

## ***Os impactos da pandemia da Covid-19 à saúde mental dos professores de escolas públicas do Brasil: uma revisão de literatura***

**Jésse Ray Mendes Costa**

**Marina Silva Batista**

Instituto Federal de Minas Gerais – IFMG

**Resumo:** Alguns profissionais parecem ter maior predisposição ao estresse, devido aos encargos e responsabilidades que lhes são inerentes. Assim, o presente estudo objetivou investigar na literatura os impactos à saúde mental dos professores de Ensino Fundamental durante e após a pandemia da Covid-19. Trata-se de uma revisão sistemática da literatura, oriundo do mapeamento de pesquisas publicadas na área da educação e saúde nos últimos quatro anos. Foram identificados 34 trabalhos que estavam de acordo com o tema desta pesquisa e apenas 9 selecionados para análise. Constatamos que os sentimentos de desânimo, medo, insegurança, ansiedade, depressão, vulnerabilidade, irritação e fracasso foram recorrentemente citados pelos docentes investigados, comprovando que a pandemia os marcou de uma forma bastante negativa. Diante disto, o apoio profissional, as mudanças no sistema educacional e a conscientização da necessidade de proteção à saúde mental dos educadores são demandas urgentes que precisam ser amparadas.

**Palavras-chave:** Professor. Pandemia. Covid-19. Saúde Mental.

**Abstract:** Some professionals seem to be more predisposed to stress, due to the burdens and responsibilities inherent to them. Therefore, the present study aimed to investigate in the literature the impacts on the mental health of elementary school teachers during and after the Covid-19 pandemic. This is a systematic review of the literature, resulting from the mapping of research published in education and health in the last four years. 34 works were identified that were in line with the theme of this research and only 9 were selected for analysis. We found that feelings of discouragement, fear, insecurity, anxiety, depression, vulnerability, irritation, and failure were repeatedly mentioned by the teachers investigated, proving that the pandemic marked them in a very negative way. Given this, professional support, changes in the educational system and awareness of the need to protect the mental health of educators are urgent demands that need to be supported.

**Keywords:** Teacher. Pandemic. Covid-19. Mental health.

## 1 INTRODUÇÃO

Em dezembro do ano de 2019, surgiu uma manifestação do coronavírus (Cheng et al., 2020), que se espalhou rapidamente na China e em vários outros países, gerando um surto de pneumonia infecciosa aguda (Bao et al., 2020), o que causou um pânico público e teve um impacto significativo no psicológico de inúmeras pessoas (Asmundson e Taylor, 2020).

Esta pandemia sem precedentes gerou problemas significativos à saúde mental (Torales et al., 2020) tais como estresse, ansiedade e depressão, tanto para os profissionais das áreas da saúde como para a população em geral (Liu S. et al., 2020).

Com o confinamento, ocorreram mudanças bruscas na área da educação (Gomes, De Sant'anna e Maciel, 2020), em virtude disso, os docentes

precisaram adaptar-se frente à nova realidade para continuar a oferecer ao aluno uma educação de qualidade. A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) prescreve, especificamente no art. 32, que “o ensino fundamental será presencial, sendo a modalidade de ensino a distância utilizada como complementação da aprendizagem ou em situações emergenciais” (Brasil, 1996, p. 11). A partir do avanço da pandemia, o MEC (Brasil, 2020) homologa e declara como legal a carga horária de ensino remoto na rotina diária de trabalho docente (apud Duarte, Couto e Andrade, 2022, p. 8).

Como podemos perceber, algumas profissões parecem ter maior predisposição ao estresse ocasionado pela pandemia da Covid-19, devido aos encargos e responsabilidades que lhes são inerentes, além do contato interpessoal direto (Dong et al., 2020; Urcos et al., 2020 apud Alho, 2021).

Segundo os dados do Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep), em 2023, foram registrados 2,4 milhões de docentes na educação básica brasileira, sendo a maior parte deles atuantes no ensino fundamental (60,3%), em que se encontram 1.419.918 docentes. Neste mesmo ano, foram registradas 178.476 escolas de educação básica, sendo que a rede municipal é responsável por aproximadamente dois terços desse total (59,8%), seguida da rede privada (23,3%). Do total de escolas de educação básica, o ensino fundamental está presente em 121.350 entre anos iniciais e anos finais (Brasil, 2023).

Apesar de possuir o maior número de escolas do ensino fundamental, a rede municipal é a que menos dispõe de recursos tecnológicos, como lousa digital, projetor multimídia, computador de mesa ou portátil para os alunos e internet disponível para uso dos estudantes (BRASIL, 2023), o que nos leva à reflexão sobre como ocorreram as aulas remotas dentro deste cenário?

A pandemia deixou sequelas graves que precisam ser mensuradas de alguma forma, a fim de buscar meios de apresentar soluções. Souza (2021) afirma que o formato de ensino remoto adotado durante a pandemia apresenta indícios de agravamento na saúde mental, causado principalmente pela falta de preparo para lidar com as tecnologias de ensino à distância, turmas sem interesse durante as aulas e ausência de horários definidos de trabalho que permitissem que o professor tivesse tempo para descanso adequado.

De acordo com a OMS (2018), ter boa saúde mental consiste em sentir-se bem o suficiente para desempenhar qualquer atividade cotidiana de forma produtiva e enfrentar as adversidades que surjam na sua vida, contribuindo positivamente à sociedade. Dodge et al. (2012), completa dizendo que o bem-estar pode ser visto como o equilíbrio entre os recursos e as dificuldades de um indivíduo, ou seja, sua habilidade de lidar com emoções positivas ou negativas em qualquer circunstância.

Brooks (2020) e Carvalho (2020), em seus estudos sobre impactos psicológicos e psiquiátricos causados pela pandemia, apontam o desenvolvimento de quadros de cefaleia, alterações no sono, humor deprimido, aumento da agressividade, dificuldade na tomada de decisão, alteração da atenção e da memória, além de limitações na concentração como efeitos da Covid-19 em docentes.

Desta forma, busca-se entender, nesta revisão de literatura, como a pandemia da Covid-19 mudou a relação de ensinar e aprender na rede pública de ensino da educação básica, gerando, entre outras coisas, o adoecimento docente relacionado à sua sobrecarga de trabalho e uma baixa nos índices de aprendizado dos estudantes que não conseguiram se adaptar ao modelo remoto ou não possuíam acesso aos equipamentos necessários para acompanhar as aulas e dar devolutiva das atividades propostas.

Assim, após quatro anos do acontecimento, podemos concluir que esta pesquisa poderá contribuir com a comunidade docente, pois por meio dos trabalhos revisados pudemos coletar informações que consigam despertar um olhar mais atento dos professores para sua saúde mental pós pandemia, buscando entender de que forma o estresse acumulado durante o exercício da profissão pode comprometer seu trabalho, sua saúde e sua vida pessoal, bem como verificar o que sugerem os diversos autores como alternativas viáveis que ajudem os professores a se readaptar a este novo normal.

## 2 METODOLOGIA

Trata-se de um artigo que resultou de uma revisão sistemática da literatura, com realce para produções científicas que se referem aos impactos na saúde mental dos docentes durante e após a pandemia do coronavírus, oriundo do mapeamento de pesquisas publicadas na área da Educação e Saúde nos últimos quatro anos (2020-2024).

As buscas foram feitas nas seguintes bases de dados: Google Acadêmico, Lilacs e Scielo, a partir dos seguintes descritores: "Professor" ou "docente"; "escola pública Ensino Fundamental"; "Saúde mental"; "pós pandemia COVID-19" e delimitação entre os anos de 2020 e 2024. Esta pesquisa bibliográfica foi elaborada a partir de material já publicado, constituído principalmente de publicações em periódicos e artigos científicos, com busca exclusiva na internet e acesso livre com o objetivo de colocar o pesquisador em contato direto com todo material já escrito sobre o assunto da pesquisa (De Sousa, 2021).

Foram estabelecidos como critérios de exclusão artigos que se referiam a professores de escola privada, professores universitários, de Ensino Médio e Técnico, estudantes, pais ou outros profissionais da educação, além de livros, revisões de literatura e materiais que não fossem relacionados ao impacto à saúde mental. Incluímos artigos que apresentam pesquisas realizadas, exclusivamente, com professores de escolas públicas do Ensino Fundamental e afecções relacionadas à saúde mental deles.

Após a leitura dos títulos e palavras-chaves dos textos encontrados, foram identificados 34 trabalhos que estavam de acordo com o tema desta pesquisa, posteriormente, explorou-se minuciosamente cada texto, observando os resumos, objetivos e metodologias, restando 9 materiais separados para essa produção, descritos no Quadro 1 com o resumo das seguintes informações: identificação (ID), autores, título, objetivo, metodologia e resultados de cada pesquisa incluída no estudo, semelhante às análises bibliográficas realizadas por Santos, Caldas e Silva (2022) e Souza e Fernandes (2023).

**QUADRO 1 - Tabela esquematizada dos artigos incluídos na pesquisa.**

ID	AUTOR	TÍTULO	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADO
A1	DUARTE, Gabriel Henrique; COUTO, Marina Moura; ANDRADE, Selmiléia Franciane de.	A saúde mental dos profissionais em tempos de pandemia – covid-19: um relato de experiências de estágio na secretaria de educação	Promover o incentivo à qualidade de vida no trabalho, em tempos de pandemia da COVID-19. Verificar o	Estudo de caso utilizaram-se da pesquisa descritiva e exploratória, por meio de análise quantitativa e qualitativa	A partir dos relatos observa-se que a realização do encontro propiciou sentimentos positivos e reflexões

		estado de Minas Gerais.	sofrimento psicológico vivenciado pelos professores da rede Estadual de Ensino de Minas Gerais a partir da situação de trabalho vivenciada na pandemia da Covid-19.		necessárias sobre a ansiedade e outras psicopatologias que fazem parte da prática diária da profissão docente não somente em tempos de pandemia.
A2	SILVA, Rayene Mirela Lins; LEITE, Isabelle Diniz Cerqueira.	Valorização da saúde mental de professores perante a covid-19.	Criar uma cartilha direcionada a profissionais da educação a fim de gerar reflexões acerca da importância de cuidar de sua saúde mental.	A elaboração da cartilha foi baseada no modelo ADDIE. As fases de avaliação e validação da cartilha não foram realizadas.	Espera-se que a cartilha possibilite reflexões acerca da importância da saúde mental dos profissionais de educação.
A3	DE ANDRADE, Elizabete Rodrigues Da Silva.	ADOECIMENTO NO TRABALHO DOCENTE EM TEMPOS DE PANDEMIA: impactos na saúde dos professores dos anos iniciais de uma escola da rede pública do DF, Brasília.	O objetivo geral é refletir sobre os impactos da pandemia da COVID-19 na saúde física e emocional dos professores de uma escola pública de Ensino Fundamental dos anos iniciais.	Estudo monográfico, por meio do qual utilizou-se procedimentos variados de coleta de dados: quantitativos e qualitativos. A pesquisa de campo realizou-se em forma de questionário online, onde havia 13 perguntas abertas e fechadas.	Quanto à saúde física, foi possível observar nas narrativas, aspectos como: dores nas mãos, pés inchados com frequência, dores nas costas e vista cansada. Quanto à saúde emocional, foram relatados, noites de sono perdidas (o que gera ansiedade) preocupação com o aprendizado dos alunos, cobrança excessiva, falta de recursos
A4	RUAS, C. F. A.; OLIVEIRA, W. N.; SILVA, L. L. F.; SOARES, R. S. de M. V. M.; SOARES, W. D.	Prevalência de depressão e ansiedade em professores da rede pública na era Covid-19.	Avaliar a prevalência de ansiedade e depressão em professores na pandemia da Covid-19.	Trata-se de uma pesquisa descritiva, quantitativa, comparativa e transversal. Inventário de Ansiedade de Beck (BAI), U. de Mann Whitney. Todo procedimento foi realizado através do	Foram identificados em 51,8% dos avaliados algum tipo de ansiedade e 52,6% com níveis de depressão, sendo que 75% dos investigados

				Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 24.0 para Windows.	afirmaram não fazer tratamento psicológico. Ao final, pode-se depreender que houve uma alta prevalência de ansiedade e depressão na amostra pesquisada.
A5	GRANDISOLI, E., Jacobi, P. R., & Marchini, S. (2023).	Docência e covid-19: Percepções de educadores da rede paulista de ensino. Estudos em Avaliação Educacional	Objetivo de investigar indicadores de ordem afetiva, de saúde mental e pedagógicos durante a pandemia.	Pesquisa, elaborada na plataforma online <i>Google Forms</i> , o questionário foi composto por 26 questões, sendo 16 delas fechadas e 10 abertas.	Cerca de 63% dos respondentes (n = 18.454) declararam que o afastamento social não afetou sua saúde mental e, ao mesmo tempo, outros 27,5% declararam que o afastamento tem comprometido a sua saúde mental.
A6	FERREIRA, Raquel Lemos.	As consequências da pandemia da COVID-19 na psicodinâmica do trabalho nos docentes de uma escola estadual.	Identificar se a pandemia da covid-19 gerou alguma consequência na psicodinâmica do trabalho dos professores, de uma escola estadual localizada em Santa Cruz do Capibaribe-PE	A análise delineou-se através da pesquisa exploratória e descritiva, foi feita uma entrevista semiestruturada. As entrevistas foram realizadas entre os dias 23/10/2021 ao dia 09/11/2021, através do aplicativo WhatsApp.	Constatou-se que em sua maioria, os professores, foram afetados negativamente pela pandemia. Os critérios de cobrança nas escolas e mudança na forma de trabalho foram os que mais dividiram opiniões, alguns relatando que foram impactados de forma negativas e outros de forma positiva.
A7	MENESES, José Marques; ARAÚJO, Antônia Silva; RODRIGUES, Lídia Azevedo de Menezes	A saúde mental dos professores no cenário de pandemia em Sobral – CE.	Compreender como está a saúde mental dos profissionais de uma Escola da Rede Pública do município de Sobral, Ceará,	O caminho metodológico insere-se em uma abordagem qualitativa, bibliográfica em campo virtual, na qual foi utilizado um questionário por meio do <i>Google</i>	Evidenciamos como possíveis resultados que os profissionais dessa instituição afirmaram que esse período vem sendo desafiador, pois são muitas

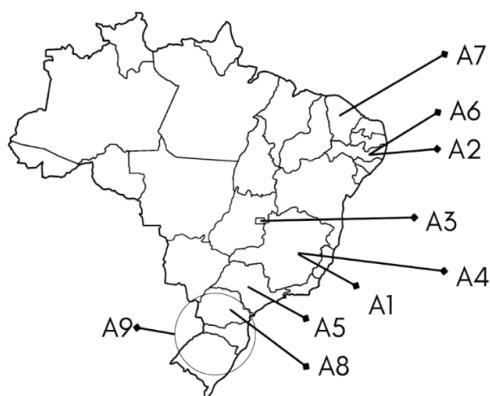
			nesse cenário de pandemia.	<i>Forms</i> , com perguntas sobre a temática investigada.	demandas, porém, a gestão tem uma preocupação em realizar momentos de formações direcionadas para essas temáticas.
A8	ROCHA, Geovane dos Santos	Saúde mental e pandemia: um estudo com os professores do Ensino Fundamental - Anos Iniciais do município de Cascavel/PR.	Buscou compreender como o período de pandemia da COVID-19 repercutiu sobre a saúde mental de professores do Ensino Fundamental - Anos Iniciais do Município de Cascavel/PR.	Três procedimentos metodológicos: revisão teórico-bibliográfica pautada na Psicologia Histórico-Cultural e na Psicanálise; levantamento documental dos principais atos legislativos relacionados ao ensino remoto de Cascavel/PR; e de campo.	Foi possível constatar que as atividades profissionais desenvolvidas pelos professores no período de pandemia repercutiram negativamente no aspecto emocional, uma vez que as práticas pedagógicas se distanciaram da função social da escola.
A9	CRUZ, Roberto Moraes; ROCHA, Ricelli Endrigo Ruppel da; ANDREONI, Solange; PESCA, Andrea Duarte.	Retorno ao trabalho? Indicadores de saúde mental em professores durante a pandemia COVID-19.	O objetivo deste estudo foi rastrear indicadores de saúde mental dos professores de uma instituição de prestação de serviços educacionais que possam auxiliar na compreensão dos efeitos do confinamento e do isolamento social na capacidade de trabalho e no processo retorno gradual ao ambiente de trabalho.	Utilizamos três instrumentos: a) questionário demográfico e sócio-ocupacional; b) a escala Dass-21; c) escala de sintomas de saúde mental relacionados ao trabalho (IP-T).	Os resultados mostraram que a ansiedade (21,7% e 27,6%) e a depressão (28,9% e 28,5%), tanto na escala Dass 21 quanto na escala IP-T, são as alterações mais frequentes na saúde mental dos docentes. Nos resultados das associações, os docentes do sexo feminino, com faixa etária de 46 a 56 anos e solteiros, apresentaram mais chances para desenvolver ansiedade e depressão ( $p<0,05$ ).

Fonte: Organizado pelas pesquisadoras.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram selecionados estudos de vários locais do Brasil, como podemos observar na IMAGEM 1. As regiões prevalentes em nossa pesquisa foram o Nordeste e Sudeste, destacando-se com três dos nove estudos avaliados, os demais variam entre as regiões, Sul e Centro-Oeste. Com uma observação relevante ao estudo A9 no qual não há informação específica sobre o local em que foi desenvolvido, relatando apenas a região do país.

**IMAGEM 1 - Registro dos locais de realização das pesquisas.**



**Fonte:** Imagem obtida pelo site [https://www.infoescola.com/geografia/ mapa-do-brasil/ #google\\_vignette](https://www.infoescola.com/geografia/ mapa-do-brasil/ #google_vignette) e descrição acrescentada pelas autoras.

Na análise e discussão dos resultados, organizamos os semelhantes e dividimos em três grupos para melhor compreensão, sendo eles os artigos que realizaram INTERVENÇÕES PRÁTICAS descritos no A1 e A2 com encontros semanais dos profissionais de uma escola e a elaboração de uma cartilha voltada à saúde mental, respectivamente; QUESTIONÁRIOS VALIDADOS usando como metodologia uma pesquisa quantitativa relatados no A4 e A9; e pesquisas que se valeram de QUESTIONÁRIOS ELABORADOS PELOS PRÓPRIOS AUTORES sendo eles os artigos A3, A5, A6, A7, e A8.

#### 3.1 Intervenções práticas

Após a análise dos textos, foram destacados os principais resultados dos artigos coletados. O primeiro trabalho apresentado nesta revisão de literatura, A1, traz um relato de experiências de estágio na Secretaria de Educação do Estado de MG, aonde estudantes do curso de psicologia tiveram a ideia de retratar como andava a saúde mental dos docentes durante a pandemia, para isso, selecionaram dois professores de cada escola estadual do município de

Divinópolis-MG, para participarem dos encontros semanais (4 ao todo) através da plataforma *Google Meet*.

Como a pesquisa aconteceu durante a pandemia, as intervenções ocorreram virtualmente e a partir dos encontros realizados, duas professoras de uma Escola Estadual do município, instruídas pelos pesquisadores, realizaram uma reunião online, da qual participaram 62 funcionários da instituição que relataram suas dores e angústias, mencionando a saudade da rotina de trabalho, de ir aos eventos religiosos de suas igrejas e o anseio pelo fim da pandemia.

O *feedback* sobre o encontro ocorreu por meio do *WhatsApp*. Muitos profissionais agradeceram por ter tido esse espaço de acolhimento e de fala, descrevendo-o como um momento em que puderam refletir sobre ansiedade e aprenderam técnicas de respiração consciente que ajudam a aliviar os sintomas nos momentos de crise.

Diante da constatação da necessidade de ações de intervenção que visem o bem-estar docente, o trabalho realizado por Silva e Leite (2023), A2, vem culminar na criação de uma cartilha direcionada a profissionais da educação a fim de gerar reflexões acerca da importância de cuidar da saúde mental que possam contribuir para melhorar a qualidade de vida dessa população.

As autoras afirmam que

o processo de elaboração da cartilha resultou em um produto composto por tópicos que se referem à: reflexões acerca do cotidiano, definição de saúde mental, saúde mental de docentes e estratégias para a manutenção da saúde mental nos novos tempos, além dos aspectos básicos como capa, página para futura ficha catalográfica informações sobre as autoras, apresentação e referências (Silva e Leite, 2023, p. 17).

Para a composição do escopo da cartilha, foram analisados dados comparativos da saúde mental docente antes e pós-pandemia, tendo como público-alvo os profissionais que lecionaram durante o período de isolamento social. O objetivo é disponibilizar este material em meio eletrônico para ajudar os professores a entender a necessidade de cuidar da saúde mental para que ela não acabe prejudicando também a saúde física dos indivíduos.

Segundo Avelar, Lima e Baptista (2022), pode-se afirmar que a pandemia afetou a saúde dos docentes não apenas pela preocupação com a doença em si, como também por outras situações, como a intensificação do trabalho e a mudança para o modelo remoto, pois de acordo com os resultados encontrados por Souza et al. (2021), os professores que descreveram insatisfação e dificuldades para trabalhar nessa nova modalidade de ensino, mas também apresentaram índices maiores de ansiedade, depressão e estresse.

### 3.2 Questionários validados

Os artigos que se utilizaram de questionários validados foram os A4 e A9, apresentando dados demográficos precisos e concisos, com um total de 140 avaliados (valor utilizado na subsequência para realizar a porcentagem dos resultados obtidos) sendo 56 do A4 e 84 do A9. A prevalência de profissionais investigados foram do sexo feminino com 106 avaliadas e idades que variam entre 21-56 anos, sendo o mais novo registrado no A4 e o mais velho no A9.

Das escalas que foram utilizadas temos no A9 Escala de autorrelato DASS-21, que é composta por 21 itens divididos em três subescalas: depressão, ansiedade e estresse e o Inventário de saúde mental relacionada ao trabalho - IP-T composto por 50 itens e 5 subescalas: ansiedade, depressão, transtornos somatoformes, habilidades sociais e bem-estar no trabalho. Houve ainda neste trabalho uma preocupação com o perfil sócio-ocupacional dos participantes.

Já no A4 obtivemos resultados das escalas de Ansiedade de Beck (BAI)- Consiste em 21 questões de múltipla escolha que englobam os sintomas constantes de ansiedade, para mensurar o nível de ansiedade no indivíduo entre mínimo, leve e moderado - e a escala do Inventário de Depressão de Beck (IDB) - Composto por 21 questões de múltipla escolha com quatro possíveis respostas, utilizada para medir a severidade dos episódios.

Ambos se valeram de recursos online para a realização da pesquisa e as análises realizadas por software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). De acordo com Murugan e Govindarajan. (2023), o pacote estatístico para as ciências sociais foi desenvolvido para gerenciamento de dados, análise avançada, análise multivariada, inteligência de negócios e investigação criminal, auxiliando na comparação dos dados coletados, o que o torna uma importante ferramenta neste contexto, pois segundo Coggon (2015), por conta da variabilidade biológica, os efeitos dos fatores que causam doenças ou determinam suas consequências, somente podem ser caracterizados significativamente a níveis grupais. Portanto, as análises estatísticas e a utilização de questionários validados são primordiais para nortear a nível estatístico e não apenas descritivo, as sequelas na saúde mental dos professores.

Quando correlacionamos e analisamos os resultados de ansiedade e depressão dos artigos enxergamos uma semelhança. No A4 são apresentados dados de ansiedade descritos como: ausente, leve, moderado e grave e no A9 como: menos frequente e mais frequente. Partindo da soma de moderado e grave= 22; correlacionando com o resultado de mais frequente= 19 obtivemos um total de 41 (28,28%) dos participantes com os níveis de ansiedade

elevado e das escalas de depressão somamos: moderado e grave= 11; correlacionando com o resultado de mais frequente= 24; obtivemos um total de 35 (25%) dos participantes com os níveis de depressão elevados.

Em discussão, o A4 relata que não houve diferença estatisticamente significativa entre os sexos, nem para ansiedade ou depressão, diferentemente do A9 que retrata que dos seus dados obtidos em pesquisa, as mulheres apresentaram maior probabilidade de manifestação de sintomas de agravos à saúde mental do que os homens, mas a diferença entre os dois estudos pode ser justificada pelo tamanho da amostra.

O A9 pode se valer do que bem exposto em discussão pelo A4 que exibe que os níveis de depressão na amostra avaliada são superiores à média dos países desenvolvidos como o próprio Brasil, que é de 9% (Kessler; Cols, 2011).

Destaca-se ainda um dado estatístico interessante, os professores solteiros apresentaram maiores chances de manifestarem sintomas de ansiedade e depressão (Shacham et al., 2020). Este fato foi constatado por A9 em sua pesquisa de rastreio com o resultado de 1,88% dos solteiros apresentaram sintomas de ansiedade e depressão obtendo um valor significativo ( $p<0,05$ ).

O A4 ressalta a existência de um consenso na literatura científica que a docência é uma profissão geradora de muito estresse, sendo muito agravada por esse novo cenário de pandemia da Covid-19, com prejuízos não somente para saúde física dos professores, como também mental, que, por consequência, trouxe uma onda de sofrimentos mentais (Tostes et al., 2018; Sanchez et al., 2019; Silva et al., 2020).

### 3.3 Questionários elaborados pelos próprios autores

Os trabalhos que utilizaram questionários elaborados pelos autores foram: A3, A5, A6, A7 e A8, contendo perguntas abertas e fechadas. Em todos os casos a maioria dos entrevistados foram mulheres, destacando-se A3 que teve 100% das respondentes do sexo feminino. A faixa etária variou de 26 a 55 anos, sendo A3: 30 a 40 anos, A5: 36 a 55 anos, A6: 26 a 35 anos, A8: 31 a 50 anos e A7 que não discriminava nenhum dado que permitisse traçar o perfil demográfico dos participantes.

Um percentual considerável, composto por 61,5% dos entrevistados em A3 responderam que adquiriram alguma doença relacionada à profissão e todos relataram que o trabalho foi intensificado durante a pandemia, enquanto em A5 cerca de 63% dos respondentes declararam que o afastamento social não afetou sua saúde mental e que não sentiam necessidade

de apoio especializado naquele momento, opondo-se aos resultados encontrados em grande parte dos estudos aqui analisados.

Vale destacar a fala marcante de uma das docentes entrevistadas em A3, que, ao avaliar suas condições de trabalho e os encargos psicológicos ocasionados pelo ensino remoto, afirma que

a pressão psicológica, as mudanças constantes, [...] ansiedade gerada pelas incertezas e cobranças excessivas, falta de recursos [...] As condições de trabalho já não eram muito boas, levando ao adoecimento de um grande percentual de professores, principalmente no 2º semestre, em época de pandemia piorou muito, vários professores tomando remédio e fazendo terapia...

Alguns aspectos são apontados pela pesquisadora como possíveis causas desse adoecimento, tais como: o medo de ser demitido, o receio de não dar conta das tarefas, o aumento do tempo de trabalho e da carga horária e as dificuldades/inseguranças no uso das tecnologias que foi registrada por 84,6% dos professores entrevistados em A3 e em 50,8% em A5. Este último estudo, inclusive, mostrou-se de relevante contribuição ao meio acadêmico devido ao grande envolvimento dos professores da rede estadual de ensino paulista ( $n = 18.884$ ), representando uma parcela bem significativa dos docentes.

Em A6 foi feita uma entrevista semiestruturada com 19 perguntas, aplicadas a 10 professores de uma única escola, na qual constatou-se que a maioria foi afetada de alguma forma negativa, pois os sentimentos mais recorrentes citados por eles eram medo, raiva e ansiedade. As cobranças realizadas pela escola, a adaptação ao uso de novas ferramentas tecnológicas e a invasão da privacidade docente pelos alunos (mensagens e ligações fora de hora) foram citadas como fatores estressores.

A pesquisa descrita em A7, foi realizada como atividade avaliativa de uma disciplina de estágio supervisionado de estudantes do curso de pedagogia. Os participantes do estudo totalizaram 11 profissionais que responderam a um formulário enviado pelo *google forms*. As respostas demonstraram que a pandemia os deixou mais ansiosos por ter trazido mudanças na forma de se relacionar com os estudantes (online), levando o trabalho para o ambiente familiar, invadindo um espaço que antes era de descanso.

Quando questionados sobre o que faziam para melhorar a saúde mental, elencaram a prática de atividades físicas e de passar mais tempo em família como soluções momentâneas viáveis. Todos foram unânimes em destacar a importância de trabalhar a temática da saúde mental no ambiente escolar. Evidenciou-se ainda que os professores com mais anos trabalhados foram os que sentiram mais dificuldades em se adaptar ao uso das novas ferramentas

tecnológicas, provavelmente por sua formação ter se baseado em métodos mais tradicionais (Meneses, Araújo e Rodrigues, 2021).

Em A8 foram utilizados três procedimentos metodológicos: revisão teórico-bibliográfica, pesquisa de campo e levantamento documental dos principais atos legislativos relacionados ao ensino remoto de Cascavel/PR. Nesta análise, consideramos apenas os dados coletados por meio da pesquisa de campo, a qual está descrita na seção três da dissertação, abordando a temática da saúde mental e do adoecimento psíquico.

Extraiu-se que 170 professores responderam ao questionário, o equivalente a 10,8% do total de 1580 professores do município. Quando questionados sobre o abalo à saúde mental, 89,5% afirmaram ter sentido algum grau de abalo que seriam: levemente, moderadamente ou muito abalado (sendo essa a faixa menos representativa). Quanto às sintomatologias, 38,2% sentiram gravemente sintomas de ansiedade, seguidos de nervosismo e angústia.

Outro dado relevante é referente às marcas deixadas pelo período pandêmico. Entre os entrevistados, 55,9% perceberam a influência do estado de saúde mental para o desempenho das atividades profissionais e pessoais e 15,3% acreditam que os abalos psicológicos sofridos permanecerão por muito tempo, precisando de ajuda profissional para lidar com isso.

Foi possível notar, por meio da fala de alguns docentes entrevistados em A8, o quanto as atividades remotas foram estressantes, conforme relatos sobre sobrecarga de trabalho causando ansiedade, nervosismo e insônia, corroborando com o exposto por Gonçalves e Guimarães (2020) que afirmam que o isolamento social expôs os docentes à maior probabilidade de desenvolver problemas de saúde mental e que a falta de infraestrutura e de formação para uso das tecnologias colaborou efetivamente para isso.

Outro docente afirmou: “Meu nível de estresse e irritabilidade foi muito grande por conta do aumento das coisas que me são cobradas, com prazos curtos para entrega.” Ao que outro professor disse que sentiu muito medo de morrer e que chegou a ter pensamentos suicidas. Por outro lado, houve quem afirmasse conseguir passar tranquilamente por esse período sem qualquer abalo emocional (Rocha, 2021).

Vygotsky (2018, p. 77) discorre sobre as situações citadas acima “[...] uma mesma situação do meio, um mesmo acontecimento que atinge diferentes pessoas que se encontram em etapas etárias distintas tem uma influência distinta sobre o desenvolvimento de cada uma delas”, o que significa que cada pessoa/sujeito vivencia um mesmo evento de formas diferentes, de acordo com suas experiências e percepções pessoais.

A fala do professor a seguir parece resumir este trabalho, pois ela retrata o que é evidente, quando um indivíduo está adoecido mentalmente tudo desanda em consequência disso. “Entendi o quanto preciso de uma boa saúde mental para desenvolver um ótimo trabalho”. Ninguém consegue ser sua melhor versão quando não está bem, o que pode nos levar à conclusão de que as condições geradas pela covid-19 podem ter transformado o trabalho em fonte de descontentamento e aflição, levando ao surgimento de patologias.

Este cenário nos serve de alerta para possíveis consequências relacionadas à educação e levanta questionamentos que só serão respondidos à longo prazo, como por exemplo: De que forma os estudantes estão absorvendo e lidando com todo esse desgaste mental dos professores? A dedicação ao trabalho é o que prevalece ou a saúde e a continuidade da vida são mais importantes? Será que o amor pelo ensino, esconde a toxicidade do trabalho? Os desdobramentos só serão considerados quando lidarmos com a educação palpável através dos profissionais que estão em formação hoje e por meio do desenvolvimento de novos estudos envolvendo a saúde mental dos alunos e dos educadores.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após uma análise das literaturas disponíveis constatamos que os sentimentos de desânimo, medo, insegurança, ansiedade, depressão, vulnerabilidade, irritação, fracasso/insuficiência entre outros, foram recorrentemente citados pelos docentes investigados comprovando que a pandemia da Covid-19 marcou a vida destes profissionais de uma forma pejorativa, causando impactos psicoemocionais, diante disto o apoio profissional, as mudanças no sistema educacional e conscientização da necessidade de proteção da saúde mental dos educadores são demandas urgentes que precisam ser amparadas.

Vale ressaltar que muitos docentes passavam por situações de prejuízo emocional antes do advento da pandemia, que foram exponencialmente potencializados por ela devido às inúmeras situações adversas que ocasionaram a necessidade de uma mudança brusca, que impôs aos professores o modelo de ensino remoto instaurado, uso de diversos meios tecnológicos que não faziam parte da rotina da maioria dos educadores, extração das horas trabalhadas e invasão da privacidade, uma vez que suas próprias casas se tornaram salas de aula por muito tempo.

#### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

COSTA, Jésse Ray Mendes; BATISTA, Marina Silva. Os impactos da pandemia da Covid-19 à saúde mental dos professores de escolas públicas do Brasil: uma revisão de literatura. **Pesquisas em Discurso Pedagógico**, n.33, jul. 2024.

ALHO, L. J. N. da S. **Pandemia COVID-19: bem-estar e saúde mental de profissionais da saúde e da educação**. Dissertação de mestrado, Universidade da Madeira, 2021.

ASMUNDSON, G. JG; TAYLOR, S. Coronaphobia: Fear and the 2019-nCoV outbreak. **Journal of anxiety disorders**, v. 70, p. 102196, 2020.

AVELAR, L. S. et al. A Pandemia de Covid-19 e a saúde de professores de Educação Física escolar. **Revista Fluminense de Educação Física**. A saúde no contexto de (pós) pandemia: impactos na Educação Física. Vol. 03, n.1, agosto 2022.

BAO, Y. et al. 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. **The lancet**, v. 395, n. 10224, p. e37-e38, 2020.

BRASIL. Ministério da Educação. **Censo Escolar da Educação Básica 2023**. Brasília, DF, 2024.

BROOKS, S. O impacto psicológico da quarentena e como reduzi-lo: revisão rápida das evidências. **The Lancet**, v. 395, p. 912-920. 2020.

CARVALHO, P. M. M. O impacto psiquiátrico do novo surto de coronavírus. **Psychiatry Research**, 286, 112902. 2020.

CHENG VCC, Wong S-C, Chen JHK, et al. **Escalating infection control response to the rapidly evolving epidemiology of the coronavirus disease 2019 (COVID-19) due to SARS-CoV-2 in Hong Kong**. Infection Control & Hospital Epidemiology. 2020;41(5):493-498. doi:10.1017/ice.2020.58.

COGGON, D. A importância da estatística na pesquisa em saúde. **Cogitare Enfermagem**, v. 20, n. 1, p. 10, 2015.

CRUZ, R. M. et al. Retorno ao trabalho? Indicadores de saúde mental em professores durante a pandemia da COVID-19. **Polyphonía**, v. 31/1, jan.-jun. 2020.

DE ANDRADE, E. R. S. **Adoecimento no trabalho docente em tempos de pandemia: impactos na saúde dos professores dos anos iniciais de uma escola da rede pública do DF**. Universidade de Brasília, Brasília, 2020.

DE SOUSA, A. S. et al. A pesquisa bibliográfica: princípios e fundamentos. **Cadernos da FUCAMP**, v. 20, n. 43, 2021.

DODGE, R. et al. **The challenge of defining wellbeing**. International Journal of Wellbeing, 2(3), 222-235. Disponível em: <https://doi.org/10.5502/ijw.v2i3.4>. Acesso em: 27 jan. 2024.

DUARTE, G. H. et al. A saúde mental dos profissionais em tempos de pandemia – COVID-19: um relato de experiências de estágio na Secretaria De Educação do estado De Minas Gerais. **Revista Foco** |Curitiba (PR)| v.15. n.2|e365| p.01-15 |2022.

FERREIRA, R. L. **As consequências da pandemia da COVID-19 na psicodinâmica do trabalho nos docentes de uma escola estadual**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso.

COSTA, Jésse Ray Mendes; BATISTA, Marina Silva. Os impactos da pandemia da Covid-19 à saúde mental dos professores de escolas públicas do Brasil: uma revisão de literatura. **Pesquisas em Discurso Pedagógico**, n.33, jul. 2024.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa. 4. ed.** São Paulo: Atlas, 2007.

GOMES, M. A. et al. Contexto atual do ensino remoto em tempos de covid-19: um estudo de caso com estudantes do ensino técnico. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 10, p. 79175-79192, 2020.

GONÇALVES, G. B. B; GUIMARÃES, J. M De M. Aulas remotas, escolas vazias e a carga de trabalho docente. **Revista Retratos da Escola**, Brasília, v. 14, n. 30, p. 772-787, set./dez. 2020. Disponível em: &lt;http://retratosdaescola.emnuvens.com.br/rde&gt;. Acesso em: 27 jan. 2024.

GRANDISOLI, E. et al. Docência e covid-19: percepções de educadores da rede paulista de ensino. **Estudos em Avaliação Educacional**, v. 34, 2023.

KESSLER, R.C. et al. **Development of lifetime comorbidity in the World. Arch Gen Psychiatry**, v.68, n.1, p.90-100, 2011.

LIU, S. et al. Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. **The Lancet Psychiatry**, v. 7, n. 4, p. e17-e18, 2020.

MENESES, J. M. et al. A saúde mental dos professores no cenário de pandemia em Sobral – CE. **Ensino em Perspectivas**, Fortaleza, v. 2, n. 4, p. 1-11, 2021.

MURUGAN S.; K. & B. GOVINDARAJAN. **Statistical Package for the Social Science**. International Journal of Business and Economics Research. 8. 616-618, 2023.

OMS. Organização Mundial de Saúde. **Saúde Mental**. Genebra: OMS, 2018.

ROCHA, G. dos S. da. **Saúde mental e pandemia**: um estudo com os professores do Ensino Fundamental - Anos Iniciais do município de Cascavel/PR /. Cascavel, 2021. 177 p.  
RUAS, C. F. A. et al. Prevalência de depressão e ansiedade em professores da rede pública na era Covid-19. **Cadernos UniFOA**, Volta Redonda, v. 17, n. 49, p. 165–171, 2022. DOI: 10.47385/cadunifoa. v17.n49.3691. Disponível em: <https://revistas.unifo.a.edu.br/cadernos/article/view/3691>. Acesso em: 27 jan. 2024.

SANCHEZ, H. M.; et al. Impacto da saúde na qualidade de vida e trabalho de docentes universitários de diferentes áreas de conhecimento. **Ciência Saúde Colet**, v.24, n.11, p.4111-4122, 2019.

SANTOS, K. D. A et al. (2022). Pandemia de covid-19, saúde mental, apoio social e sentido de vida em professores. **In Preprints SciELO**. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.3575>. Acesso em: 27 jan. 2024.

SHACHAM, M. et al. COVID-19 Factors and Psychological Factors Associated with Elevated Psychological Distress among Dentists and Dental Hygienists in Israel. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 8, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32331401/>. Acesso em: 27 jan. 2024.

SILVA, A. F. et al. Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. Physis: **Rev Saúde Colet**, v.30, e300216, p.1-4, 2020.

**SILVA, R M. L.; LEITE, I. D. C. Valorização da saúde mental de professores perante a covid-19.** Faculdade Pernambucana de Saúde, Recife, 2023.

SOUZA, J. M. et al. DOCÊNCIA NA PANDEMIA: saúde mental e percepções sobre o trabalho on-line. **Teoria e Prática da Educação**, v. 24, n.2, p. 142-159, Maio/Agosto 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.4025/tpe.v24i2.59047>. Acesso em: 27 jan. 2024.

SOUZA, J. P. de; FERNANDES, F. E. C. V. Os impactos na saúde dos professores da educação básica durante a pandemia da COVID-19: uma revisão de literatura. **Travessias**, Cascavel, v. 17, n. 1, p. 1-8, jan./abr. 2023.

SOUZA, K. R. de. Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia. **Trab. educ. saúde** vol.19, Rio de Janeiro. 2021.

TORALES, J. et al. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. **International journal of social psychiatry**, v. 66, n. 4, p. 317-320, 2020.

TOSTES, M. V. et al. Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde Debate**, v.42, n.116, p.87-99, 2018.

VYGOTSKY, L. S. **Imaginação e criação na infância**. São Paulo: Expressão Popular, 2018.

## AS AUTORAS

**Jésse Ray Mendes Costa** é Licenciada em Biologia (UEPA) e Pedagogia (UNINTER), Especialista no Ensino de Biologia e Química (UNINTER); Professora da rede pública municipal de Abaetetuba/PA; Pós-graduanda em Docência com ênfase em Educação Inclusiva-Instituto Federal de Minas Gerais – IFMG.

**E-mail:** [jessemcosta19@hotmail.com](mailto:jessemcosta19@hotmail.com)

**Marina Silva Batista** é bacharela em Fisioterapia (USCS), Especialista em Fisioterapia em Neurologia (USP), Pós-graduanda em Docência com ênfase em Educação Profissional pelo Instituto Federal de Minas Gerais – IFMG.

**E-mail:** [maryna.goy16@gmail.com](mailto:maryna.goy16@gmail.com)