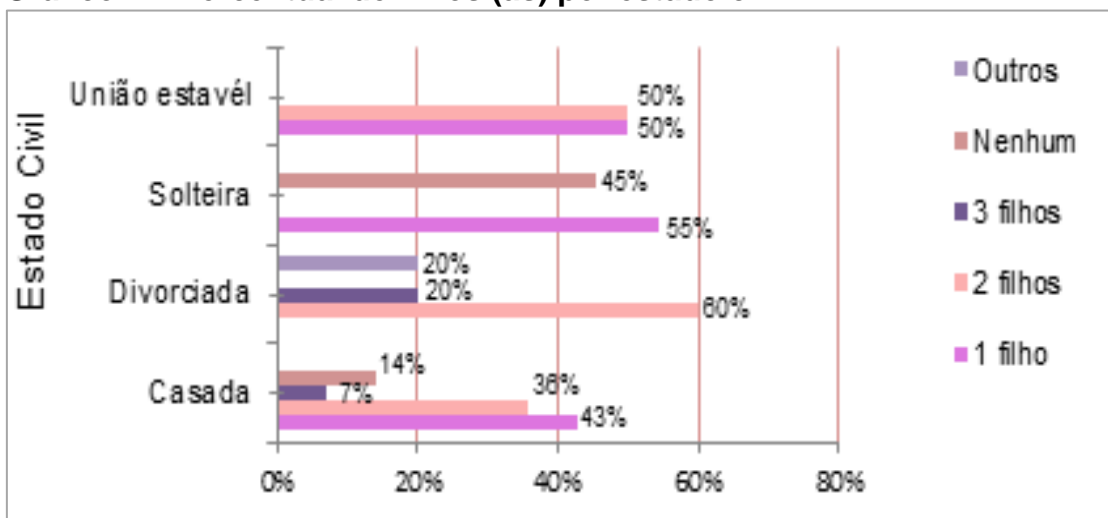
Gráfico 1 – Percentual de escolaridade por faixa etária



Fonte: Elaborado pelas autoras.

Ao analisar o perfil da amostra, verifica-se que a faixa etária de 18 a 24 anos é a que tem maior índice de escolaridade “bacharelado” (45%), seguida pela faixa etária de 25 a 34 anos, com 44%. Vale ressaltar que isto não significa que a maioria dos novos empreendimentos é constituída por indivíduos com maior grau de escolaridade, pois o número desta parcela da população é mais baixa do que a de indivíduos com menor escolaridade (GEM, 2017). Nota-se ainda que 57% das microempreendedoras com a faixa etária de 45 a 54 anos tem o secundário completo, seguida pela faixa etária de 55 a 64 anos com 50%, já a representatividade de microempreendedoras com formação técnica corresponde apenas a 7%.

Gráfico 2 – Percentual de filhos (as) por estado civil



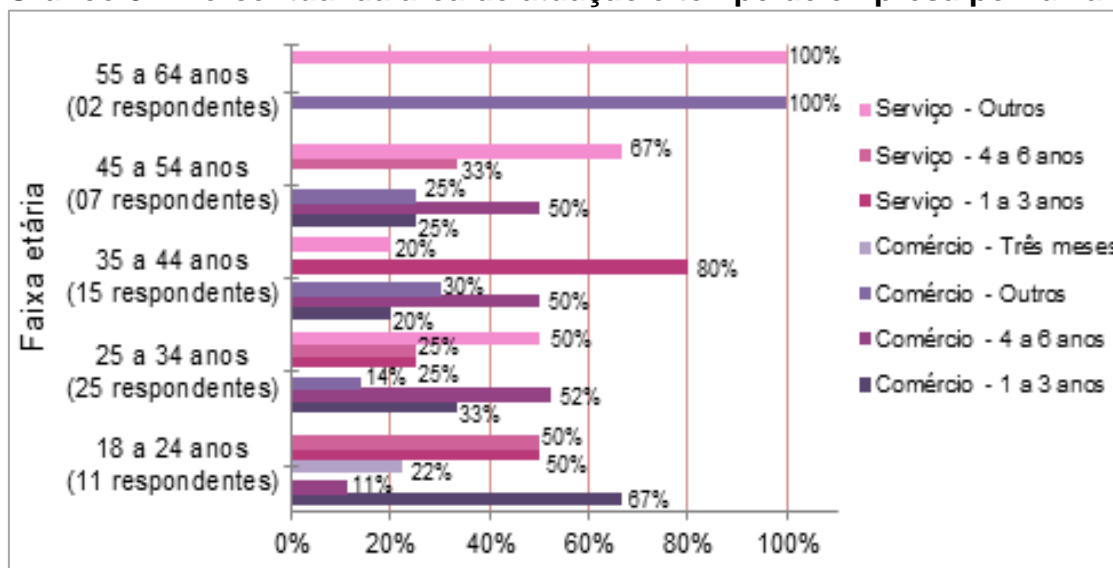
Fonte: Elaborado pelas autoras.

Com referência a composição familiar das microempreendedoras, nota-se que as divorciadas têm mais de dois filhos (60%) e as solteiras possuem um filho (55%).

Com base na amostra, corrobora-se o que Teixeira e Bomfim (2016) afirmam, que a flexibilidade e autonomia da carreira empreendedora possibilitam conciliar a família e o trabalho. Segundo Jonathan e Silva (2007), no contexto brasileiro 66% das empreendedoras primeiro buscam a constituição da sua família para depois realizar o negócio próprio. Na esfera pública, 49% das mulheres mais bem sucedidas chegam aos 40 anos sem filhos.

Nesse sentido, observando a amostra e os dados apresentados por Jonathan e Silva (2004), ratifica-se a visão de Halpern (2004), que aponta que é necessário que se busquem outros modelos que permitam a articulação entre o mundo do trabalho e a realidade atual da vida familiar.

Gráfico 3 – Percentual da área de atuação e tempo de empresa por faixa etária



Fonte: Elaborado pelas autoras.

Os valores relativos aos empreendimentos estabelecidos (a partir de 42 meses) mostram que as microempreendedoras com a faixa etária entre 55 a 64 anos e as entre 45 a 54 anos empreendem há mais de seis anos (100%); observa-se ainda que a faixa etária de 35 a 44 anos representa 80% das empresas nascentes, seguida pela faixa etária de 18 a 24 anos com 67%. Os dados confirmam a análise do GEM (2017) que aponta que os indivíduos mais novos representam menor índice na taxa específica de empreendimentos estabelecidos – TTE; em contrapartida, as empreendedoras com idade acima de 45 a 54 anos são responsáveis por empreendimentos com mais de 42 meses de funcionamento.

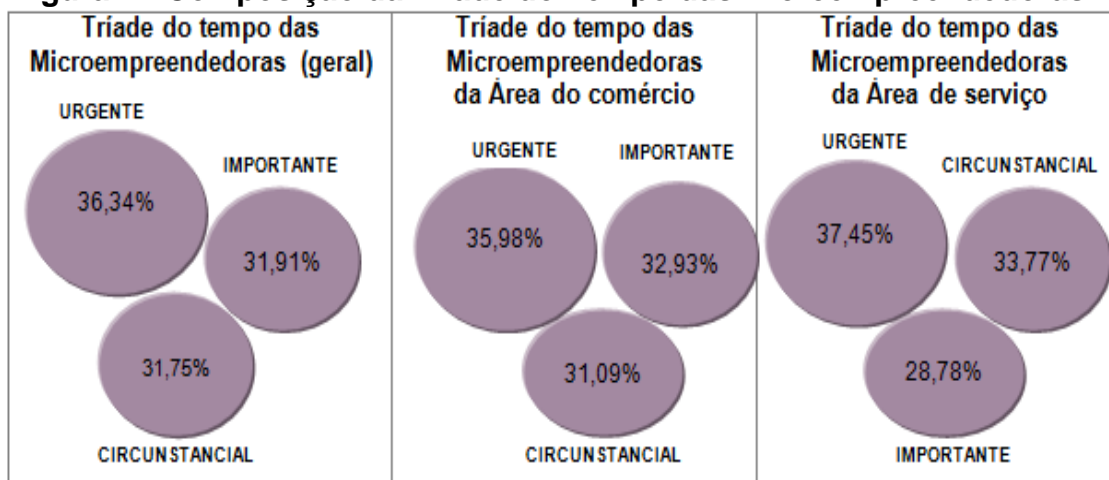
RESULTADOS E DISCUSSÃO

Notoriamente cada vez mais as mulheres tem ganhado espaço no mundo dos negócios, o que requer habilidade para gerir o tempo de forma eficaz entre as demandas profissionais e familiares, especialmente em função dos diversos conflitos e contradições existentes na questão da multiplicidade de papéis das mulheres.

Constata-se que das 60 participantes da pesquisa 45 mulheres atuam na área do comércio (distribuidora de bebidas, loja de vestuário, loja de colchão, quiosque de cosméticos e lanchonete/food truck) e 15 participantes atuam na área de serviços (assistência técnica, organização de eventos, costureira). Com base no instrumento

da pesquisa, foi desenvolvida a Tríade do Tempo, cujos dados serão analisados de forma agrupada e por área de atuação.

Figura 2 - Composição da Tríade do Tempo das Microempreendedoras



Fonte: Elaborado pelas autoras.

Com base na amostra, nota-se que, globalmente, a tríade do tempo demonstra um alto percentual na esfera da urgência nas três categorias, respectivamente 36,34%, 35,98% e 37,45%. Infere-se que o índice elevado pode estar associado à dupla jornada das empreendedoras. Observando-se o perfil das microempreendedoras da amostra, percebe-se que muitas constituem família com um ou mais filhos, e estão, em sua maioria, na faixa etária de 18 a 44 anos (n=51), tendo formação de nível superior. Nota-se também que o tempo de vida da empresa corresponde a Taxa de Empreendedorismo Inicial (TEA) de 1 a 3 anos. Nos primeiros anos de funcionamento da empresa, sabe-se que as demandas das empresárias são maiores, implicando em necessidade de maior comprometimento com a rotina de trabalho, já que nessa fase há pouco recurso para ampliar o número do quadro de funcionários. Em suma, demanda de mais horas de trabalho, o que implica em sobrecarga.

Nessa direção, Teixeira e Bomfim (2016, p.48) afirmam que “as mulheres tendem a serem muito envolvidas psicologicamente com o trabalho, mantendo uma relação de ‘amor profundo’, além de despenderem de muitas horas por se sentirem responsáveis pelo sucesso ou fracasso do negócio”. Strobino e Teixeira (2014, p.61) complementam afirmando que “por terem um horário flexível de trabalho, essas mulheres **misturaram** horários de atividades domésticas com profissionais; por serem donas dos próprios negócios, envolveram-se intensamente com o trabalho”. Sendo assim, infere-se que possivelmente essa rotina pode influenciar a gestão do tempo dessas mulheres.

Na composição da tríade o valor percentual circunstancial na amostra pesquisada se mostrou bem equiparado. Nesse sentido, deduz-se que boa parte das empresárias está direcionando suas horas na realização de atividades irrelevantes tanto para a organização como para a vida pessoal. Conforme Barbosa (2011) esse quadro é associado à falta de objetivos pessoais.

A esfera importante, por sua vez, caracteriza as atividades relevantes para o indivíduo estando diretamente relacionada a qualidade de vida. Embora seja difícil auferir a qualidade de vida por ser tratar de domínio subjetivo, por meio de perguntas diretas (p.ex.: ‘Você (geralmente, regularmente, frequentemente, nunca)

está feliz?’), é possível obter uma noção quanto a percepção do respondente sobre sua saúde física, estado psicológico, nível de independência, relações sociais e crenças pessoais (FLECK et al, 2008). Com base no exposto, no grupo pesquisado a esfera importante na área do comércio 32,93% demonstra maior relevância quanto ao equilíbrio dos quatro corpos (físico, mental, espiritual e emocional). Por outro lado, a esfera da importância na área de serviço apresenta apenas 28,78% proporcionando um nível elevado nas esferas urgente e circunstancial, que juntas caracterizam mais propensão ao estresse, cansaço, depressão, insegurança e doenças. Nesse sentido, entendendo que a qualidade de vida está diretamente relacionada à promoção de saúde, faz-se necessário buscar estratégias para eliminar (ou pelo menos minimizar) os fatores condicionantes que podem levar ao adoecimento dessas empreendedoras.

Barbosa (2011) desenvolveu a denominada ‘tríade do tempo feminina’. A pesquisa envolveu respondentes mulheres de idade média de 32 anos, onde foram obtidos os seguintes resultados: 30,99% - importante; 44,39% - urgente; 24,62% - circunstancial. Se comparado com a composição geral da presente pesquisa, 36,34%, - importante; 31,91% - urgente; 31,75% - circunstancial, nota-se que ambas tiveram o maior percentual situado nas esferas urgente e importante, evidenciando que a amostra vivencia ao menos um conflito da tríade.

Sendo assim, mesmo que a atividade empreendedora possibilite a flexibilização de horários entre a rotina de trabalho e família, evidentemente existe pouco gerenciamento do tempo por parte da amostra, levando em conta que os resultados da tríade apontaram maior propensão à redução da produtividade, estresse e doenças ocasionadas pela valorização das atividades urgentes do que as importantes.

Em suma, percebe-se a real necessidade de conciliar a gestão do tempo das microempreendedoras como fonte relevante na qualidade de vida, para tanto, sobre a luz das teorias dos autores apresentados nesse estudo pode se concluir que, para melhor uso do tempo a empresária deve delegar atividades a outras pessoas, sempre que possível. Para Bernhoeft (1995) a capacidade de estabelecer prioridades, planejamento e organização do tempo entre as demandas da organização e assuntos particulares, conduz ao bem estar. Alves, Luz e Bilac (2017, p.13) corroboram que “deve haver planejamento e priorização de atividades. [...] Quanto mais se planejar menos urgências terá no dia e as situações fora da programação serão menos frequentes”.

Barbosa (2011) ressalta que o gerenciamento do tempo de forma eficaz possibilitará a realização de outras atividades em outras esferas da vida, como ajudar ao próximo, meditar, fazer orações, estabelecer parcerias, brincar com os filhos, praticar exercícios físicos, entre outros. Covey (2014, p. 15) menciona que a “verdadeira disciplina significa canalizar nossas melhores horas para os objetivos mais importantes”. Assim, “é imprescindível que você seja capaz de se desligar, ao final de cada dia, e desfrutar seu tempo livre. [...] Você precisa ser capaz de: evitar o estresse, relaxar e saber contrabalançar” (MAITLAND, 2000, p. 59).

CONCLUSÃO

No presente artigo foram listados breves fatos históricos que contribuíram para a trajetória da mulher até o empreendedorismo, o que caracteriza a valorização do seu papel na sociedade e sua importância para o desenvolvimento do país.

Porém, ao assumir uma vida com dupla jornada de trabalho, a mulher reduziu o seu tempo com a família, dificultando o equilíbrio da sua vida profissional e pessoal, o que leva a diminuição da qualidade de vida.

Os resultados da pesquisa do perfil das microempreendedoras indicaram que as mulheres de 18 a 34 anos tem maior grau de estudos, em contrapartida as mulheres da faixa etária de 55 a 64 anos empreendem há mais tempo, e em resumo as mulheres têm de um a dois filhos.

Por meio do conceito da trindade adotado no estudo (importante, urgente e circunstancial), foi possível identificar traços que permitem analisar a gestão do tempo das microempreendedoras e seus impactos na qualidade de vida. Os resultados da amostra sugerem que a gestão do tempo das microempreendedoras está significativamente atrelada a esfera da urgência, sendo assim, o seu elevado percentual pode reduzir, na perspectiva organizacional, os resultados da empresa, e na perspectiva individual a qualidade de vida das mulheres empreendedoras.

As esferas circunstancial e importante apresentam valores aproximados, exceto na área de serviço, onde ficou evidenciado que a esfera da importância fica em último plano. Assim, a pesquisa indica que, no grupo pesquisado, há maior propensão a doenças, estresse, cansaço e diminuição da produtividade. Nesse sentido, por meio do embasamento teórico e dos resultados encontrados, é possível propor estratégias para conciliar a gestão do tempo das microempreendedoras como fonte relevante na qualidade de vida, nos aspectos empresarial e familiar.

A metodologia da tríade mostra-se adequada para a finalidade desse estudo, mas o tamanho da amostra foi uma das limitações encontradas. Assim, sugere-se ampliar a amostra para estudos futuros. Ademais, sugere-se a realização de estudos que permitam relacionar dados da tríade a dados qualitativos, que permitam o aprofundamento da pesquisa.

À guisa de conclusão, a temática abordada pela pesquisa é instigante e sugere outros estudos mais aprofundados, como por exemplo, mapear a percepção das microempreendedoras sobre a gestão do tempo e o impacto na qualidade de vida.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, L. C. F.; LUZ, C. N. M.; BILAC, D. B. N. Gestão do tempo e produtividade: estudo de caso no setor de pessoal de empresa privada de saneamento básico. **Revista Multidebates**, v. 1, n.2, p. 8-25, 2017. Disponível em: <http://itopedu.com.br/revista/index.php/revista/article/view/39>. Acesso em: 05 de mai. 2018.

ANDRADE, J. A.; et al. **Mulheres profissionais e suas carreiras sem censura: estudos sob diferentes**. São Paulo: Atlas, 2015.

BAGGIO, A.F.; BAGGIO, D.K. Empreendedorismo: Conceitos e definições. *Revista de Empreendedorismo, Inovação e Tecnologia* 1(1), p. 25-38, 2014.

BARBOSA, C. **A tríade do tempo**. Rio de Janeiro: Sextante, 2011.

BARSTED, L. L.; PITANGUY, J. **O progresso das mulheres no Brasil 2003–2010**. Rio de Janeiro: CEPIA; Brasília: ONU Mulheres, 2011.

BERNHOEFT, R. **Administração do tempo: um recurso para melhorar a qualidade de vida pessoal e profissional**. São Paulo: Nobel, 1985.

CERVO, A. L.; BERVIAN, P. A.; DA SILVA, R. **Metodologia científica**. 6ª ed. São Paulo: Pearson, 2007.

- CHIAVENATO, I. **Administração de recursos humanos: fundamentos básicos**. 7ª ed. rev. atual. Barueri, SP: Manole, 2009.
- COBRA, M. **Administração de marketing**. 2ª ed. 7. reimpr. São Paulo: Atlas, 2011.
- COSTA, G.; et al. **Produtividade sem enrolação: empreendedoria**. 1ª ed. Dell, fev. 2013.
- COVEY, S. R. **Os 7 hábitos das pessoas altamente eficazes**. 52ª ed. Rio de Janeiro: Best Seller, 2014.
- DINIZ, D. P. **Guia de qualidade de vida: saúde e trabalho**. 2ª ed. Barueri, SP: Manole, 2013.
- DORNELAS, J. **Empreendedorismo: transformando ideias em negócios**. 6ª ed. São Paulo: Atlas, 2016.
- FLECK, M. P. A.; et al. **A avaliação de qualidade de vida: guia para profissionais da saúde**. Porto Alegre: Artmed, 2008.
- GLOBAL ENTREPRENEURSHIP MONITOR – GEM. **Empreendedorismo no Brasil – 2016/** Coordenação de Simara Maria de Souza Silveira Greco, et al. Curitiba: IBQP, 2017.
- HALPERN, D. Making it work: Recommendations for policies on working families. **Monitor on Psychology**, 35(3), 5, 2004.
- JONATHAN, Eva G.; DA SILVA, Taissa MR. Empreendedorismo feminino: tecendo a trama de demandas conflitantes. **Revista Psicologia & Sociedade**, v. 19, n. 1, 2007.
- LEITE, E. **O fenômeno do empreendedorismo**. São Paulo: Saraiva, 2012.
- MAITLAND, I. **Administre seu tempo**. São Paulo: Nobel, 2000.
- MANCINI, M. **Como administrar seu tempo: 24 lições para se tornar proativo e aproveitar cada minuto no trabalho**. Rio de Janeiro: Sextante, 2007.
- PORTAL DO EMPREENDEDOR - MEI. **Estatísticas**. Disponível em: <http://www.portaldoempreendedor.gov.br/estatisticas>. Acesso: 30 de out. 2017.
- RAMOS, A. **Metodologia da pesquisa científica: como uma monografia pode abrir o horizonte do conhecimento**. São Paulo: Atlas, 2009.
- SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico**. 23ª ed. rev. atual. São Paulo: Cortez, 2007.
- STROBINO, M. R. C.; TEIXEIRA, R. M. Empreendedorismo Feminino e o Conflito Trabalho-Família: Estudo de Multicasos no Setor da Construção Civil da Cidade de Curitiba. **Revista Administração**, USP, São Paulo, 49 (1):1-18. jan./fev./mar, 2014. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0080210716303387>. Acesso em: 05 de mai. 2018.
- TEIXEIRA, R. M.; BOMFIM, L.C.S. Empreendedorismo feminino e os desafios enfrentados pelas empreendedoras para conciliar os conflitos trabalho e família: estudo de casos múltiplos em agências de viagens. **Revista Brasileira de Pesquisa em Turismo**. São Paulo, 10(1), pp. 44-64, jan./abr. 2016. Disponível em: <http://www.rbtur.org.br/rbtur/article/view/855>. Acesso em 04 de set. de 2017.
- VILARTA, R.; GUTIERREZ, G. L.; MONTEIRO, M. I. **Qualidade de vida: evolução dos conceitos e práticas no século XXI**. Campinas: Ipes, 2010.

Apêndice A – Questionário

projeção		QUESTIONÁRIO				ENEG Escola de Negócios	
<p>Prezada Empreendedora,</p> <p>O presente questionário é parte do trabalho de conclusão do curso em Administração da Faculdade Projeção, e tem como objetivo geral identificar as suas estratégias da gestão do tempo. Não é necessário se identificar, e os dados serão tratados de maneira agrupada. Peço que responda com atenção as questões, evitando deixar itens em branco. Agradeço desde já sua contribuição!</p> <p style="text-align: right;">Deyse Souza</p>							
IDADE	ESCOLARIDADE	ESTADO CIVIL	Nº DE FILHOS (AS)	ÁREA DE ATUAÇÃO	TEMPO DE EMPRESA		
() 18 a 24 anos	() Ensino fundamental	() Casada	() Nenhum	() Comércio	() Três meses		
() 25 a 34 anos	() Ensino médio	() Divorciada	() 1 filho	() Indústria	() 1 a 3 anos		
() 35 a 44 anos	() Ensino Técnico	() Solteira	() 2 filhos	() Serviço	() 4 a 6 anos		
() 45 a 54 anos	() Bacharelado	() União estável	() 3 filhos	() Outros _____	() Outros _____		
() 55 a 64 anos	() Outros _____	() Viúva	() Outros _____				
<p>ORIENTAÇÕES: Leia cuidadosamente a tabela a baixo, assinale as afirmações com um "X" o espaço que corresponde a primeira resposta que vier a sua mente, onde:</p> <p style="text-align: center;">1 - Nunca; 2 - Raramente; 3 - Às Vezes; 4 - Quase Sempre; 5 - Sempre.</p>							
Nº	PERGUNTAS	PONTUAÇÃO					
1	Costumo ir a eventos, festas ou cursos, mesmo sem ter muita vontade, para agradar meus amigos ou família.	1	2	3	4	5	
2	Não consigo realizar tudo que me propus fazer no dia e preciso fazer hora extra e levar trabalho para casa.	1	2	3	4	5	
3	Quando recebo um novo e-mail, costumo dar uma olhada para checar o conteúdo.	1	2	3	4	5	
4	Costumo visitar com regularidade pessoas relevantes em minha vida como amigos parentes, filhos.	1	2	3	4	5	
5	É comum aparecer problemas inesperados no meu dia a dia.	1	2	3	4	5	
6	Assumo compromissos com outras pessoas ou aceito novas posições na empresa, mesmo que não goste muito da nova atividade, se for para aumentar meus rendimentos.	1	2	3	4	5	
7	Tenho um tempo definido para dedicar a mim mesmo e nele, posso fazer o que quiser.	1	2	3	4	5	
8	Costumo deixar para fazer relatórios, imposto de renda, compras de Natal, estudar para provas e outras tarefas perto do prazo de entrega.	1	2	3	4	5	
9	Nos dias de descanso, costumo passar boa parte do dia assistindo à televisão, jogando ou acessando a internet.	1	2	3	4	5	
10	Faço um planejamento por escrito de tudo que preciso fazer durante minha semana.	1	2	3	4	5	
11	Posso afirmar que estou conseguindo realizar tudo que gostaria em minha vida e que o tempo está passando na realidade correta.	1	2	3	4	5	
12	Costumo participar de reuniões sem saber direito o conteúdo, o porquê devo participar ou a que resultado aquele encontro pode levar.	1	2	3	4	5	
13	Consigo melhores resultados e me sinto mais produtiva quando estou sob pressão ou com o prazo curto.	1	2	3	4	5	
14	Quando quero alguma coisa, defino esse objetivo por escrito, estabeleço prazos em minha agenda, monitoro os resultados obtidos e os comparo com os esperados.	1	2	3	4	5	
15	Leio muitos e-mails desnecessários, com piadas, correntes, propagandas, apresentações, produtos e etc.	1	2	3	4	5	
16	Estive atrasada com minhas tarefas ou reuniões nas últimas semanas.	1	2	3	4	5	
17	Faço esporte com regularidade, me alimento da forma adequada e tenho o lazer que gostaria.	1	2	3	4	5	
18	É comum reduzir meu horário de almoço ou até mesmo comer enquanto trabalho para concluir um projeto ou tarefa.	1	2	3	4	5	