

**CENTRO UNIVERSITÁRIO PARA O DESENVOLVIMENTO DO ALTO VALE DO  
ITAJAÍ - UNIDAVI**

**BRUNA DA SILVA DOROW**

**SER PROFESSORA NA PANDEMIA: AS REPERCUSSÕES NA SAÚDE MENTAL**

**RIO DO SUL**

**2022**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO PARA O DESENVOLVIMENTO DO ALTO VALE DO  
ITAJAÍ - UNIDAVI**

**BRUNA DA SILVA DOROW**

**SER PROFESSORA NA PANDEMIA: AS REPERCUSSÕES NA SAÚDE MENTAL**

Trabalho de Conclusão de Curso a ser apresentado ao curso de Psicologia, da Área das Ciências Biológicas, Médica e da Saúde do Centro Universitário para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí, como condição parcial para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Profª. Orientadora: Ma. Katia Gonçalves dos Santos

**RIO DO SUL**

**2022**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO PARA O DESENVOLVIMENTO DO ALTO VALE DO  
ITAJAÍ - UNIDAVI**

**BRUNA DA SILVA DOROW**

**SER PROFESSORA NA PANDEMIA: AS REPERCUSSÕES NA SAÚDE MENTAL**

Trabalho de Conclusão de Curso a ser apresentado ao curso de Psicologia, da Área das Ciências Biológicas, Médica e da Saúde do Centro Universitário para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí, a ser apreciado pela Banca Examinadora formada por:

---

Professora Orientadora

**Banca Examinadora:**

---

Professor (a) Convidado (a)

---

Professor (a) Indicado (a)

**RIO DO SUL**

**2022**

*“Educar é mostrar a vida a quem ainda não a viu”.*  
Rubem Alves

Dedico às professoras, que me concederam o privilégio de ouvir suas experiências de um momento ímpar em suas vidas.

## AGRADECIMENTOS

Nesse momento tão especial e importante da minha vida, não poderia deixar de agradecer algumas pessoas que se fizeram presentes e foram indispensáveis para a minha caminhada até aqui.

Agradeço primeiramente à minha mãe **Sandra**, que desde sempre cumpriu o papel de mãe e de pai em minha vida e de meu irmão, não medindo esforços para que meu sonho se concretizasse, sempre acreditando em mim e no meu potencial, me incentivando nos mais difíceis momentos que passamos. Obrigada pela sua presença, por se preocupar comigo, pelo seu apoio e pelo seu investimento em mim durante esses 5 anos de graduação. Obrigada por ser você, você é um exemplo de garra e determinação.

Ao meu querido e amado irmão **Miguel**, agradeço pela sua presença nos momentos mais difíceis, por ouvir minhas angústias e anseios da graduação, por tornar minha vida mais leve e engraçada nos momentos que passamos juntos.

Gratidão à minha tia **Sonia**, que desde a infância me incentivou a realizar uma graduação. Ao meu primo **Vitor**, que sempre esteve presente. Obrigada a vocês pela confiança, por todo o carinho, amor e incentivo.

Agradeço ao meu amado namorado **Breno**, que me apoiou e me auxiliou em diversos momentos da graduação. Obrigada por compreender a minha ausência em muitos momentos, por todo o seu amor, carinho, escuta, paciência e por tornar esse processo mais leve para mim.

Agradeço imensamente à minha amada sogra **Ilda**, que em diversos momentos não poupou esforços para me auxiliar, em especial, no final de minha graduação. Obrigada por ajudar a tornar meu sonho possível, sou muito grata por todo seu amor, carinho, cuidado e zelo. Você me inspira a ser cada vez melhor.

Agradeço a minha amada gata **Fiona**, que em seus 11 anos de vida, esteve presente e acompanhou todas as fases da minha graduação, tornando-a mais feliz, leve e com mais amor.

Obrigada à minha amiga e dupla da faculdade **Paola**, que sempre esteve ao meu lado durante toda a graduação. Obrigada pelo compartilhamento de momentos e de experiências, pelo apoio e por toda a ajuda que me proporcionou.

Agradeço aos meus mestres, por todos os ensinamentos transmitidos, pelos conselhos e pela escuta. Em especial, à minha querida professora e orientadora **Katia**, que despertou em mim a verdadeira essência da Psicologia como profissão. Obrigada por confiar em mim, por

todos os momentos que compartilhamos juntas, de orientações, trocas, escuta, conversas e boas risadas. Sou grata a você por todos os ensinamentos, incentivos e dedicação. Você é uma inspiração para mim, como pessoa e como profissional.

Por fim, agradeço a todas as professoras que participaram da minha pesquisa, sem vocês ela não seria possível. Obrigada pela confiança no meu trabalho e por ser uma parte da realização de um sonho.

## RESUMO

O presente trabalho tem como contexto social e histórico a Pandemia da SARS-CoV-2 (COVID-19), que teve seu início em dezembro de 2019. O cenário pandêmico repercutiu em todo o mundo, âmbitos, profissões, idades e populações. Toma-se como foco professoras da educação básica da rede pública municipal, tendo em vista que esta já é considerada uma das profissões mais estressantes do mundo, devido à precarização das condições de trabalho, sobrecarga emocional, desvalorização e acúmulo de tarefas. Frente a isso, objetivou-se com este estudo compreender as repercussões da pandemia SARS-CoV-2 (COVID-19) na saúde mental de professoras em escolas públicas de uma cidade da Região do Alto Vale do Itajaí. Tratou-se de uma pesquisa qualitativa, de campo (empírica), exploratória-descritiva e transversal. As participantes do estudo foram professoras com idades entre 24 e 54 anos, que vivenciaram a pandemia como docentes da rede pública nas escolas participantes do estudo. Para atingir os objetivos foi realizada uma entrevista semiestruturada aberta e a análise e interpretação dos dados coletados aconteceu através da Análise de Conteúdo de Bardin. Os resultados obtidos foram organizados em cinco categorias de análise que abordam a experiência do trabalho docente durante a pandemia, as adversidades do ensino à distância durante a pandemia, os sofrimentos emocionais resultantes do trabalho remoto, as estratégias de enfrentamento das professoras e por fim, os aspectos positivos decorrentes da pandemia. Fundamentado nisso, foi possível identificar as repercussões da pandemia na saúde mental de professoras de escolas públicas, como algo que trouxe para as professoras uma série de sentimentos e percepções, com novos desafios, nunca vistos anteriormente, para a sua prática. Diante desse novo contexto, as professoras vivenciaram o aumento de sua carga horária involuntariamente e sentimentos relacionados à ansiedade, estresse, sobrecarga, incapacidade, ansiedade, desânimo e exaustão. Tais sentimentos influenciaram no equilíbrio físico, mental e econômico das professoras.

**Palavras-Chave:** pandemia, saúde mental, professores.

## **ABSTRACT**

The present work has as its social and historical context the SARS-CoV-2 (COVID-19) Pandemic, which began in December 2019. The pandemic scenario had repercussions around the world, areas, professions, ages and populations. The focus is on teachers of basic education in the municipal public network, considering that this is already considered one of the most stressful professions in the world, due to the precariousness of working conditions, emotional overload, devaluation and accumulation of tasks. In view of this, the objective of this study was to understand the repercussions of the SARS-CoV-2 (COVID-19) pandemic on the mental health of teachers in public schools in a city in the Alto Vale do Itajaí Region. It was a qualitative, field (empirical), exploratory-descriptive and transversal research. The study participants were teachers aged between 24 and 54 years old, who experienced the pandemic as public school teachers in the schools participating in the study. To achieve the objectives, an open semi-structured interview was carried out and the analysis and interpretation of the data collected took place through Bardin's Content Analysis. The results obtained were organized into five categories of analysis that address the experience of teaching work during the pandemic, the adversities of distance learning during the pandemic, the emotional sufferings resulting from remote work, the teachers' coping strategies and, finally, the positive aspects of the pandemic. Based on this, it was possible to identify the repercussions of the pandemic on the mental health of public school teachers, as something that brought teachers a series of feelings and perceptions, with new challenges, never seen before, for their practice. Faced with this new context, the teachers experienced an increase in their workload involuntarily and feelings related to anxiety, stress, overload, incapacity, anxiety, discouragement and exhaustion. Such feelings influenced the physical, mental and economic balance of the teachers.

**Keywords:** pandemic, mental health, teachers.

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO.....</b>	<b>11</b>
1.1 TEMA.....	12
<b>1.2 PROBLEMA DE PESQUISA.....</b>	<b>12</b>
<b>1.3 OBJETIVOS.....</b>	<b>13</b>
1.3.1 Geral.....	13
1.3.2 Específicos.....	13
1.4 JUSTIFICATIVA.....	13
<b>2. REFERENCIAL TEÓRICO.....</b>	<b>15</b>
2.1 A PANDEMIA DE COVID-19 .....	15
2.2 SAÚDE MENTAL E TRABALHO.....	16
2.3 A SAÚDE MENTAL DOS (AS) PROFESSORES (AS) .....	21
2.3.1 A saúde mental dos(as) professores(as) na pandemia .....	25
<b>3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....</b>	<b>28</b>
3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA .....	28
3.2 LOCAL DE REALIZAÇÃO DA PESQUISA .....	29
3.3 PARTICIPANTES.....	29
3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.....	30
3.5 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS .....	30
3.6 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DE DADOS.....	32
3.7 PROCEDIMENTOS ÉTICOS.....	33
<b>4. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b>	<b>34</b>
4.1 CARACTERIZAÇÃO DAS PARTICIPANTES.....	36
4.2 O TRABALHO DURANTE A PANDEMIA .....	37
4.3 ADVERSIDADES DO ENSINO À DISTÂNCIA DURANTE A PANDEMIA .....	42
4.4 SOFRIMENTOS EMOCIONAIS RESULTANTES DO TRABALHO REMOTO....	50
4.5 ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO.....	56
4.6 ASPECTOS POSITIVOS DECORRENTES DA PANDEMIA .....	61
<b>5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>66</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>68</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>75</b>
<b>APÊNDICES.....</b>	<b>85</b>

## 1. INTRODUÇÃO

Desde o seu surgimento na China, em dezembro de 2019, a síndrome respiratória aguda grave, causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2) estendeu-se pelo mundo, infectando aproximadamente 632 milhões de pessoas e ocasionando um número de mortes de cerca de 6,6 milhões de pessoas. (WHO, 2022).

O cenário pandêmico passa a ser o novo normal, ou seja, traz consigo a proposta de um novo padrão que pudesse assegurar a sobrevivência da humanidade. A sociedade passa a discutir assuntos técnicos, sobre a necessidade de evidências científicas para o uso de medicamentos e vacinas, a exigência do uso de máscaras e de álcool em gel, de distanciamento e isolamento social, o fechamento de universidades e escolas, a interrupção de encontros de caráter religioso, a proibição de eventos sociais, as diversas intervenções adicionais de saúde pública e tantas outras medidas de restrições às aglomerações e ao contato com outras pessoas. Todos esses fatores, somam-se aos colegas, amigos e familiares que morreram, acometidos pelo covid-19. Tais acontecimentos influenciaram a saúde mental das pessoas. (SILVA et al, 2020).

O conceito de saúde mental pode ser definido, de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), como “um estado de bem-estar físico, mental e social, no qual o indivíduo sente-se bem consigo e nas interações com outras pessoas”. Portanto, é uma condição que vai além da ausência de transtornos mentais e prejuízos significativos no funcionamento do indivíduo.

No Brasil, a classe profissional dos professores já vinha tendo sua saúde mental severamente afetada devido às suas condições de trabalho, que foram prejudicadas por reformas trabalhistas e políticas nacionais, que acarretaram na fragmentação de sua práxis e na complexidade de suas demandas. Sintomas de estresse, ansiedade, síndrome de burnout, tal como privação de sono, problemas vocais e doenças osteomusculares, são considerados os principais motivos de afastamento do trabalho de professores. (SILVA et al., 2020).

De acordo com os dados da CNN Brasil (2020), mais de 94 mil escolas públicas brasileiras apresentaram dificuldades em realizar todas as atividades pedagógicas determinadas pelo Ministério da Educação durante a pandemia de Covid-19, período em que as aulas remotas foram implementadas. Esse número representa 93% de todas as unidades da rede de ensino, que engloba as escolas municipais, estaduais e federais de caráter público do

país. Dentre as principais dificuldades encontradas pelos professores da rede pública na pandemia está a carência de dispositivos tecnológicos; a falta de acesso à internet e a não familiaridade com os dispositivos tecnológicos por parte dos discentes e dos próprios docentes; a dificuldade enfrentada pelos pais e/ou responsáveis para apoiar e auxiliar os alunos nas atividades escolares; os obstáculos enfrentados pelas escolas no auxílio aos alunos que residem em áreas isoladas ou em condição de vulnerabilidade social.

O ensino remoto impôs aos professores um aumento de sua carga horária e do ritmo de trabalho, o que repercutiu tanto em suas rotinas profissionais quanto nas sociais. Frente a esse cenário, surgiram sentimentos como medo, incerteza e angústia, além do aumento de cobranças, falta de delimitação do tempo de trabalho, cansaço e despesas financeiras extras. (SILVA et al. 2020).

Considera-se que a pandemia da COVID-19 e as medidas de prevenção à disseminação da doença implementadas ao redor do mundo, representaram um desafio expressivo aos mais diversos setores da sociedade. Em especial, o setor educacional foi imensamente afetado. Diante dos impactos da pandemia da COVID-19 na rotina de trabalho dos professores, faz-se importante atentar a esses profissionais que vivenciaram e ainda vivenciam esse conturbado momento na educação. Dessa forma, é possível definir os principais desafios, bem como utilizar os dados para facilitar discussões que levem a melhores estratégias de enfrentamento, com o objetivo de criar um ambiente mais igualitário e menos degradante para essa importante classe profissional, que forma a base da educação brasileira.

## 1.1 TEMA

As repercussões da pandemia SARS-CoV-2 (COVID-19) na saúde mental de professoras.

## 1.2 PROBLEMA DE PESQUISA

Quais as repercussões da pandemia SARS-CoV-2 (COVID-19) na saúde mental de professoras em escolas públicas de uma cidade da Região do Alto Vale do Itajaí?

## 1.3 OBJETIVOS

### 1.3.1 Geral

Compreender as repercussões da pandemia SARS-CoV-2 (COVID-19) na saúde mental de professoras em escolas públicas de uma cidade da Região do Alto Vale do Itajaí.

### 1.3.2 Específicos

- Descrever as percepções de professoras, acerca do trabalho durante a pandemia;
- Caracterizar as principais adversidades do ensino à distância encontradas por professoras durante a pandemia;
- Identificar possíveis sofrimentos emocionais resultantes do trabalho remoto;
- Verificar estratégias de enfrentamento utilizadas pelas professoras durante a pandemia;
- Apresentar possíveis aspectos positivos decorrentes da pandemia.

## 1.4 JUSTIFICATIVA

A saúde mental dos (das) professores (as) vêm sendo discutida antes mesmo do cenário pandêmico. Dados de uma pesquisa realizada em 2018, pela Associação Nova Escola, apontam que 66% dos (das) professores (as) já necessitaram de um afastamento no trabalho por questões de saúde: 68% deles por conta da ansiedade, 63% por casos de estresse e dores de cabeça e 39% por causa da insônia. Dos entrevistados, 28% relataram já ter sofrido de depressão em algum momento de sua carreira.

A pandemia COVID-19 gerou e acrescentou impactos na qualidade de vida, na saúde física e mental, nas relações sociais do professor e em sua atuação profissional. Essas repercussões afetam a capacidade dos (as) professores (as) de executarem suas tarefas no trabalho, tornando um problema sistêmico da educação. A pandemia caracteriza mais um dos grandes desafios encarados por esses profissionais. De acordo com uma pesquisa realizada pela Nova Escola (2021), estima-se que 72% dos professores (as) tiveram a saúde mental afetada e precisaram buscar suporte durante a pandemia.

Considerando a importância da profissão docente para o futuro de nossa sociedade, como um agente socializador, facilitador/mediador do conhecimento, ou como aquela que propicia a ética e os valores por meio da educação, vale destacar a relevância em relação às repercussões da pandemia COVID-19 na saúde mental de professores(as), para o desenvolvimento social, científico e profissional.

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

Neste segmento, é apresentado o referencial teórico que fundamenta este trabalho, abordando os conteúdos que servem de embasamento para a compreensão do tema.

### 2.1 A PANDEMIA DE COVID-19

O coronavírus (CoV), que foi isolado pela primeira vez em 1937, ficou conhecido entre os anos de 2002 e 2003, por causar uma síndrome respiratória grave em humanos, que ficou conhecida como SARS. Durante esse período, a epidemia foi responsável por um grande número de casos de infecções graves no sistema respiratório inferior, muitas vezes acompanhadas de febre e insuficiência respiratória. Após dezoito anos, os primeiros casos do SARS-CoV, este novo CoV, nomeado SARS-CoV-2, é responsável pela acelerada propagação e disseminação da doença a nível nacional e internacional. (FUNG et al, 2020).

A COVID-19 é uma doença infectocontagiosa causada pelo coronavírus da síndrome respiratória aguda grave 2 (SARS-CoV-2), do inglês *severe acute respiratory syndrome-associated coronavirus 2*. Conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS), na data de 31 de dezembro de 2019, em Wuhan, na China, surgem os primeiros casos de pneumonia causada por um agente desconhecido foram descritos e relatados às autoridades de saúde. No dia 7 de janeiro, foi divulgado o sequenciamento do genoma viral. No dia 12 de janeiro, a China por meio do banco de dados internacional *Global Initiative on Sharing All Influenza Data (GISAID)*, compartilhou sua sequência genética com a OMS e outros países. (OMS; OPAS, 2020).

Em 30 de janeiro de 2020, a OMS anunciou que o surto do novo coronavírus estabeleceu uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII). Este foi o mais alto nível de alerta da Organização, conforme previsto no Regulamento Sanitário Internacional. Tal decisão teve como objetivo melhorar a coordenação, cooperação e solidariedade global para impedir a propagação do vírus. Esta decisão melhora a coordenação, colaboração e solidariedade global para impedir a propagação do vírus. (OMS; OPAS, 2020).

No Brasil, a primeira morte confirmada ocorreu no dia 12 de março, sendo uma mulher de 57 anos que estava internada em um hospital municipal da capital de São Paulo (VERDÉLIO, 2020). Com a confirmação das primeiras mortes, no dia 18 de março, a Câmara

dos Deputados aprovou um decreto legislativo para o reconhecimento do estado de catástrofe pública no país permitindo o alargamento das despesas face à pandemia (BRASIL, 2020). Diante do avanço do vírus no país, em 11 de março, as primeiras medidas de isolamento começaram a ser tomadas por estados e municípios. (GOVERNO, 2020).

O Brasil, assim como todos os outros países que vivenciam a pandemia, tem empregado medidas para conter a disseminação do vírus e evitar que o sistema de saúde entre em colapso, devido ao acelerado crescimento dos casos. Dentre as principais medidas de precaução estão o isolamento de cidades, o fechamento de estabelecimentos, incluindo as escolas e a suspensão da atividade do transporte coletivo nas cidades. Essas medidas foram seguidas e adaptadas conforme os protocolos e necessidades de cada região do país (VENTURA; AITH; RACHED, 2020).

Em consonância ao exposto anteriormente, Wong et al. (2020), apontam que a descontinuação das atividades presenciais nas escolas, o distanciamento social, a diminuição de serviços de saúde e as mensagens de saúde pública difundidas nos espaços públicos, são algumas das medidas destinadas à tentativa de retardar a contaminação pela Covid-19.

As medidas preventivas são de fundamental importância para a não propagação do vírus, sendo utilizadas com o objetivo de manter as pessoas sem interação umas com as outras, buscando diminuir a probabilidade de contaminação e, por consequência, a procura pelos serviços de saúde e a quantidade de óbitos. Contudo, apesar dos benefícios que traz em função da contenção da doença, essas medidas implicam, muitas vezes, na vivência de situações desagradáveis que podem ocasionar impactos na saúde mental das pessoas envolvidas. (BROOKS et al., 2020).

Conforme aponta o Ministério da Saúde do Brasil (2020), a crise social decorrente da pandemia da pandemia Covid-19 tem sido descrita como um dos maiores problemas de saúde pública internacional das últimas décadas, afetando basicamente todo o planeta. Tal evento resulta em impactos psicológicos e sociais que afetam a capacidade de enfrentamento de toda a sociedade, em diferentes níveis de intensidade e propagação.

## 2.2 SAÚDE MENTAL E TRABALHO

Desde os primórdios, o ser humano precisa executar tarefas que assegurem sua sobrevivência, proteção e acesso a condições melhores de vida. O trabalho sempre

desempenhou papel importante na vida da humanidade. Contudo, as formas de se trabalhar têm passado por diversas mudanças aceleradas. (LEITE, 2020). O autor ainda afirma que “os avanços tecnológicos, as descobertas científicas, a modernização das leis trabalhistas e até mesmo o aumento da expectativa de vida têm contribuído para as transformações na maneira como a humanidade exerce o trabalho.”.

No Brasil, o campo da Saúde do Trabalhador se expandiu junto ao surgimento do movimento sindical. Em ambos, as reivindicações e a participação dos trabalhadores foram fundamentais, refletindo a força das demandas sociais que apareceram durante o último período da ditadura militar. Nessa época, o movimento sindical, combativo e classista, alcançou maior relevância, e a luta pela saúde do trabalhador foi uma das pautas que culminaram em diversas conquistas. (SILVA; BERNARDO; SOUZA, 2016).

Em todo o mundo, as modificações nos processos de trabalho foram ocorrendo com a evolução tecnológica, demonstrando um aumento da competitividade, de modo que os trabalhadores começaram a temerem ser superados pelas máquinas e também, pela necessidade de se adaptarem a elas, o que acabou acarretando em um aumento dos quadros de ansiedade, tensão e insegurança, originando sofrimento psíquico aos trabalhadores (SIMÕES, 2013).

Como aponta Silva, Bernardo e Souza (2016), atualmente, o mundo do trabalho pode apresentar diversas adversidades nos aspectos físicos e mentais para os trabalhadores, provocados pelas novas tecnologias, a crescente globalização e pelos impactos ambientais cada vez maiores.

De modo simplificado, saúde é um estado de normalidade do corpo, que conta com disposição física e mental. (LEITE, 2020). De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), "a saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade.”.

Essa definição da Organização Mundial da Saúde se sucedeu em 1946 e, para a época, foi inovadora e ambiciosa porque, em vez de oferecer o conceito inadequado de saúde, amplia o conceito incluindo aspectos físicos, mentais e sociais. Ainda que as intenções fossem positivas nessa definição, ela tem recebido excessivas críticas durante seus 60 anos de existência. Essas críticas, dão-se principalmente pelo motivo de que é proposto um significado irrealista, em que as limitações humanas e ambientais fariam a condição de “completo bem-estar” improvável de ser alcançada. (ALMEIDA, 2011).

A OMS (1975), define saúde mental como “um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, pode trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para sua comunidade”. O Sistema Único de Saúde brasileiro assume uma concepção ampliada de saúde e integra em suas prioridades o cuidado à saúde mental. (BRASIL, 1990).

Leite (2020) sugere que ao entendermos a perspectiva de saúde por meio da definição da OMS, pode iniciar-se reflexões sobre a influência do trabalho na saúde física e mental. A primeira constatação se dá por meio dos números alarmantes que colocam o Brasil como um dos países nos quais mais acontecem acidentes de trabalho. Ou seja, trabalhar pode ser arriscado. Outra causa que corrobora essa tese do autor são os números proeminentes de licenças médicas, afastamentos por invalidez e aumento de doenças ocupacionais. Tudo isso, além de prejudicar a saúde e a produtividade, também afeta a saúde psicológica do trabalhador ao mexer com a autoestima, ocasionar inseguranças e a não qualidade de vida. O autor entende como qualidade de vida, algo primordial para o ser humano e descreve o conceito como:

O termo qualidade de vida refere-se às condições de vida de uma pessoa e envolve diversos aspectos, como o bem-estar físico e mental, os relacionamentos sociais e familiares, a educação e o acesso a direitos como água tratada, saneamento de esgoto, acesso a hospitais, entre outros. (LEITE, 2020).

Relacionando com o conceito abrangente de qualidade de vida, Bleger (1984) aponta que para ter-se saúde mental, não importa apenas a ausência de doenças, considera-se também o desenvolvimento integral das pessoas e da comunidade que estão inseridas. A ênfase, então, na saúde mental, desloca-se da doença à saúde e à observação de como os seres humanos vivem em seu cotidiano.

De acordo com Pereira e Scatolin (2020), podemos pensar no trabalho como uma fonte de vida, capaz de conceder identidade às pessoas no plano pessoal e no social. porém, pode-se considerar também, o trabalho como uma fonte de adoecimento psicossomático e social, de modo que o desgaste, o estresse e as condições ambientais do trabalho podem romper o equilíbrio do trabalhador.

Em concordância ao exposto, o trabalho como regulador social, é fundamental para a subjetividade humana, essa condição mantém a vida do sujeito. As condições laborais, tal como as relações diretas entre os trabalhadores, influenciam diretamente a qualidade de vida.

Leite (2020), afirma que uma maneira de compreender as dimensões que dizem respeito à qualidade de vida é dividindo esse assunto em alguns itens:

**Quadro 1 - Dimensões da qualidade de vida**

<b>Bem-estar físico</b>	Corresponde à saúde física, às condições de saúde, à inexistência ou controle adequado de doenças.
<b>Bem-estar emocional</b>	Diz respeito às condições psíquicas e afetivas do indivíduo. Está relacionado à qualidade de seus relacionamentos, à autoestima, ao controle das próprias emoções e à automotivação.
<b>Bem-estar social</b>	É o convívio em sociedade. A maneira como se dão as relações com familiares, amigos e colegas de trabalho deve ser saudável para gerar bem-estar social, o que auxilia no bem-estar emocional.
<b>Bem-estar profissional</b>	É a satisfação em relação à profissão, às atividades que desenvolve, ao cargo que ocupa e às relações que mantém no ambiente de trabalho.
<b>Bem-estar intelectual</b>	Demonstra a capacidade criativa da pessoa. Tem relação com o hábito de expandir e partilhar ideias e conhecimentos.
<b>Bem-estar ambiental</b>	Diz respeito à relação que o indivíduo mantém com o meio no qual ele vive e as consequências dessa relação na sua qualidade de vida.
<b>Bem-estar espiritual</b>	Implica na maneira como a pessoa lida com questões tais como o sentido da vida, o autoconhecimento e a busca pela espiritualidade.

Fonte: Elaborado a partir de Leite (2020).

O exercício laboral influencia diretamente na esfera econômica, social e cultural de uma sociedade, pois é um elemento central da vida do homem moderno. A atividade no trabalho mostra-se como um elemento capaz de interferir e contribuir para a relação saúde-doença mental. (LEÃO E VASCONCELLOS, 2015).

Em relação à satisfação no ambiente de trabalho, vale destacar que o termo satisfação é passível de questionamentos. Apesar de que em dicionários de português sua definição seja “ato de satisfazer-se, contentar-se ou sentir prazer”, a sensação de satisfação tende a variar de uma pessoa para outra. Um trabalhador, por exemplo, pode valer-se de fatores racionais como salário e benefícios para definir sua satisfação, ou de critérios mais afetivos, como o gosto pela atividade desenvolvida ou os relacionamentos estabelecidos no ambiente empregatício.

Leite (2020) menciona que há diferentes pesquisas que demonstram que a questão da satisfação, é resultado de fatores internos com estímulos externos. O autor ainda destaca os seguintes fatores como mais influentes para a satisfação no trabalho:

**Quadro 2 - Fatores que influenciam na satisfação do trabalho**

<b>Sentimento em relação à função</b>	Pessoas satisfeitas profissionalmente costumam mencionar o sentimento de realização em relação às tarefas que desempenham. Sentir-se útil, perceber que pode utilizar suas habilidades e competências, sentir-se valorizado e recompensado financeiramente são os componentes do “gostar do que se faz”.
<b>Relações positivas e agregadoras</b>	Consiste na qualidade dos relacionamentos que o trabalhador estabelece com colegas de atividade e lideranças. Trabalhar em um local no qual as pessoas se respeitam, valorizam-se e auxiliam-se é fator determinante para a satisfação do trabalhador e até mesmo para a decisão de permanecer no emprego, mesmo diante de outra oportunidade.
<b>Concordância com os valores da organização</b>	A pessoa conhecer, concordar e promover a cultura da empresa. Ou seja, ela deve compartilhar das crenças, normas e objetivos da organização.
<b>Envolvimento e comprometimento</b>	Trabalhadores satisfeitos costumam demonstrar que estão empenhados em entregar resultados cada vez melhores, ao mesmo tempo que torcem pelo sucesso de todos.

Fonte: Elaborado a partir de Leite (2020).

Problemas de saúde mental, como depressão, ansiedade, dependência química e estresse, são comuns, afetando indivíduos, suas famílias, as relação no trabalho e a sociedade como um todo. Além do impacto direto nos locais de trabalho por meio do aumento do absenteísmo, redução significativa da produtividade e aumento de custos (WHO, 2005).

A Organização Mundial da Saúde (2005) elenca os principais fatores no ambiente de trabalho que podem contribuir para problemas de saúde mental: Demandas conflitantes em casa e no trabalho; maus relacionamentos interpessoais; desigualdade; tarefas monótonas e desagradáveis; falta de participação e controle no local de trabalho; falta de comunicação; falta de condições de trabalho; falta de reconhecimento no trabalho; ambiguidade e conflitos de papéis; carga excessiva de trabalho.

Dejours (1994), aponta três estratégias de como o trabalhador poderá enfrentar o sofrimento no trabalho e definir se irá gerar ou não, um adoecimento psíquico. Ele as classifica em: defesas (a) de proteção; (b) de adaptação e (c) de exploração. As defesas de proteção são maneiras de pensar e agir para proteger-se do sofrimento proveniente do trabalho, aqui o sofrimento é racionalizado ou evitado, essas defesas colaboram para que o trabalhador se torne alheio às causas do sofrimento, tendo como consequências o aumento do

sofrimento ou o adoecimento. Em relação às defesas de adaptação e de exploração, elas estão relacionadas à submissão aos interesses de produção da organização, em que o trabalhador se sujeita a comportamentos inconscientes que atendam à produção e ao funcionamento.

A escolha das vias de estratégia sugeridas por Dejours vai resultar do funcionamento psíquico de cada indivíduo, ocorrendo “em função de características pessoais, desejos, aspirações, motivações e necessidades psicológicas que integram a vida do indivíduo, não sendo, portanto, igual para todos.” (DEJOURS, 1994).

### 2.3 A SAÚDE MENTAL DOS (AS) PROFESSORES (AS)

Conforme mencionado por Marcelo (2009), a profissão docente é uma “profissão do conhecimento”. O trabalho docente consiste no “compromisso em transformar esse conhecimento em aprendizagens relevantes para os alunos”. (MARCELO, 2009, p.8). Nesse sentido, o professor é um profissional que trabalha com o conhecimento e, para atingir esse propósito, demanda ter compromisso com a aprendizagem estudantil. O autor ainda salienta que, atualmente:

Ser professor se configura em compreender que tanto os alunos como o conhecimento transformam-se muito rapidamente, mais do que o que estávamos habituados, e para continuar respondendo adequadamente ao direito discente de aprender é preciso que os professores se esforcem também para continuar aprendendo. Dito de outro modo, não é só a tarefa de ensinar aos alunos, de fazê-los aprender, mas também é necessário o esforço do professor para continuar aprendendo para poder ensinar. (MARCELO, 2009, p.9).

Baccon (2011) considera que a docência não é uma prática que concebe resultados imediatistas e materiais. Refere-se a um trabalho que exige o envolvimento de energia e de afeto por parte do professor. Portanto, sugere-se que a profissão docente não pode ser caracterizada como mecânica ou sem sentido, pois nela estão incluídos sentimentos, relações interpessoais, saberes de ordens diferentes, o individual e simultaneamente o coletivo.

A profissão docente é caracterizada por altos níveis de concentração, precisão e diversas demandas de atenção. Considerando a perspectiva emocional, o professor precisa se envolver com alunos, pais ou responsáveis, colegas, equipe técnica e, muitas vezes, esses relacionamentos podem ser conflitantes ou potencialmente conflitantes. (SALANOVA, MARTÍNEZ & LORENTE, 2005).

Considerando o mundo atual e globalizado, novos cenários se estabelecem, como o avanço do capitalismo mundial integrado, novas tecnologias, aceleração de produção, trabalho e trabalhadores/as flexíveis e polivalentes, acompanhados de trabalhadores (as) precarizados (as) e excluídos das inovações. Tais mudanças acabam refletindo na reestruturação e reforma dos sistemas educacionais, atingindo o quadro docente, o trabalho que desempenham e as relações profissionais e sociais. (BRITO E GOMES, 2006).

Segundo Ens e Donato (2011), a chamada “sociedade do conhecimento”, na qual estamos inseridos atualmente, ocasiona certas implicações para o “ser professor” de modo que há uma complexidade na profissão que vivencia um estado de constante tensão por conta dos desafios inerentes a ela. Nesse sentido, ser professor é ser responsável por formar alunos que possam conviver em uma sociedade repleta de mudanças e incertezas, sendo capacitado para enfrentar desafios. Ao professor também é esperado que ele dê a sua contribuição para uma melhoria qualitativa da sociedade.

Os profissionais da educação enfrentam tanto as exigências da nossa sociedade, quanto com os problemas referentes aos recursos materiais e humanos. A mudança no contexto social da última década transformou os perfis dos professores. Suas exigências pessoais e ambientais estão significativamente relacionadas à eficácia de suas atividades. (ESTEVE, 1999).

Além de suas funções tradicionais, relacionadas ao ensino das disciplinas, os professores, nos últimos anos, têm desempenhado outras funções com os alunos, como: desenvolver hábitos de higiene e saúde, acolhimento psicológico, educação em relação ao trânsito, educação anti-sexista, anti-racista e anti-classista, educação para o consumo/ pensar econômico. (BRITO; GOMES, 2006). Estas funções acabam por sobrecarregar as atividades cotidianas do professor (a). Os autores ainda apontam que:

É exigido que os profissionais de educação ofereçam qualidade de ensino, dentro de um sistema de massa, ainda baseado na competitividade, entretanto, os recursos materiais e humanos são cada vez mais precarizados, têm baixos salários, há um aumento das funções das/os professoras/es, contribuindo para um esgotamento e uma contradição quanto à formação que é oferecida. (BRITO; GOMES, 2006, p. 51).

Socialmente, as tarefas domésticas e familiares e o cuidado com os filhos é, na maior parte das vezes, uma responsabilidade da mãe/mulher. Frente ao exposto, é válido considerar que as mulheres constituem 80% dos 2,2 milhões de docentes da educação básica brasileira,

conforme os dados do Censo Escolar. Diante desse dado, resultados de pesquisas apontam que as professoras tiveram sua qualidade de vida afetada à medida que o formato de ensino passou a ser realizado sem sair de casa e misturado aos afazeres domésticos, aos cuidados familiares e de si, papéis que se evidenciaram no contexto do confinamento no lar, causando uma maior sensação de sobrecarga para as mulheres. (PESSOA; MOURA; FARIAS, 2021).

Neves (1999), sugere que os principais sintomas relacionados à sobrecarga no trabalho docente são: “[...] intenso mal-estar, envolvendo problemas de saúde relativos à ansiedade, tensão, nervosismo, depressão, angústia, insegurança, esgotamento, estresse e irritabilidade [...]”. A autora ainda pontua que soma-se a esses sintomas “ [...] frustração, falta de ar, pressão baixa, tonturas, labirintite, perturbações do sono, perturbações de caráter digestivo, problemas nas cordas vocais, problemas respiratórios, alergias, formas de alimentação inadequadas.”. Contudo, essas sintomatologias se potencializam em determinadas épocas do ano, como no fim do período letivo.

Diehl e Marin (2016), apontam como os principais fatores contribuintes para o alto nível de estresse da profissão: a inexistência de reconhecimento social e de motivação para o trabalho, más condições de trabalho, problemas relacionais com os alunos, alta demanda de trabalho, exigência constante de qualificação e atualização, cobrança dos pais de alunos e questões relacionadas à melhor administração de seu tempo. São sintomas relacionados ao desgaste laboral os problemas relacionados ao sono, abuso de medicamentos, sentimento de esgotamento, além de configuração de quadros de transtornos mentais comuns (TMC), como transtornos de humor, dentre eles o estresse.

Esse conjunto de sintomas emocionais e físicos no trabalho, pode ser correlacionado com os quadros sintomáticos da Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional. A profissão docente é apontada pela Organização Internacional do Trabalho (OIT), como uma das mais estressantes, com forte incidência de elementos que conduzem à Síndrome de Burnout. Esse fenômeno, atinge professores de diferentes países do mundo e, se assemelha a um caráter epidêmico mundial que extrapola as fronteiras nacionais. O estresse é considerado pela OIT como um fator de risco ocupacional da profissão, enquanto a Síndrome de Burnout é um processo crônico e gradual de exaustão, falta de motivação para o trabalho e produtividade reduzida. De acordo com o CID-11, a Síndrome de Burnout é uma síndrome ocupacional, da qual os professores estão sob alto risco de desenvolver, de acordo com a OIT,

inclusive podendo haver uma incidência maior nesta categoria do que em profissionais de saúde. (GIL-MONTE, 2008).

O conceito mais aceito sobre a Síndrome de Burnout fundamenta-se na perspectiva social psicológica de Maslach e Jackson (1981). Essa concepção considera a Síndrome de Burnout como uma reação à tensão emocional crônica por ter que lidar em excesso com pessoas. É um construto formado por três dimensões relacionadas, mas independentes.

**Quadro 3 - Dimensões relacionadas à Síndrome de Burnout**

<b>Exaustão emocional</b>	Caracterizada pela falta de energia e entusiasmo, pela sensação de esgotamento de recursos dos quais pode somar-se ao sentimento de frustração e de tensão nos trabalhadores, por perceberem que já não têm condições de despender mais energia para o atendimento de seu cliente ou demais pessoas.
<b>Despersonalização</b>	Descrita pelo desenvolvimento de uma insensibilidade emocional, que faz com que o profissional trate os clientes, colegas e a organização de maneira desumanizada.
<b>Diminuição da realização pessoal no trabalho</b>	Definida pela tendência do trabalhador a auto avaliar-se negativamente, tornando-se infeliz e insatisfeito com seu desenvolvimento profissional, com conseqüente declínio no seu sentimento de competência e êxito, bem como de sua capacidade de interagir com outrem.

Fonte: Elaborado a partir de Maslach e Jackson (1981).

Gil-Monte (2008), apresenta um modelo teórico da Síndrome de Burnout formado por quatro dimensões: (1) Ilusão pelo Trabalho; (2) Desgaste Psíquico; (3) Indolência e (4) Culpa. A primeira dimensão refere-se à vontade do indivíduo de alcançar metas que dizem respeito ao trabalho. A segunda e a terceira equivalem às dimensões Exaustão Emocional e Despersonalização, respectivamente. A quarta dimensão aborda o sentimento de culpa do indivíduo diante de atitudes e comportamentos que não são concordantes com as normas internas e cobrança social relativo ao seu papel profissional (GIL-MONTE, 2008).

Reconhecer o perfil de risco e os possíveis sinais precoces de desenvolvimento da Síndrome de Burnout é fundamental para intervenções preventivas (MASLACH; LEITER, 2008). Conforme sugere a pesquisa de Carlotto (2011, p. 408), a classe de professores com maior prevalência de Síndrome de Burnout está ligada a “um perfil de risco constituído de professores jovens, sem relacionamento conjugal estável e filhos, que atuam em escolas

públicas, possuem elevada carga horária de trabalho e relacionam-se com um maior número de alunos.”.

De acordo com o estudo de Brito e Gomes (2006), há um padrão de normatividade relacionado aos sentimentos dos professores, tais como: estresse, ansiedade, entre outros. Estes são considerados por outrem como "normais" da profissão, inclusive, sabendo-se previamente quando deverão surgir com mais intensidade, de acordo com o calendário do ano letivo. Os autores ainda apontam que a configuração atual do trabalho docente, com toda a correria, inibe a formação de espaços de troca entre os professores, onde essa dimensão coletiva poderia ser melhor desenvolvida. A exploração dessa dimensão coletiva profissional poderia servir como uma forma de os professores encararem as adversidades, criando novas possibilidades de enfrentamento e ações coletivas.

### **2.3.1 A saúde mental dos(as) professores(as) na pandemia**

Com a chegada da pandemia Covid19, a educação passou por uma mudança brusca em um curto período de tempo, visto que as aulas presenciais foram interrompidas e houve a necessidade de adaptação ao modelo remoto. A maioria dos professores não tinham contato com a modalidade à distância e não houve tempo para se prepararem. Os alunos também sentiram os efeitos da mudança do modelo de ensino e precisaram de mais atenção e ajuda por parte dos professores, aumentando a demanda de trabalho. (MELO et al., 2020).

De acordo Andrade (2020), a pandemia traz para o sistema educacional, além de diversos elementos corrosivos, a necessidade da contínua “reinvenção docente”, transmutada esteticamente quanto a necessidade de um ensino a distância ativo, atual e minimamente acessível. No entanto, não levou-se em consideração as lacunas financeiras, de mão de obra, estrutura e até mesmo condições de formação desses profissionais da educação.

Perante os desafios que a educação enfrenta/enfrentou na pandemia, os professores (as) têm suas cobranças e responsabilidades aumentadas, fazendo-se necessário que aprendam a utilizar as novas tecnologias de ensino e usem da sua criatividade a fim de adaptar as aulas ao novo modelo e, de certa forma, à subjetividade de cada aluno. Desse modo soma-se, no caso dos educadores, as demandas emocionais vivenciadas por todas as pessoas durante o isolamento social e a pandemia e os enormes desafios das mudanças de seu estilo de vida e de trabalho. Além disso, o contexto novo e incerto gera medos e angústias, elevando as

dificuldades emocionais que antecedem a pandemia. (SANTOS, 2020; FAUSTINO; SILVA, 2020).

A rápida transição para o ensino a distância e a demanda por capacitação e criatividade, fizeram com que os professores se sentissem despreparados para as novas formas de atividades, o que os tornou mais vulneráveis ao estresse durante a pandemia. (PEREIRAL et al., 2020).

Os professores, de modo geral, tiveram de adaptar-se a um novo modelo pedagógico de ensino/aprendizagem, o que requer o exercício de novas habilidades e flexibilidade, atender as demandas dos alunos, que também estavam na fase de adaptação ao novo modelo e precisavam de orientações dos professores, além de lidar com as demandas da casa, o medo e insegurança causado pelo estado de alerta e a situação estressante de isolamento social. Tudo isso contribui significativamente para uma tendência geral de piora nos indicadores de saúde mental desta população.

Em consonância ao exposto, Andrade (2020) indica que com a chegada da pandemia, os professores foram sujeitos ao isolamento social e necessitaram ficar em suas casas, o que repercutiu no aumento das horas de trabalhadas, pois, as tarefas domésticas se somaram com os trabalhos da escola. Aprender a utilizar as novas tecnologias fez com que esses profissionais tivessem uma intensificação de carga horária, trabalho, estresse e angústia. Esses fatores somados, logo afetaram a saúde mental do professor.

Através de suas pesquisas, Andrade (2020) aponta que os relatos, sintomas e sentimentos dos professores(as) foram objetivos e subjetivos. Contudo, foi possível identificar diversos pontos em comum. Dentre eles pode-se citar: o medo de ser demitido; o medo de não dar conta das tarefas, foi observado entre os professores (na maioria mulheres) que adoeceram ainda mais nesses tempos de pandemia causada pela COVID-19, apresentando sentimentos de frustração e sobrecarga; o medo de não dominar as tecnologias de ensino remoto; o aumento do tempo de trabalho no ensino remoto; o cuidado com os seus filhos; o cuidado com o desempenho dos alunos. A respeito da saúde física, foram identificados aspectos como: dores nas mãos, pés inchados com frequência, dores nas costas e vista cansada. No que tange a saúde emocional, os professores apresentaram noites de sono perdidas, ansiedade, preocupação com o aprendizado dos alunos, cobrança excessiva e falta de recursos. Também destaca-se a presença ou ausência de tecnologias educacionais que amparem o trabalho docente como a indisponibilidade de: Internet, tablets, notebooks,

computadores, móveis que proporcionem maior rendimento e conforto (cadeiras, escrivaninhas), banda larga e etc. Esses recursos foram, muitas vezes, adquiridos pelos professores, o que acabou por gerar um impacto financeiro.

### 3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Neste capítulo serão descritos os procedimentos metodológicos a serem seguidos para a realização da presente pesquisa, como a sua modalidade, local de realização, população e amostra de estudo, procedimento de coleta, análise e interpretação dos dados, procedimentos éticos, divulgação dos resultados e desfecho.

#### 3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa qualitativa, de campo (empírica), exploratória-descritiva e transversal. De acordo com Gerhardt e Silveira (2009), a pesquisa qualitativa é um tipo de investigação voltado para as características qualitativas do fenômeno estudado, considerando a parte subjetiva do problema. Ela se atenta com aspectos da realidade que não podem ser quantificados, centrando-se na compreensão e na explicação da dinâmica das relações sociais. Appolinario (2011), salienta que esse modelo de pesquisa é conceitual. Seus dados são coletados diretamente no contexto natural e nas interações sociais que ocorrem. Além disso, eles são analisados diretamente pelo pesquisador. Nessa abordagem, a preocupação é com o fenômeno.

A pesquisa de campo empírica caracteriza-se como uma pesquisa que pretende buscar a informação diretamente com a população pesquisada, onde o pesquisador vai à um encontro direto com a população alvo. Nesse caso, o pesquisador precisa se deslocar ao espaço onde o fenômeno ocorre/ocorreu e reunir um conjunto de informações a serem documentadas. (GONSALVES, 2001).

A pesquisa é de caráter exploratório-descritivo pois tem como finalidade desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias, tendo em vista a formulações mais precisas ou hipóteses que podem ser pesquisadas em estudos futuros (GIL, 2000). O principal objetivo das pesquisas descritivas é a descrição das características do assunto estudado, tendo um enfoque em um grupo específico. (LOZADA; NUNES, 2019).

Considera-se a pesquisa de corte transversal como de observação das variáveis, podendo ser de indivíduos ou de outros tipos de dados. Possui vantagens de modo que permite a observação direta pelo pesquisador dos fenômenos a serem pesquisados, de realizar a coleta de informações em curto espaço de tempo, sem que haja a necessidade de acompanhamento

dos participantes. O objetivo dos estudos de corte transversal é obter dados fidedignos que ao final da pesquisa permitam elaborar conclusões e gerar novas hipóteses que poderão ser investigadas com novas pesquisas. (ZANGIROLAMI-RAIMUNDO; ECHEIMBERG; LEONE, 2018).

### 3.2 LOCAL DE REALIZAÇÃO DA PESQUISA

A presente pesquisa foi realizada em duas escolas públicas municipais de níveis pré-escolar ao fundamental. As escolas estão localizadas em um município do Alto Vale do Itajaí.

A estrutura de uma das escolas conta com um total de 167 alunos matriculados, divididos em turmas do período matutino e vespertino, que vão do pré-escolar ao 9º ano do ensino fundamental e, um quadro de funcionários formado por: 13 professores (as), 3 estagiárias, Diretora, Secretária, Psicóloga, 2 auxiliares de serviços gerais e 2 auxiliares operacionais escolares. Possui um número total de 6 salas de aula, 2 salas da direção/secretaria, sala dos professores (as), 4 banheiros, biblioteca, laboratório de informática, refeitório, cozinha, depósito, quadra de esportes, pátio e parque ao ar livre. Todas as salas são climatizadas.

No que se refere a outra escola, esta possui um total de 213 alunos, divididos em turmas do período matutino e vespertino, que vão do pré-escolar ao 5º ano do ensino fundamental. Conta com o seguinte quadro de funcionários: 11 professores (as), 4 estagiárias, Diretora, Secretária, Psicóloga, 2 auxiliares de serviços gerais e 2 auxiliares operacionais escolares. Dispõe de um total de 5 salas de aula, direção/secretaria, biblioteca, laboratório de informática, sala dos professores (as), cozinha, refeitório, depósito, quadra de areia, pátio e 2 parques ao ar livre. Todas as salas são climatizadas.

O local de realização da pesquisa foi escolhido por conveniência. A amostra por conveniência (não probabilística) permite que os elementos da amostra sejam selecionados por conveniência ou facilidade para o pesquisador. (OLIVEIRA et. al, 2017).

### 3.3 PARTICIPANTES

Para a realização da pesquisa, os participantes tiveram como critérios de inclusão: (a) ser maior de idade; (b) ser professor (a) de uma das escolas municipais definidas; (c) ter

vivenciado o período da pandemia como professor (a). Foram considerados como critérios de exclusão: (a) ser menor de idade; (b) não ter desempenhado o trabalho como professor (a) durante a pandemia; (c) não ser professor (a) de uma das escolas municipais definidas. Além disso, não foram considerados, nessa pesquisa, os critérios relacionados à cor, sexo, raça, condição econômica ou local de residência.

### 3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

A fim de executar a pesquisa, foi realizada com as professoras participantes, uma entrevista semiestruturada aberta. Conforme Gil (2012), a entrevista é uma interação social na forma de diálogo em que o pesquisador busca coletar dados e os pesquisados são a fonte das informações. A prática da entrevista envolve quatro elementos básicos: o entrevistador, o entrevistado, o ambiente (natural ou controlado) e o meio (pessoal ou por telefone). Marconi e Lakatos (2018, p. 93) apontam que os objetivos da entrevista são: “[...] averiguação de fatos, determinação das opiniões sobre fatos, determinação de sentimentos, descoberta de planos de ação, conduta atual ou do passado e motivos conscientes para opiniões, sentimentos ou condutas”.

A depender do propósito da pesquisa, o pesquisador determina o tipo de entrevista a ser executada. Nesse caso, será elaborada uma entrevista semiestruturada aberta. Conforme Manzini (1991), na entrevista semiestruturada há a possibilidade de elaborar um roteiro com perguntas principais, complementadas por outras questões inerentes às circunstâncias momentâneas à entrevista. O autor ainda salienta que esse tipo de entrevista permite que surjam informações de forma mais livre e as respostas não estão condicionadas a uma padronização de alternativas.

### 3.5 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

O procedimento para a coleta de dados da presente pesquisa ocorreu a partir de algumas etapas. O primeiro passo para a realização da pesquisa, foi entrar em contato, pessoalmente, com a Secretaria Municipal de Educação e com a direção das duas escolas que será realizado o estudo. Através desses contatos, foram coletadas as assinaturas da Declaração de Anuência da Secretária Municipal de Educação e das diretoras de cada unidade escolar

(ANEXO B; ANEXO C; ANEXO D, respectivamente), nesse momento, a pesquisadora apresentou sua proposta de pesquisa, discorrendo sobre os procedimentos de coleta de dados e éticos e esclarecendo possíveis dúvidas que surgiram. Após, a pesquisa foi encaminhada para aprovação pelo Comitê de Ética da UNIDAVI (CEPSH/UNIDAVI), conforme consta no Anexo I. Concomitantemente, foi apresentado à banca de qualificação formada por professores do Curso de Psicologia da UNIDAVI.

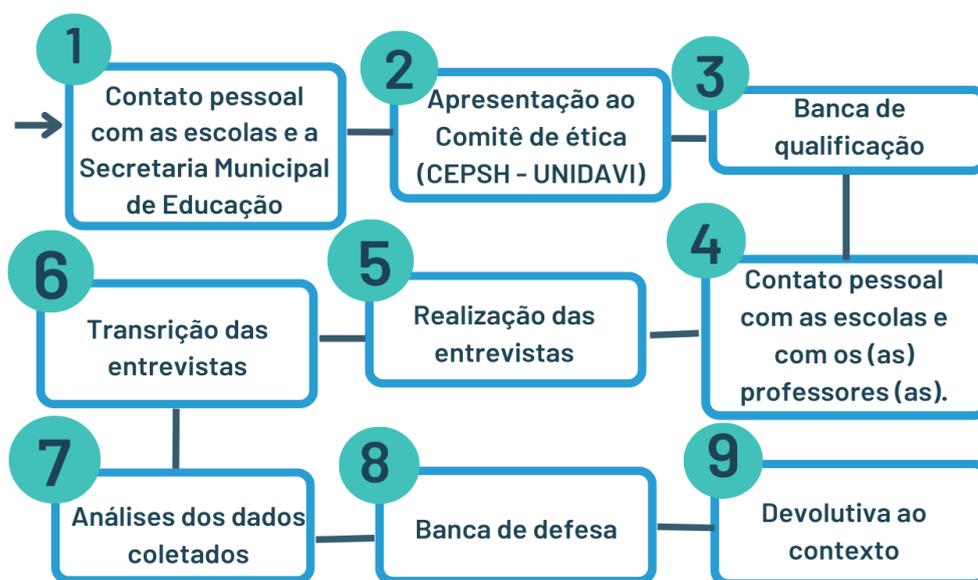
Posteriormente às aprovações, as escolas foram contactadas novamente. Nesse contato, a pesquisadora iniciou a organização para coleta de dados com a direção. Posteriormente, apresentou, pessoalmente e verbalmente, a proposta de pesquisa para todos (as) os (as) professores (as), em horário combinado com a direção, explicando acerca dos objetivos, critérios para participação e procedimentos éticos, se colocando à disposição para tirar dúvidas e para a manifestação de interesse em participação.

Após a manifestação de interesse, a pesquisadora, realizou o contato, individualmente, com os (as) professores (as), onde foi agendado o local, dia e horário da coleta das assinaturas do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE (ANEXO A) e do Termo de Autorização para Gravação de Voz (ANEXO E). Como também, ocorreu a realização da entrevista semiestruturada (APÊNDICE A). As entrevistas foram gravadas e buscaram responder aos objetivos da pesquisa. Realizadas as entrevistas, a pesquisadora efetuou a transcrição das mesmas, convertendo as gravações das falas dos (as) participantes em texto. A partir dos dados obtidos, a pesquisadora executou a análise desses dados.

Após todas as etapas concluídas, a presente pesquisa será apresentada à Banca de Defesa de TCC, esta formada por uma comissão de professores avaliadores. Mediante a aprovação da Banca de Defesa, a pesquisadora irá efetuar uma devolutiva às escolas participantes, que deverá ocorrer logo após a aprovação do estudo.

A Figura 1 foi elaborada com o intuito de melhor demonstrar o processo de coleta de dados, desta pesquisa.

Figura 1 - Procedimentos para coleta de dados.



Fonte: Elaborada pela autora.

### 3.6 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DE DADOS

Para a análise e interpretação dos dados da pesquisa foi utilizado o modelo de análise de conteúdo de Bardin. Sendo este dividido em três etapas: pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação. (BARDIN, 2002).

De acordo com Bardin (2002), a pré-análise se caracteriza como a fase da organização propriamente dita, o objetivo principal é tornar operacional as ideias iniciais, estabelecendo um programa preciso, mas flexível, permitindo a introdução de novos procedimentos no transcorrer da análise. Esta etapa inicial é dividida pela autora em três missões principais: escolha de documentos, elaboração de objetivos e hipóteses e elaboração de indicadores que sirvam de fundamento para a interpretação final.

A exploração do material, define-se à administração sistemática das decisões tomadas, que podem ser por procedimentos aplicados manualmente ou operações do próprio coordenador da pesquisa. Esta etapa consiste em operações de codificação, desconto ou enumeração e em função de regras previamente formuladas. (BARDIN, 2002).

O tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação, é considerada por Bardin (2002), como a fase onde os resultados são abordados de maneira que tornam-se significativos

e válidos. utilizando-se de estatísticas simples, quadros, figuras, modelos e diagramas, estes permitindo uma relevância aos dados obtidos na análise.

### 3.7 PROCEDIMENTOS ÉTICOS

Esta pesquisa ocorreu em conformidade com as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos, atendendo a Resolução n. 466/12 que incorpora, em suas disposições preliminares, sob a ótica dos indivíduos e coletividades, referenciais da bioética: autonomia, não maleficência, beneficência, justiça e equidade, e visa a assegurar os direitos e deveres que dizem respeito aos participantes da pesquisa, à comunidade científica e ao Estado.

A presente pesquisa contou com recursos próprios da pesquisadora, não havendo qualquer custo monetário para as participantes pesquisadas. Durante todas as etapas da pesquisa, os (as) participantes poderão manifestar-se, de forma autônoma, livre e esclarecida. As entrevistas semiestruturadas foram previamente agendadas com cada participante, de modo que entre em comum acordo e benefício entre escola, pesquisadora e pesquisada.

Ao ser realizado o contato com a escola e professores (as), a pesquisadora utilizou uma linguagem clara e acessível para o público. O TCLE foi elaborado em duas vias que terão todas as páginas rubricadas e assinadas ao término, pela pesquisadora e pelas participantes. Uma das vias ficou com a pesquisadora e a outra com a participante.

**Riscos:** toda pesquisa com seres humanos envolve algum tipo de risco. No caso dessa pesquisa, há a possibilidade de surgir sentimentos relacionados à ansiedade, estresse, sobrecarga, incapacidade, ansiedade, desânimo e exaustão. Como também poderão surgir riscos relacionados às dimensões psíquica, moral e intelectual que transgridem da exposição de opiniões e valores, através do diálogo e relato das participantes. Destaca-se que a participante do estudo não será submetida a riscos que possam atingir sua integridade física, mental e emocional.

Apesar de todos os possíveis riscos apontados, que poderão surgir, a pesquisadora tomou todas as providências para que esses riscos sejam mínimos. Os dados coletados foram mantidos em total sigilo, de modo que não acarretem em nenhum prejuízo. Com relação ao local, as entrevistas ocorreram em um espaço onde houve privacidade, conforto e que permitiu ao participante a liberdade de responder ou não às questões propostas. Na hipótese

de que o participante sintasse emocionalmente abalado, a pesquisadora informou que poderá estar buscando auxílio psicológico no Núcleo de Estudos Avançados em Psicologia (NEAP) da UNIDAVI, o qual se disponibilizará para atender qualquer participante da pesquisa.

**Benefícios:** A participação neste estudo também apresentou benefícios, tais como proporcionar à pesquisada um espaço de reflexão, compartilhamento e aprendizado acerca das suas vivências e de outrem. Esta pesquisa também proporcionará contribuições para o desenvolvimento acadêmico/científico da pesquisadora e das instituições envolvidas. Além disso, outro benefício é o concedido à pesquisadora que desenvolveu sua habilidade para realizar entrevistas, prática de extrema importância para a sua formação acadêmica em psicologia e pesquisadora científica.

As participantes que buscaram fazer parte dessa pesquisa tiveram o livre arbítrio para participar ou desistir, a qualquer momento do estudo. Não foi estabelecido nenhum tipo de retorno financeiro para as participantes, sendo sua participação voluntária. Em todos os registros da pesquisa, foi mantido o sigilo das participantes, utilizando-se de pseudônimos para suas identificações. As participantes foram, nesta pesquisa, nomeadas através de letras e números, seguindo a sequência de ordem das entrevistas: P01, P02, e assim, sucessivamente. Não ocorreu a publicação de dados que possam identificar os participantes e/ou pessoas citadas. Os dados foram publicados mediante a aprovação da participante. Houve o respeito às expressões culturais e emocionais em relação ao conteúdo do estudo, sendo o mesmo apresentado de forma fidedigna e sem distorções de dados. Partindo do fato de que todas as professoras participantes foram mulheres, toda a pesquisa foi padronizada para o feminino.

A pesquisa foi conduzida de acordo com a Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP) e foi realizada após aprovação do Comitê de Ética da UNIDAVI - CAAE: 59534122.8.0000.5676.

#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A saúde do professor é um tema que adquire crescente relevância científica, pois tal profissão é considerada pela Organização Mundial do Trabalho (OTI), como uma das mais estressantes. Nesse sentido, independentemente do nível de ensino e instituição em que atue, as repercussões negativas na saúde dos professores podem ser causadas pelo alto envolvimento emocional com os problemas dos alunos, a desvalorização social de seu trabalho, a falta de motivação para lecionar, a exigência de qualificação e desempenho, as relações interpessoais insatisfatórias, as classes numerosas, a inexistência de tempo para descanso e lazer e a extensa jornada de trabalho. (NEVES; SILVA, 2006).

Na pandemia de Covid19 a educação passou por uma mudança súbita em um curto período de tempo, levando à interrupção das aulas presenciais e a necessidade de adaptação ao modelo remoto. Muitos dos professores não tinham contato com a modalidade do ensino à distância e com as tecnologias necessárias para desempenhar tal função, para tanto, não houve tempo para se preparem. Os alunos também sentiram os efeitos da mudança e precisaram de mais atenção e ajuda por parte dos professores, aumentando sua demanda de trabalho. Todas essas demandas da pandemia somadas ao histórico de questões negativas relacionadas à saúde mental, trazem ao professor sofrimentos físicos e emocionais. (MELO ET AL., 2020).

Soma-se, no caso dos professores, às demandas emocionais vivenciadas por todas as pessoas durante o isolamento social e a pandemia, os grandes desafios das mudanças de seu estilo de trabalho. Além disso, o contexto incerto gera medos e angústias, elevando as dificuldades emocionais presentes mesmo antes da pandemia (SANTOS; FAUSTINO; SILVA, 2020).

Neste capítulo serão apresentados os resultados da presente pesquisa, que terá como objetivo compreender as repercussões da pandemia SARS-CoV-2 (COVID-19) na saúde mental de professores(as) em escolas públicas de uma cidade da Região do Alto Vale do Itajaí.

#### 4.1 CARACTERIZAÇÃO DAS PARTICIPANTES

Participaram desta pesquisa 10 professoras com idades entre 24 e 54 anos, de duas escolas da rede pública municipal de ensino. As professoras lecionam em turmas da Educação Infantil até ao 9º ano do Ensino Fundamental. O Quadro 4 foi elaborado com o intuito de apresentar algumas informações importantes a respeito das participantes.

**Quadro 04 - Caracterização das participantes.**

Identificação	Idade	Sexo	Tempo como docente	Formação
P01	49 anos	Feminino	15 anos	Pós-graduação
P02	53 anos	Feminino	15 anos	Pós-graduação
P03	47 anos	Feminino	20 anos	Pós-graduação
P04	25 anos	Feminino	5 anos	Pós-graduação
P05	24 anos	Feminino	5 anos	Pós-graduação
P06	54 anos	Feminino	27 anos	Pós-graduação
P07	45 anos	Feminino	23 anos	Pós-graduação
P08	24 anos	Feminino	5 anos	Pós-graduação
P09	32 anos	Feminino	4 anos	Pós-graduação
P10	42 anos	Feminino	23 anos	Pós-graduação

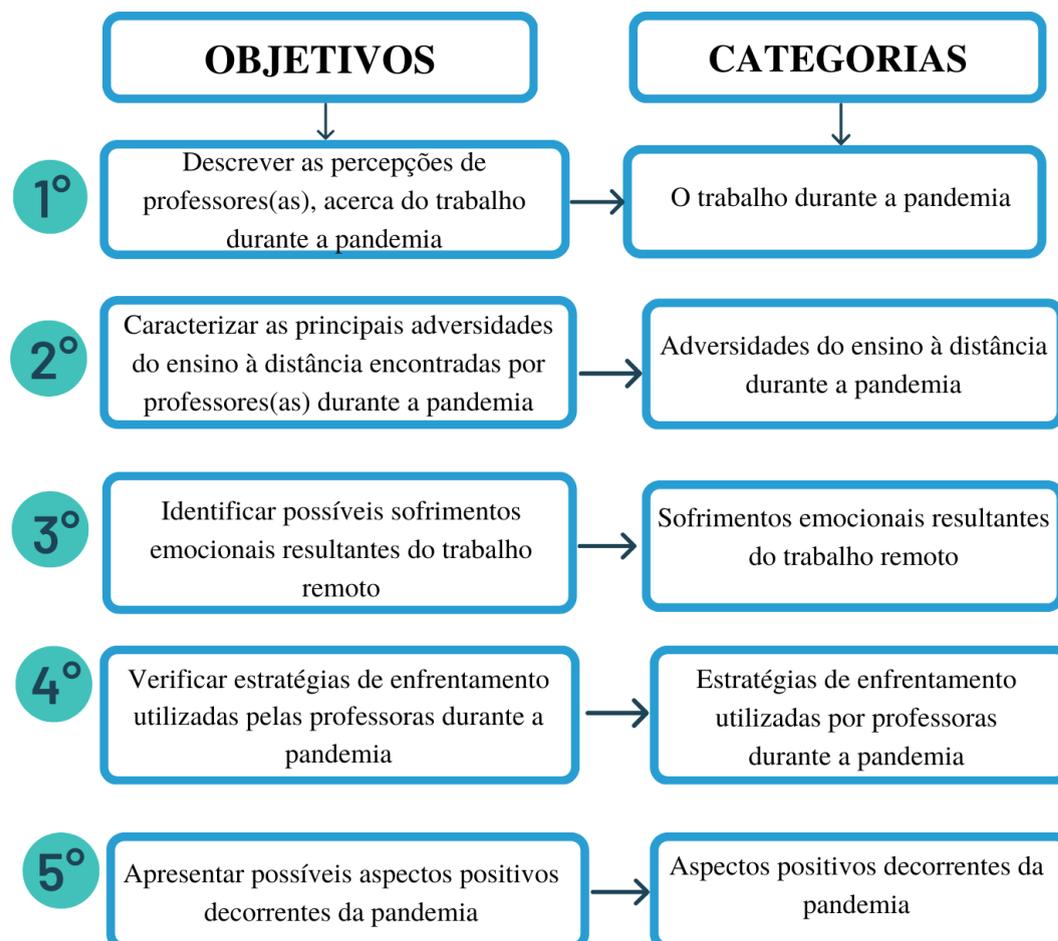
Fonte: Elaborado pela autora.

No primeiro momento, ao ser divulgada a pesquisa, quinze professores (as) manifestaram interesse em participar da pesquisa. Das quinze pessoas, apenas dez retornaram à pesquisadora e marcaram o horário para a entrevista ser realizada. Dos (as) professores (as) que não participaram do estudo, três justificaram não ter um horário disponível para a realização da entrevista com a pesquisadora e, outras duas não deram um retorno com uma devolutiva ou justificativa para a não participação.

A amostra de dados foi composta 100% de professoras, do sexo feminino, que apresentavam idades entre 24 e 54 anos. Dessas professoras, 60% delas atuam, além de na rede municipal, também na rede estadual de ensino. Todas apresentam formação de pós-graduação em alguma área da educação.

A partir dos dados coletados na pesquisa, foram construídas cinco categorias de análise, que foram elaboradas a partir dos objetivos específicos e objetivo geral da presente pesquisa, conforme ilustrado na Figura 2.

**Figura 2 - Categorias de Análise.**



Fonte: Elaborada pela autora.

A seguir serão apresentadas as cinco categorias de análise, que contemplam os objetivos da presente pesquisa, construídas a partir dos dados coletados.

#### 4.2 O TRABALHO DURANTE A PANDEMIA

As transposições do ensino presencial para o remoto, on-line, marcaram o ano de 2020 diante da alarmante disseminação do vírus altamente contagioso denominado Covid-19 e não somente o Brasil, como o mundo teve que se adaptar a uma nova realidade, a um novo

“normal”. Honorato e Nery (2020) comentam que os efeitos acarretados pelo surgimento do vírus da COVID-19, além de causar um imenso impacto no setor econômico, também afetaram o setor educacional.

Desse modo, uma vez que os professores não poderiam mais desempenhar suas funções presencialmente, a inclusão do ensino remoto (home office) é inserida nos seus cotidianos. Em tese, houve de forma forçada essa readequação sem aviso prévio, fazendo com que os professores utilizassem de novas ferramentas e métodos digitais que o Ministério da Educação (MEC) proporcionou para dar a continuidade das atividades escolares. (SARAIVA; TRAVERSINI; LOCKMANN, 2020). A participante P06, traz essa ideia a partir de uma de suas falas.

*“Bom, eu penso que foi algo além da nossa imaginação, porque quando a gente ganhou o comunicado né, que tava vindo essa covid e tal, a gente ficou preocupado, ficou em alerta. A princípio, eu cheguei a pensar que ia ser uns quinze dias, mas depois virei a pensar...não, acho que é mais grave, uns trinta dias e quando a gente viu, foi um ano inteiro” (P06).*

Os professores se depararam com várias atribuições e dificuldades nessa nova modalidade de trabalho. Com a pandemia, surgiram novas demandas no meio escolar, visto que o ensino remoto não foi algo planejado e ainda em um cenário de recursos escassos. (SARAIVA; TRAVERSINI; LOCKMANN, 2020). A respeito disso, a participante P06 acrescenta ainda que:

*“E o problema de tudo isso, é que a gente não tava preparado pra trabalhar com um aluno à distância né, a gente tava preparado pra trabalhar com o aluno junto né, de repente você se vê numa situação que não tem como se comunicar com o aluno né, eu naquele momento tava trabalhando com o primeiro ano, alfabetização, então assim, era uma turma que dependia totalmente do meu ensinamento próximo né, ensinamento assim, no ladinho. E de repente tava a quilômetros de distância, com uma internet que não funcionava, um aparelho que não tinha.” (P06).*

No contexto pandêmico, nota-se que os docentes reorganizaram suas atividades em face da suspensão das aulas, por meio do ensino remoto, o papel das professoras tornou-se fundamental neste processo, seus conhecimentos, sua formação, compreensão de mundo e o acesso às tecnologias foram cruciais para definir, conjuntamente, ações para atender os alunos em todos os níveis e modalidades da educação. (GOTARDO, 2021) A participante P01, destaca que:

*“Então, foram aprendidas à árduas penas, porque a gente vinha de uma educação até um pouco tradicional e aí colocar todo esse material, toda a tua prática pedagógica dentro de uma situação digital e tecnológica, então a gente teve que se adaptar nesse sentido, buscar conhecer mais tecnologias sobre salas de aula virtuais” (P01).*

Todas as professoras entrevistadas tiveram que realizar adaptações além da prática pedagógica em seu trabalho, desempenhando adequações em suas próprias casas.

*“Eu tive que organizar um espaço lá em casa, pra gravar as videochamadas, fazer as filmagens também, tive que improvisar um quadro, comprar uma escrivaninha pra mim porque eu não tinha e pesquisar mais sobre como fazer um vídeo, como ser um vídeo atrativo, baixar um monte de aplicativos né, pra fazer umas coisas mais bonitinhas.” (P02).*

As falas das participantes P04 e P05 vão ao encontro com a exposta anteriormente, onde a participante P04 cita *“Eu montei um cenário pra mim, eu aprendi a editar vídeos, eu colocava o desenho passando, eu ia falando, eu tentei assim, chamar a atenção deles de alguma forma, ao máximo, deixar bem lúdico [...]”*. A participante P05 diz que:

*“Eu tive que fazer quase um estúdio assim né, fechado. [...] eu tinha que fazer uma sala lá, onde eu deixava um coisa de led lá, de maquiagem que eu tinha, pra iluminar a câmera e lá ficava o celular; aí botava um fundo preto, aí tinha os cartazes das letras, dos números e assim foi o resto do ano.” (P05).*

Ainda sobre as adaptações que o ensino à distância impôs, a participante P10, traz em seu relato algumas dessas mudanças que realizou:

*“Então...foram adaptações bem, bem difíceis assim né. Porque assim, uma que a gente teve que primeiro ampliar o sinal da Internet né, lá em casa, porque necessitava dessa forma de trabalho, então tivemos que ampliar o sinal da Internet, aprender muita coisa, de aplicativos e, como eu vou dizer...ah gravar um vídeo né, sem medo de me expor, a gente não era acostumada, a gente não fazia isso. E de você pensar em uma forma distante do aluno, eu tinha que pensar em alguma coisa que ele teria que entender sem a minha presença. Então assim, teve que se adaptar né, a forma de falar, a forma de escrever né, tudo mais minucioso, mais detalhado [...]. Foi bem difícil assim trabalhar em casa, a gente teve que fazer os nossos espaços de trabalho né, modificar a biblioteca, modificar o quarto né, porque não tinha como eu e a minha irmã trabalharmos juntas então, fiz no quarto de visitas o meu escritório, meu local de trabalho né, com o que eu precisava no momento.” (P10).*

O ensino remoto demandou de toda a comunidade educacional a adaptação, a ressignificação e o enfrentamento de diversas situações, como a ausência do relacionamento presencial de alunos e professores, a necessidade de maior autonomia dos alunos na aprendizagem e dos pais executarem o trabalho e o estudo dos filhos, assim como a complexa realidade de sobrecarga de trabalho dos educadores. (RODRIGUES, 2021)

*“[...] foram muitas tentativas, eu perdia noites de sono pensando como que eu vou fazer meus alunos ler em casa? A minha primeira preocupação é que eles davam conta de ler, porque sem a leitura, tudo era mais difícil. Aí eu tive várias ideias né, eu fiz uma apostila, no passo a passo, eu gravava as aulinhas, segurando o celular, os alunos ouviam a minha voz, assistiam a página que eu mandava pra eles, do meu planejamento e aí eu gravava, pegava o celular com a mão e com a outra mão eu ia explicando tudo o que eu tava lendo, passo a passo pra eles, aí eu fazia assim, uns seis vídeos, de uma única atividade, então foi bem complicado. E aí tinha vezes que eu montava cartazes, eu mudava, porque não dava pra continuar na mesma mesmice porque eles também precisavam acompanhar do outro lado.” (P06).*

Segundo Tonelli e Furlan (2021), “no contexto brasileiro, a exaustão e sobrecarga dos educadores ocorreu especialmente quando eles foram inesperadamente obrigados a repensar seus processos de trabalho”. No que tange a sobrecarga de trabalho por parte dos docentes, pôde-se observar que cerca de 90% das professoras entrevistadas, citaram a sobrecarga de tarefas e o trabalho em tempo integral como a principal dificuldade de adaptação. A participante P04 expõe: “[...] eles acabavam tendo tempo de ver as coisas que eu mandava, mais a noite assim, aí eles faziam as atividades a noite, me enviavam a noite e eu acabava respondendo né, porque eu queria falar com eles, mas durante o dia eu acabava não conseguindo.” A participante P08 complementa que: “[...] eu era professora contratada 20 horas né, mas eu acabava ficando 12 horas por dia até mais às vezes né, ali na frente do computador, às vezes os alunos, os pais tinham dúvidas né, daí eles mandavam de manhã, de tarde, de noite não tinha muita hora né [...]”. A participante P10, salienta que:

*“[...] o meu tempo de serviço se estendeu além do que eu faria na escola, meu horário de almoço foi escola, meu horário de descanso foi escola né, então assim, meu dia de folga foi escola, meu feriado foi escola e assim, sobrecarregou bastante, pelo fato de a gente tem que atender cada um individualmente e, porque em sala, eu dou uma explicação pra 20 alunos se 2 não compreenderam, eu dou a explicação novamente ou eu atendo individualmente, mas online o que acontecia? Tava eu lá, daqui a pouco um pedia, daqui a pouco o outro e às vezes era a mesma coisa, se eu tivesse numa sala, facilitaria muito. Então eu acho que foi bem desgastante nesse sentido.” (P10).*

Dado o fato de todas as pessoas pesquisadas serem do sexo feminino, ressalta-se que o contexto pandêmico deflagrou as desigualdades presentes na divisão sexual do trabalho. As mulheres, em sua maioria, tiveram que lidar não apenas com as questões que o isolamento social trouxe para as pessoas, mas também com a sobrecarga de trabalho, dos cuidados com a casa e com os filhos. As mulheres não lidam apenas com a necessidade de realizar diferentes atividades de forma simultânea, mas é exigido uma atenção plena em todas ao mesmo tempo, o que gera uma exaustão e um esquecimento de si mesma, não existindo espaço para o autocuidado. (LEÃO et al, 2020). Em consonância ao exposto, podemos considerar as falas das participantes P05 e P08, que na pandemia experienciaram a sobrecarga de tarefas variadas. Contudo, estas relataram ter o apoio e suporte dos respectivos maridos.

*“Foi bem complicado, assim, ainda mais que ela era pequena né, porque ela nasceu final de 2019, só que era bem o tempo, que ela queria todo o tempo pra ela e daí na pandemia os alunos não tinham hora assim, a gente trabalhava aquele horário, só que quando a gente via, o celular tava tocando 11 horas da noite, às vezes 6 horas da manhã e daí às vezes ela queria mamar naquele horário e às vezes tinha que parar a gravação e ir dar mama pra ela e daí voltava. [...] as tarefas de casa, a sorte que o L. me ajudou, porque se não... aquilo tava virando um caos, eu não sabia mais o que fazer sabe, aí no fim eu tava que um zumbi porque enquanto eu podia dormir, que era quando ela dormia, aí eu fazia as coisas da escola, aí eu passava o tempo todo fazendo isso assim e no fim eu já tava quase ficando doente e daí ela queria atenção, aí no fim eu já não sabia mais o que fazia, eu fiquei quase louca assim, teve um período que eu fiquei bem fora da casinha, é muita coisa. Daí mãe de primeira viagem, era muita coisa de uma vez.” (P05).*

Destaca-se a importância do companheiro apoiar a mãe, sendo esse apoio fundamental no período de transição e constituição da maternidade. O envolvimento paterno não se refere apenas à divisão de tarefas, mas também ao envolvimento emocional com a mãe e o bebê (SILVA; SOUZA; SCORSOLINI-COMIN, 2013). Conforme o exposto anteriormente, a participante P08 corrobora com essa ideia e também traz a sua experiência com sua filha pequena, durante o trabalho remoto.

*“[...]às vezes eu tinha que pedir para o meu marido cuidar dela e ela também acabou se adaptando a esse contexto né, porque eu falava assim para ela -agora a mãe precisa fazer vídeo, agora você precisa ficar mais quietinha e ela ficava. Eu acabava tendo que colocar às vezes ela na TV com o volume mais baixinho, pra ela ficar um pouquinho mais na dela no momento que eu tava gravando vídeo né. Às vezes eu ia lá fora fazer um vídeo diferente, embaixo de um pé de árvore, e lia um livro fazia uma atividade, e gravava um vídeo, mas acabava não sendo só um não eram uns dez né, até que um ficava bom. Mas a gente foi indo né a L. era pequena ainda, então às vezes eu tinha que fazer as coisas com ela no colo, corrigir as atividades com ela junto comigo às vezes ela falava -mãe eu quero isso, daí eu tinha*

*que sair né, às vezes tava gravando vídeo tinha que parar tudo e ir atender ela.” (P08).*

Uma das participantes, a P09, relata que para conciliar a atenção para a filha com a do trabalho, inseriu sua filha nas atividades *“muitas vezes eu colocava até a minha filha sabe, para me ajudar a gravar os vídeos, até porque pensando nas crianças, verem outra criança nos vídeos, talvez chamaria mais atenção delas né [...]”*. A participante ainda pontua que.

*Eu também acabava entretendo um pouco ela né, porque na época ela tinha três anos a menos, hoje ela tem 11, então ela era bem mais pequena e eu ficava muitas horas ali né. Então colocando ela junto... eu acabava diminuindo o estresse dela de ficar sozinha, porque ao mesmo tempo que nós duas estávamos juntas dentro de casa, uma tava fazendo uma coisa, a outra tava fazendo outra. Então eu colocava ela ali me ajudando e era onde ela se divertia comigo, a gente passava um tempo juntas e acabava entretendo as crianças também. (P09)*

Segundo Pereira, Santos e Manenti (2020), dentre os efeitos trazidos pela pandemia ao sistema educacional, é possível citar os impactos no contexto laboral, pois se passou a requerer de forma impositiva uma reinvenção constante das práticas docentes. Contudo, é válido salientar que nesse cenário, muitas lacunas se fazem presentes, das quais é possível citar *“as condições trabalhistas, estruturais e até mesmo formativas, destes profissionais da educação.”* (PEREIRA; SANTOS; MANENTI, 2020, p.29).

Conforme apresentado, na percepção das professoras, o trabalho durante a pandemia exigiu diversas adaptações no âmbito pessoal e profissional, aumentando a carga horária diária e a sobrecarga de tarefas laborais.

#### 4.3 ADVERSIDADES DO ENSINO À DISTÂNCIA DURANTE A PANDEMIA

No Brasil, o período pandêmico acarretou em várias transformações nas áreas sociais, principalmente na na área educacional, onde as instituições escolares tiveram que ser fechadas, interrompendo por tempo indeterminado as aulas presenciais e adaptando-se à realidade do ensino a distância. Esse ensino, é considerado uma modalidade na qual a mediação pedagógica, no processo de ensino-aprendizagem, ocorre com a utilização de meios tecnológicos, percorrendo informações e comunicações, capacitações com políticas de acesso e métodos de avaliação compatíveis a cada nível escolar, sendo desenvolvidas atividades educativas por estudantes e professores em lugares e tempos distintos. (BRASIL, 2017).

Segundo Bozkurt e Sharma (2020), tal fato acabou afetando milhões de estudantes e o ensino remoto emergencial foi adotado como uma solução temporária, de modo que, as Secretarias Municipais de Educação construíram o plano de contingenciamento, visando à continuidade do ano letivo, mediante ao trabalho dos professores nas aulas remotas, orientando os alunos e famílias a fazerem um planejamento de estudo.

Todas as professoras entrevistadas relataram o apoio e suporte da Secretaria Municipal de Educação que era atuante na época, onde esta ofereceu à equipe escolar cursos, lives, compartilhamento de experiências, disponibilização de carros e de espaço das unidades escolares. Para os alunos, as professoras relatam que a Secretaria disponibilizou Internet gratuita durante 12 meses, para aqueles que não tinham condição financeira de dispor de tal benefício. Partindo dessa afirmação, a participante P02 narra que: “[...] *a gente podia vir aqui na escola, preparar a aula pra mandar pra aquele aluno que não tinha internet [...]*” “[...] *Mas a escola aqui, tinha um carro a disposição pra levar as atividades numa semana, buscar na outra, o suporte era bem, era bem feito assim.*” Complementa ainda que: “[...] *a prefeitura, naquela época, disponibilizou internet pras famílias que não tinham, então na pandemia ali, aqueles 12 meses, foi disponibilizado internet de graça.*”

O apoio e suporte oferecido pela Secretaria Municipal de Educação, foi de suma importância para realização das atividades docentes. Contudo, mesmo diante desse fator positivo, as professoras relataram várias dificuldades trazidas pelo ensino remoto. Dentre elas podemos citar a dificuldade de lidar com os novos meios tecnológicos impostos por essa modalidade de ensino. Assim como aparece no relato da professora P03 “[...] *a gente até tinha um certo conhecimento, só que mais na parte do word, que era o trabalho da gente mesmo assim, depois já passou pra gravar vídeos, de editar [...]*”. A participante P07 também percebeu essa dificuldade “[...] *a gente não tinha muito domínio sobre isso, usava uma rede social, fazia umas chamadas de vídeo com os sobrinhos, com a família, mas nada fora disso né e a gente teve que se adaptar muito rápido, daí tinha que pedir ajuda.*”.

Em concordância aos relatos das professoras acima citadas, Santos e Neto (2021) pontuam que com a mudança de rotina, os professores, no período pandêmico, passaram a ter bastante dificuldades com o uso das tecnologias, pois a inovação nos meios educacionais foi implantada de maneira muito abrupta, deixando os professores sem tempo para se especializar nesta nova modalidade de ensino remoto. As dificuldades foram, em suma, no uso de computadores, realização de vídeos explicativos sobre os conteúdos das disciplinas, o

desenvolvimento de avaliações e comunicação entre o aluno, família, professor e gestão. Desse modo, os professores trabalharam na adaptação dos planejamentos das aulas, para que continuassem atrativos e dinâmicos para os alunos, nos formatos digitais. A professora P06, comenta sobre essa dificuldade no planejamento:

*“[...] eu ficava muito nervosa porque às vezes eu imaginava o planejamento e de repente, tu ia fazer o planejamento e pensava meu eles não vão entender isso do outro lado, eles tinham dúvidas e eu não estava lá pra tirar né, mudei muitas vezes o meu planejamento, peguei...acabei montando né, um material especial pras aulinhas online, montei um livrinho especial pra alfabetização e trabalhei só em cima daquele livrinho o ano inteiro... o ano inteiro peguei um livro ali de A a Z, e aí foi que eu me planejei né, uma página daquele livro por dia, eu fazia. Eu acabei fazendo assim, porque eu queria explorar o máximo que eu podia daquilo ali que eu tava explicando, pra que eles pudessem ter um pouquinho mais de entendimento do outro lado né, eu não tava muito preocupada assim com quantidade, a minha preocupação era que o que eu passava, eles dessem conta de entender do outro lado.” (P06).*

As professoras entrevistadas também citam a dificuldade de ensinar à distância, sem ter o contato com os alunos: *“[...] foi muito difícil ensinar à distância, porque cada aluno era único né, tinha suas coisas particulares... um tinha mais dificuldade, outro não tinha muito acesso aos celulares ou computadores [...]” (P07).* A participante ainda complementa:

*“[...] tinha que ser feito explicações privadas, às vezes textos, vídeos, dependia de cada caso né. Não era como na sala de aula né, na sala de aula, a gente explicava pra 20, 30 alunos e um ou outro demonstrava mais dificuldade, daí a gente ia lá e explicava individualmente ou repetia uma explicação né, mas no online, não era assim né, tinha que enviar pra todos e pensar em cada um, como ajudar cada um.” (P07).*

Conforme o exposto pela participante, foi necessário considerar tanto os aspectos globais, como os específicos e subjetivos de cada indivíduo, com a finalidade de reconhecer “a unidade humana em meio às diversidades individuais e culturais, e as diversidades individuais e culturais em meio à unidade humana.” (MORIN, 2014, p.25).

A participante P10, também traz em seu relato a dificuldade em não ter contato com as pessoas e em ensinar à distância: *“[...] a questão do isolamento, do distanciamento, de não ter o contato com as pessoas no geral, desde a nossa família, até os alunos. A gente se sentia muito preocupado o tempo todo né, então isso afetou bastante [...]”.*

O isolamento social, ao determinar o ensino remoto, promoveu “desconstruções” no modo como se relacionam “alunos com alunos”, “professores com alunos”, “professores com professores”, “professor com gestores” (Oliveira et al., 2020).

A falta de contato presencial com os alunos, foi relatada como uma grande adversidade pelas professoras que participaram da pesquisa. Esta adversidade foi potencializada pela não participação de muitas das famílias no processo de ensino-aprendizagem dos alunos. A professora P03 enfatiza essa problemática em uma de suas falas “[...] a família mesmo que não acolheu a proposta né, a família foi deixando e às vezes a gente conversava, a gente tentava convencer eles da importância né.”. A mesma participante ainda traz o modo de como as propostas e atividades eram repassadas para as crianças: “[...] O maior obstáculo foi o fato do não engajamento da família ou então a não compreensão da família da importância disso e de como a família levava isso pras crianças né.” (P03).

A participante P03 traz também sua experiência com os pais dos alunos: “[...] a maioria não teve né os pais presentes então foi bem difícil, eles ficaram parados né, não aprenderam basicamente nada.”. A professora P10, traz os dois extremos que percebeu na participação dos responsáveis pelos alunos:

*“[...] a gente percebe que muitos alunos tiveram realmente dificuldade assim, de não ter o apoio em casa, já outros totalmente o contrário, pais extremamente preocupados, sempre perguntando, tinha essa preocupação. Então tinha os dois tipos né, os dois extremos digamos assim, pais que em 4 meses de aula eles não sabiam nem que os filhos estavam fazendo atividade, que tavam tendo aula online, que tavam recebendo material impresso, a gente teve muitas situações assim.”*  
(P10).

Em relação ao engajamento dos alunos nas atividades escolares, os autores Arruda e Nascimento (2021) destacam que “os registros apontam para a participação dos pais e/ou responsáveis como fator decisivo, principalmente quanto à garantia dos equipamentos tecnológicos para comunicar-se via ligação ou acesso à internet com o professor.” (ARRUDA; NASCIMENTO, 2021, p.44) .

Desse modo, vale ressaltar que a escola e a família são consideradas instituições sociais. Porém, cada uma delas se auto-organiza e produz suas próprias regras. Cada uma tem sua maneira de educar e ensinar, têm modos próprios de se organizar e definir o que é ou não importante nos projetos de vida dos sujeitos. Os conteúdos ensinados nestas instituições,

ainda que complementares, têm naturezas diferentes na construção do ser social e no processo de desenvolvimento dos sujeitos e cidadãos para o mundo. (TIBA, 1996).

Andrade (1998, apud FRANCO 2015), apresenta que a LDB 9394/96 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional) elucida a ideia de educação como sendo muito mais do que uma educação de modo formal. Assim sendo, acredita-se que é na família que a criança desenvolve os seus principais valores, dos quais a acompanharão no decorrer de sua vida. Aproximar a família e escola, permite conhecer o âmbito sócio cultural em que o aluno está inserido.

A participante P09 traz a questão da devolutiva dos pais, como algo que influenciou de forma negativa o seu trabalho durante a pandemia.

*“Os pais não davam devolutiva suficiente para gente, então a gente ficava sempre na dúvida se eles estavam entendendo, se eles não tavam, como é que tava a situação da criança. Às vezes a gente criava uma coisa assim mirabolante, ficava uma semana em função de um vídeo só, fazer algo incrível assim, criava cenários pra contar histórias, pra fazer as atividades. Mas daí chegava na hora da gente ter essa devolutiva, eram poucas.” (P09).*

Vauthier (2020) aponta que, o desinteresse da família pela educação de seus filhos, vem crescendo ao longo dos anos. Fator esse que prejudica o conceito de educação e o processo de ensino aprendizagem dos filhos. Observa-se que o envolvimento da família, no processo ensino-aprendizagem, que já era bem escasso e tornou-se ainda mais difícil por conta de diversos fatores externos como o acesso à internet, a peripécia do uso das tecnologias e a falta de tempo argumentada pelos responsáveis.

A professora P01, traz em seu relato a concordância com a participante anterior: “[...] foi difícil porque a gente não teve uma, uma devolutiva e um acolhimento dos pais na sua totalidade [...]”. A participante P03 ainda discorre sobre a questão da realidade social e das particularidades de cada família.

*“[...] a gente até entende os pais né, porque eu penso que eu sou professora de crianças do interior, a maioria né 99,9% das crianças são filhos de colonos né, então os pais não pararam na rotina deles, continuou a mesma, então a gente compreende né que eles trabalhavam o dia inteiro, daí tinha que chegar em casa eles estavam cansados daí ainda tinha que parar para ensinar o filho, realmente era complicado para eles. Às vezes eles até justificavam pra gente né, diziam que faziam todas as atividades no final de semana, então foi difícil pra eles, mas foi difícil pra gente também né. Eu espero nunca mais ter que passar por essa situação, sabe.” (P03).*

Sobre a realidade de cada família, vale ressaltar que a maioria fazia parte de uma comunidade do interior do Alto Vale do Itajaí, o que acabava potencializando alguns pontos, como o acesso às tecnologias, o horário disponibilizado para os estudos, a escolarização dos responsáveis pelos alunos e outras questões de cunho cultural presente na comunidade. A participante P01 pontua: *"[...] a gente vive numa comunidade mais interiorana e as crianças já ajudam em casa, então os pais não disponibilizavam o horário de aula para eles estarem na aula, mas sim o horário que eles achavam o melhor horário."* Ainda sobre essa questão do trabalho dos alunos em suas casas, a professora P07 destaca que *"[...] aqui é uma comunidade do interior né, então muitas vezes eles tinham que ajudar os pais na roça, nos trabalhos de casa e acabava não sobrando muito tempo pra eles fazerem as atividades que a gente mandava."* Sobre o acesso às tecnologias, a participante P10 pontua:

*"[...] a gente mora numa comunidade que não tem muito acesso à sinal de celular, internet né, a gente não tem essa disponibilidade né, onde eu moro vem o sinal da internet via rádio, então assim tem uns que moram mais interior que eu, pensa. Então alguns realmente... eles não tinham acesso à internet e celular e computador a nada mesmo."* (P10).

A mudança rápida e complexa que o cenário pandêmico requereu, tornou a tarefa do ensino remoto ainda mais desafiadora. Dificuldades de adaptação ao modelo de ensino remoto ocorreram de forma acentuada no Brasil, uma vez que o uso de tecnologias ainda tem pouca presença nas redes de ensino. Alguns exemplos de obstáculos existentes nessa modalidade, são o desconhecimento sobre a qualidade da maior parte das soluções disponíveis, a pouca familiaridade dos alunos, profissionais e familiares com as ferramentas de ensino a distância e a falta de um ambiente familiar que apoie e promova o aprendizado online. (TEP, 2020).

Em concordância ao exposto pela participante anterior, a professora P06 relata a falta de acesso aos meios tecnológicos para realização das atividades que eram enviadas:

*"[...] a minha preocupação era que o que eu passava, eles dessem conta de entender do outro lado. Então é ser a minha maior preocupação porque eu sabia que eu trabalhava com pais analfabetos, pais que não tinham tempo crianças que tinham o vó e vó que não enxergavam direito e eu conheço a realidade dos meus alunos e eu sei que não é a realidade de um aluno assim que tem tudo em casa sabe, tu vê que de todos eu tinha dois alunos que tinham computador em casa, que podia um ali fazer um pouquinho mais né o restante é o celular da mãe do pai, esse celular às vezes era precário, era um celular que travava."* (P06).

A participante P09 salienta “[...] a gente tem pais aqui na comunidade que são analfabetos [...]”. A professora ainda destaca que teve dificuldades na adaptação com as tecnologias e complementa: “[...] imagina pros pais que estão em casa, porque eles precisavam entrar no sistema, dar a devolutiva pra gente e a gente tem que pensar que tem pais que não sabem nem mexer no WhatsApp né.”

A UNESCO (2020), afirma que a adaptação emergencial das práticas educacionais remotas expôs a falta de equidade e acesso aos recursos digitais dos alunos, o que intensificou as desigualdades educacionais existentes no país.

Além das adversidades, acima mencionadas e que foram vivenciadas pelas professoras entrevistadas, também se encontram a adaptabilidade e o engajamento dos alunos frente ao ensino remoto. A professora P09 aponta que “*Eu penso que como para nós foi difícil essa adaptação, pra eles também foi. Porque muitos tinham recursos melhores que os nossos, mas muitos não tinham absolutamente nada. A gente percebia em alguns a despreocupação total assim e em outros aquele medo constante[...]*”. Como dificuldade dessa adaptação, a participante P01 cita: “*A maior dificuldade foi a falta de dispositivo e de um celular, no qual eles pudessem acompanhar as aulas, é, de um notebook. Então, eu acho que a maior deficiência foi essa e aí depois, eu posso citar, o empenho das famílias [...]*”. Sobre as adaptações dos alunos, a professora P10 aponta para a realidade de alguns alunos, observada por ela:

*“A gente conseguiu ver muita realidade sem dos alunos porque às vezes aparecia um cachorro latindo, às vezes um cavalo, um boi fugiam, daí eles precisavam ir lá e prender de volta. Então aconteceu muitas dessas situações, e a gente conseguiu perceber que a rotina deles em casa também era bem cansativa, que eles tinham responsabilidades, que eles não tinham condições. As chamadas de vídeos assim aproximaram muito a gente dos alunos sabe, apesar da distância a gente conseguiu conhecer um pouquinho melhor cada aluno, a realidade de cada um, as adaptações que eles tiveram que fazer dentro de casa né.” (P10).*

Observou-se, através das transformações provocadas na educação pelo ensino remoto, as desigualdades que até então, pareciam camufladas pelo ensino de forma presencial nas salas de aula. Alguns fatores se tornaram ainda mais visíveis, como a desigualdade social, tecnológica e econômica. Na educação, a perda das interações presenciais e diretas entre

alunos e professores ressignificou a consciência social tão importante em meio escolar. (COSTA; NASCIMENTO, 2020).

De acordo com os dados da pesquisa realizada pelo Comitê Gestor da Internet no Brasil (CGI.br) no ano de 2019, 58% dos domicílios no Brasil não tinham acesso a computadores e/ou 33% não possuíam acesso à internet. Entre as classes mais baixas, o acesso é ainda mais restrito.

“Dentre os principais problemas observados estão: dificuldade de acesso à internet; falta de equipamentos eletrônicos; dificuldade em acessar os aparelhos dos pais (porque estão fora de casa trabalhando); desinteresse do alunado em participar de atividades que não tenham caráter avaliativo no sentido quantitativo; e celulares limitados, sem recursos tecnológicos ou conectividade que suportem o recebimento e envio dos conteúdos pedagógicos.” (BARBOSA; VIEGAS; BATISTA, 2020).

A literatura e as pesquisas acerca da educação em tempos de pandemia apontam a preocupação dos professores com o uso da tecnologia não apenas para se conectarem com os alunos, mas para o devido engajamento deles no ensino e aprendizagem online (EWING; COOPER, 2021). Ao lidarem com os impasses técnicos das plataformas digitais, os professores avaliam o engajamento dos alunos como prioridade na sala de aula online, ao darem menos importância ao currículo e ao conteúdo (EWING; COOPER, 2021).

O engajamento significativo dos alunos no ensino online, é complexo e abarca aspectos relacionados “à dimensão social, cognitiva e a presença do professor e os discursos que sustentam a interação” (EWING; COOPER, 2021, p. 2). A professora P01, destaca as consequências que o ensino remoto causou nos alunos: “ [...] Hoje a gente ainda vê os impactos disso tudo, os alunos estão com dificuldades de aprendizagem, mas além de tudo estão com dificuldade na socialização, é, na organização do tempo, até dos materiais e das matérias da escola.” Em complemento, a participante P06 expõe:

“[...] eles voltaram, muito dependentes, eles ficaram um ano em casa, protegido né, dependendo do pai e da mãe, quando chegaram aqui na escola, eram muito inseguros, mais do que no primeiro, muita insegurança. Eles tinham...digamos, tudo que eu passava pra eles, eu tinha que ir na carteira, um por um, explicar tudo de novo, olha isso durou quase um bimestre inteiro.” (P06).

Em consonância ao exposto pelas professoras, uma recente pesquisa realizada por Appenzeller et al (2020), nos permite constatar as principais dificuldades do ensino remoto para os alunos: internet instável e/ou acesso exclusivo por redes móveis; maior parte dos

alunos acompanhava as aulas por computadores e notebooks, porém, muitas vezes esses aparelhos eram compartilhados com os outros membros da família; os alunos apresentavam dificuldades de acompanhar as aulas síncronas. Conforme aponta o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE, "uma em cada quatro pessoas no Brasil, não tem acesso à internet, 46 milhões de brasileiros não acessam a rede, nas áreas rurais chega a cerca de 53,5%" (BRASIL, 2020).

De acordo com os relatos das professoras entrevistadas, as adversidades encontradas durante o ensino remoto foram inúmeras. As participantes destacaram que o fato de lecionarem em uma comunidade interiorana, acabou influenciando no acesso dos alunos às tecnologias e, conseqüentemente, no engajamento das atividades propostas. Contudo, destacam que a Secretaria Municipal de Educação disponibilizou a Internet para aqueles que não possuíam acesso. A falta de engajamento dos alunos também se deu pela não participação das famílias no processo ensino-aprendizagem, segundo as participantes. Diante de tais dificuldades, a falta de contato com os alunos impossibilitou a participação de todos e, diante da subjetividade de cada um, acarretou em mudanças diversas nos planejamentos das professoras, ocasionando a sobrecarga de trabalho. A tecnologia também foi apontada como grande facilitador, mas também como uma dificuldade nesse processo, já que tiveram que se adaptar de forma abrupta a meios tecnológicos desconhecidos até então.

#### 4.4 SOFRIMENTOS EMOCIONAIS RESULTANTES DO TRABALHO REMOTO

Dado os impactos extensos e sistêmicos causados pela pandemia COVID-19, todas as pessoas são indiretamente afetadas por tal. As pessoas foram mobilizadas pelo temor ao adoecimento próprio ou de pessoas próximas, e tiveram as vidas modificadas pelas medidas de prevenção e controle da doença. O mundo passou a ser diferente do que como costumava ser e foi necessário redimensionar prioridades, reorganizar rotinas, redefinir algumas expectativas, ajustar os orçamentos, abandonar projetos e criar novos planos. (SOUZA et al, 2020).

Como apontam Moreira e Rodrigues (2018), o contexto escolar mostra-se como um ambiente provocador de tensão e estresse, como consequência disso, os professores sentem-se cada vez menos estimulados pelo trabalho, resultando em um círculo vicioso de sofrimento, adoecimento e afastamento.

Face ao exposto, na pandemia da COVID-19, a profissão docente sofre mais agravantes. O setor educacional precisou reestruturar suas ações pedagógicas a fim de continuar sua missão social, agora sobre o contexto de mediação online. Na linha de frente dessa reorganização está o professor, que de forma abrupta precisou se reinventar didaticamente e metodologicamente através da utilização de novas tecnologias como ferramenta de aporte. (VIANA; MIGUEL, 2021).

Uma das participantes da pesquisa, a professora P05, demonstra através de sua fala, a sua dificuldade em se organizar diante de todas as mudanças que a pandemia trouxe para a profissão docente.

*“Eu acho que foi conseguir me organizar porque a gente não fechava os nossos horários com os pais sabe, aí eu tinha que organizar a minha vida pessoal, com a minha vida do trabalho, com o trabalho dos pais, com o horário de trabalho...não fechava sabe. E aí no fim, criava um bolo e tu não sabia mais nem o que tu fazia, tu postava atividade e esperava o retorno e não vinha e tu pegava o retorno no outro dia, mas daí já tinha outra atividade, mas no fim virou uma bola de neve sabe, porque ficava uma coisa em cima da outra e daí tu ficava só correndo atrás e daí quando tu tinha alguma coisa, daí parecia que eles vinham e daí tinha que sair, largar tudo pra aproveitar aquela oportunidade, eu era prof em tempo integral sabe, era de manhã, de tarde, de noite, até de madrugada se eles resolvessem te ligar né, não tinha horário.” (P05).*

São muitas as demandas que precisaram ser supridas pelo educador durante esse momento na educação. Além da preocupação no ato de mediar o conhecimento em outra versão (online), também surgiram angústias pelo impedimento em diversos aspectos que são imprescindíveis ao fazer pedagógico diário com os alunos. Como resultado, gerou-se tensão de fatores emocionais, onde ao mesmo tempo o educador tem que conduzir as suas ações docentes e por outro lado precisa lidar com as frustrações, estresse, cansaço mental, para poder dar andamento ao processo de forma que se obtenha qualidade para os alunos. (VIANA; MIGUEL, 2021).

Esse ponto de vista é reforçado pela Associação Nova Escola (2020), ao enfatizar que "As rápidas mudanças, alto nível de cobranças, frustrações diárias e dificuldades técnicas durante o ensino remoto comprometem o psicológico dos educadores brasileiros".

Diante desses aspectos, os sentimentos que foram relatados pelas professoras entrevistadas incluíam, de forma geral, o medo, a frustração e a insegurança. O sentimento de medo esteve presente nas falas de todas as participantes sobre as sensações vivenciadas por elas na pandemia. A fala da participante P05 demonstra alguns desses sentimentos:

*“[...] medo de não dar conta, dos alunos chegar no outro ano, na outra turma e não terem aprendido nada. Foi uma angústia assim, eu sentia uma coisa muito ruim assim, eu sentia que nada dava certo sabe e raiva...eu sentia muita raiva, eu sentia raiva da pandemia, eu sentia raiva da tecnologia, eu sentia raiva de não tá na escola sabe. Essa raiva normalmente acontecia quando vinha as atividades e eu via que não tinham chegado como eram pra chegar sabe. O medo e a angústia foi permanente assim, daí a gente tinha medo de pegar o covid, a gente tinha medo de que os alunos pegassem covid, a gente tinha medo que não voltasse às aulas, que ficasse assim pra sempre [...].” (P05).*

Os docentes, em condições de mudanças, são impulsionados/obrigados a se adequarem às atribuições de um novo perfil profissional e, conseqüentemente, às exigências de novas performances educacionais impostas, para que as demandas sejam atendidas. Esse movimento, pode produzir incertezas quanto a forma de como o trabalho pode ser organizado e gerar dúvidas na capacidade do profissional. O autor ainda aponta os movimentos de autovalorização e inadequação, além do sentimento de culpa, situações essas, que podem gerar um sofrimento mental nos docentes. (BALL, 2014).

A participante P07 também retrata alguns de seus sentimentos: *“[...] eu acho que o que eu mais senti durante a pandemia, foi medo. [...] medo de que algum aluno, familiar ou conhecido adoecer, pegar o covid... Outra coisa que eu senti foi insegurança, se os alunos estavam aprendendo, conseguindo fazer o que eu repassei [...]”*. A professora P06 também compartilha de algumas dessas vivências relatadas:

*“ [...] eu falaria assim para você que eu pediria a Deus para que nunca mais isso acontecesse na nossa vida, foi triste, foi doloroso, foi preocupante e foi desgastante, foi muito desgastante. Foi bastante ruim e eu ficava muito nervosa porque às vezes eu imaginava o planejamento e de repente, tu ia fazer o planejamento e pensava meu eles não vão entender isso do outro lado, eles tinham dúvidas e eu não estava lá pra tirar né, mudei muitas vezes o meu planejamento, peguei...acabei montando né, um material especial pras aulinhas online, montei um livrinho especial pra alfabetização e trabalhei só em cima daquele livrinho o ano inteiro... o ano inteiro peguei um livro ali de A a Z, e aí foi que eu me planejei né, uma página daquele livro por dia, eu fazia.” (P06).*

A expansão da pandemia do novo coronavírus evidenciou um aumento de transtornos mentais comuns, especialmente transtornos adaptativos, que englobam alterações emocionais e comportamentais debilitantes, associados a eventos estressantes, episódios de pânico, ansiedade e depressão (SCHWARTZ et al., 2020). A participante P02 traz em seu relato que

teve problemas relacionados à sua saúde física e mental, acentuando as crises de ansiedade que já tivera antes da pandemia.

*“Tive crise de ansiedade, falta de sono, taquicardia, perda de apetite, pressão alta e infecção, infecção de garganta, infecção de bexiga, tive várias crises. Daí como eu já tinha tido uma anterior, em 2019, eu já tratava né, da minha crise de ansiedade, me deu uma bem forte. Mas eu tomei os medicamentos. Mas o pior ainda pra mim, era a insônia, as vezes eu conseguia dormir 5 horas da manhã e eu sabia que até as 7 horas da manhã, eu tinha que estar postando as atividades que todo dia tinha que ser postada no sistema né. Cansei de fazer de madrugada porque eu não tinha sono, eu esperava dar meia noite e postava as atividades. É, minha crise de ansiedade foi bem grande.” (P02).*

A pandemia como potencializadora de crises de ansiedades, também foi uma realidade da participante P05 e P09: *“Quando eu tava na adolescência, eu já tive crise de ansiedade, mas eu tinha melhorado, eu cheguei a tomar remédio na época e parei, mas com a pandemia eu desenvolvi e ficou bem severa assim.” (P05).* A participante P09 expõe:

*“Eu já sou bastante ansiosa, ansiedade eu já tenho assim né. Volte e meia eu preciso tá tomando algum calmante, geralmente eu tomo coisas mais naturais assim, eu procuro tomar né. Mas tinha noites que eu não conseguia dormir pensando no que eu tinha que fazer, eu era sempre professora, em tempo integral assim (risos), era 24 horas se não 25, porque a gente às vezes eu acho que criava até uma hora a mais no dia. E eu nunca vi o dia terminar tão rápido, meu Deus pra mim faltava tempo, quando eu via já era meio-dia e eu não tinha feito nada do que eu tinha planejado, nada do jeito que eu queria.” (P09).*

As pessoas, de forma geral, tendem a se sentir ansiosas e inseguras quando o ambiente muda ou sob formas de pressões constantes. No caso de surtos de doenças infecciosas, quanto a causa ou progressão da doença e os resultados não são claros. (LIANG et al., 2020).

A pandemia causada pela COVID-19 trouxe para o cenário educacional diversos desafios e cobranças para gestores, educadores, discentes e a família, emergiu e apresentou vários problemas de um sistema já falho. Os professores que antes sofriam com a desvalorização, precisam passar por uma reinvenção em sua formação profissional, para que se mantenha um modelo de ensino eficiente. Mesmo diante das imperfeições encontradas nas condições de trabalho, foi necessário cumprir a carga horária e, muitas vezes ir além dela, e promover uma educação de qualidade, embora condições precárias. (RODRIGUES; ARAÚJO; MENEZES, 2021).

A participante P03, traz a questão do esgotamento mental que vivenciou e, assim como a participante anteriormente citada, também relata a falta de sono como consequência do período pandêmico: *“Eu senti mesmo mais a questão desse esgotamento mental assim, esse cansaço mental assim, isso eu sentia muito. Em alguns momentos, eu tive dificuldade de dormir porque como às vezes eu ficava até mais tarde”*.

Os profissionais envolvidos em atividades em que há o contato direto com o público, como os da educação e da saúde, estão mais expostos e propensos aos riscos psicossomáticos. Na área da educação, sintomas de depressão, ansiedade e estresse são considerados como os principais motivos de afastamento de professores, de modo que a cada dia esse número cresce por causa da sobrecarga e da forma como as atividades são impostas no ambiente de trabalho, fatores esses que têm contribuído para o adoecimento dos docentes. (DIEHL, 2016).

Dado esses aspectos, pode-se notar que algumas das professoras entrevistadas relataram episódios depressivos, ansiosos e estressantes durante o trabalho laboral na pandemia. Assim como é o caso da professora P05:

*“[...] eu não tinha mais vontade de fazer nada assim, nem de levantar da cama, nem sair de casa, nada me agradava, podia fazer a coisa mais legal do mundo, que eu não tinha mais interesse em nada, eu só queria ficar na minha, quieta, não falava com ninguém, não queria conversar com ninguém, eu só ficava lá com a Valentina dentro do quarto e pra mim era só aquilo que importava, não queria ver ninguém na minha frente, podia me convidar pra fazer a coisa mais legal, parecia que nada, nada me encantava sabe, eu estava bem desmotivada.” (P05).*

A participante P06, também traz em sua narrativa a potencialização de sua depressão durante esse período:

*“[...] eu já tenho problema com depressão né, já tenho problema com o pulmão. E assim disparava o coração várias vezes com o estresse né. Então assim foi bem difícil né, inclusive porque o meu marido ele acabou pegando o, o covid né... pegou o covid passou bem mal eu tinha cirurgia marcada pra fazer do olho por que deu problema de visão. Então foi bem...como que eu vou falar... tumultuoso, foi bem complicado.” (P06).*

No que concerne à depressão, à ansiedade e ao estresse, essas patologias têm se agravado no período da pandemia da COVID-19. Os professores tiveram que reinventar a forma de ensinar, considerando o exercício do trabalho remoto, o que evidenciou a precarização da atividade docente, com um aumento da carga horária on-line de forma

involuntária, já que houve necessidade de o docente estar conectado e envolvido com suas atividades por um período de tempo muito maior e sem remuneração prevista. (SANTOS; SILVA, 2021).

Lockmann, Saraiva e Traversini (2020), consideram que o trabalho no ensino remoto provocou exaustão profissional nos professores. O trabalho do professor foi além da carga horária contratada e o professor encontra-se disponível nos três turnos para planejar ações, alimentar plataformas online, realizar webconferências, responder às perguntas e tirar dúvidas por WhatsApp, corrigir atividades e avaliar os alunos a partir desse novo molde de ensino. A professora P07 pontua que sentiu alguns sintomas relacionados à depressão nesse período:

*“[...] tristeza [...], às vezes aquela preguiça, não tinha vontade de sair da cama, de abrir...ligar né, o computador, de olhar o whatsapp, porque eu sabia que ia ter muita coisa e a gente não tinha mais vontade de responder, como te falei né...peguei até trauma do barulho do whatsapp no computador. Então assim, foi bastante cansativo.”. (P07).*

De acordo com uma reportagem do Portal Nova Escola de julho de 2020, em pesquisa realizada com mais de 8 mil professores da Educação Básica, os termos mais utilizados para descrever a situação do período pandêmico foram: ansiedade, cansaço, estresse, preocupação, insegurança, medo, cobrança e angústia. (SALAS, 2020).

Ornel et al (2020), destacam que durante uma pandemia, o número de pessoas cuja saúde mental é afetada tende a ser maior do que o número de pessoas afetadas pela infecção. As tragédias do passado mostraram que as implicações para a saúde mental podem durar mais e ter maior prevalência do que a própria epidemia ou pandemia e que os impactos psicossociais e econômicos podem ser incalculáveis se considerarmos sua ressonância em diferentes contextos.

Estudos têm revelado alguns sintomas psicológicos que são recorrentes em situações de distanciamento social: solidão, desesperança, angústia, exaustão, irritabilidade, tédio, raiva e sensação de abandono. Há uma maior probabilidade de ocorrência de distúrbios do sono, abuso de substâncias psicoativas e ideação suicida, bem como agravamento de transtornos mentais já existentes. (FIOCRUZ, 2020).

Analisando todas as falas das participantes, é possível mencionar, como causa dos sentimentos descritos, a ansiedade gerada pelo novo formato educacional, a alta carga de trabalho decorrente, a insegurança e o medo de não conseguir repassar os conteúdos aos

alunos, a não participação das famílias no processo de ensino-aprendizagem, questões relacionadas às desigualdades sociais entre os alunos, a falta de contato humano, as dificuldades de adaptação aos modelos tecnológicos e de forma geral, a reinvenção da prática docente.

#### 4.5 ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO

É notório que essa mudança repentina na rotina dos professores, causou muitos danos, principalmente relacionados à saúde mental, de modo que o trabalho laboral passou a fazer parte do ambiente familiar desses profissionais. Houve a necessidade de se adequar a um novo perfil profissional, regido por novas exigências e demandas obrigatórias. (MENESES; ARAUJO; RODRIGUES, 2021).

Para a minimização dos impactos negativos à saúde mental da população, ressalta-se a importância da busca pelas estratégias de enfrentamento, estas permitem uma melhor adequação à realidade do distanciamento e isolamento social. Tais estratégias podem auxiliar na estabilização emocional de forma autônoma, podendo evitar, na maior parte dos casos, a necessidade de cuidados especializados. (FIOCRUZ, 2020)

As estratégias de enfrentamento, também descritas como *coping*, compreendem o conjunto de medidas intencionais, cognitivas e comportamentais adotadas pelas pessoas para se adaptarem a diferentes circunstâncias estressantes, com o propósito de minimizar sua susceptibilidade e retornar ao seu estado anterior. (FOLKMAN, 1984).

Diante do cenário pandêmico, a resiliência das professoras também recebe um enfoque, podendo ser vista como resultado das estratégias de enfrentamento. De acordo com Robbins, Timothy e Filipe (2011), a resiliência é uma capacidade de lidar com as mudanças. Mudanças estas que são contínuas e que indicam para a necessidade dos indivíduos desenvolverem habilidades voltadas para a forma como se relacionam com as mudanças.

A fim de proporcionar um melhor enfrentamento diante das repercussões negativas causadas pela pandemia COVID-19, a Fundação Oswaldo Cruz (2020) elaborou uma cartilha com orientações e estratégias de enfrentamento frente ao isolamento social. Dentre essas estratégias encontram-se: estabelecer uma rotina diária para si e para a família; realizar exercícios físicos; realizar exercícios cognitivos, cursos online e leitura de livros; realizar exercícios de relaxamento; buscar conteúdos e práticas que estabeleçam a confiança em si

mesmo; manter uma alimentação saudável, sempre que possível; eleger alguns canais de comunicação confiáveis para buscar notícias; limitar o tempo gasto buscando informações; questionar informações que não possam ser verificadas; planejar suprimentos; estar atento ao consumo de bebidas alcoólicas; estabelecer um tempo de convivência com os moradores da casa; estabelecer contatos telefônicos ou online, enquanto contatos face a face não forem possíveis; prestar atenção nos próprios sentimentos e necessidades; participar de grupos de apoio online ou buscar apoio especializado. Diante do exposto, podemos identificar nas falas das participantes, algumas dessas estratégias.

Uma estratégia de enfrentamento relatada pelas professoras, foi a questão de estabelecer uma rotina. A participante P05 pontua que a principal estratégia dela para melhor vivenciar o período da pandemia foi: “[...] *criar uma rotina sabe, foi estabelecer os pontos que eu precisava fazer, de quando eu precisava de ajuda e de quando eu precisava fazer sabe porque se não eu não conseguia me organizar [...]*”. Partindo disso, ela complementa:

*“Quando eu criei, parece que as coisas começaram a engrenar sabe, daí eu estabeleci os horários pra cada coisa, aí eu permiti ter o meu tempo, fazer meu tempo ali, aí começou a funcionar, porque enquanto eu deixei tudo junto, não funcionava, eu não me organizava.” (P05).*

A professora P07 também destaca que a organização e o estabelecimento de uma rotina, a ajudou na experiência do trabalho remoto “[...] *tentei seguir meio que a rotina que eu tinha antes da pandemia, acordava, tratava os animais, tomava um banho, colocava uma roupa que não fosse pijama e ia para o trabalho [...]*”. A participante P01, também traz em seu relato essa ideia:

*“A primeira coisa que eu fiz foi me organizar. Nos primeiros dias, eu passava o dia todo de pijama, achando que eu tinha que levantar, passar o dia todo na frente do computador e passava o dia de pijama, quando eu comecei a perceber que isso tava sendo doentio pra mim, o que eu fazia? Eu acordava, levantava e me organizava como se fosse o meu período de trabalho, tomava banho, colocava roupa de trabalho, pra eu me sentir dentro do ambiente é, enfim, e depois como professor, organizei um espaço pra gravar vídeos, pra ter esse espaço que me aproximasse um pouco do que é a sala de aula mesmo.” (P01).*

De acordo com pesquisas da Fundação Oswaldo Cruz (2020), o planejamento e estabelecimento de uma rotina, auxiliam no enfrentamento do estresse, uma vez que desencadeia a sensação de retomada de controle e favorece a tomada de decisões de maneira

consciente. Uma rotina estabelecida de maneira intencional, com delimitação das tarefas, assim como da sua duração, possui maior efeito do que expectativas gerais sobre o que deve ser realizado.

A professora P03 traz que o que a ajudou a melhor experienciar o período pandêmico foi o contato com a natureza:

*"Como a gente tinha o sítio, então nos finais de semana, a gente procurava sair ou ir pra lugar. Felizmente a gente tinha um lugar fora a casa pra ir né, porque daí era um lugar isolado de gente né, então assim, se envolver um pouco com as coisas da natureza, pra relaxar e tal. Mesmo que a gente acabava conversando com os pais, vendo as mensagens, pelo menos a gente sabia que no final de semana não tinha aquela responsabilidade, então podia sair e fazer alguma coisa mais relacionado a isso, se envolver mais com a natureza e não ficar só ali entre quatro paredes né, então te dava assim, uma relaxada naquele momento ali né." (P03).*

Em concordância com o relato da participante anterior, a professora P06 também descreve a importância do contato com a natureza na sua vivência:

*"[...] então eu tinha todo o ar livre pra respirar lá fora eu saía pra fazer uma caminhada, às vezes eu conseguia largar tudo e ia fazer uma caminhada, eu ia mexer numa plantinha e acabou que eu não precisei ficar trancada entre quatro paredes né, que nem na cidade né eu não precisei ficar confinada, porque eu tinha espaço para ficar livre né. E eu gostava de lidar com minhas plantinhas, eu até fiz uma coleção para mim de suculenta, é... uma plantação né. Foi ao mesmo tempo, um período para mim me encontrar mesmo assim." (P06).*

De acordo com Becker et al (2019), o contato com o ambiente natural auxilia na diminuição de diferentes males emocionais e físicos que as pessoas enfrentam no cotidiano. Desta forma, estudos científicos demonstram que a exposição direta à natureza é essencial para a saúde física e emocional. Além disso, considerando o cenário pandêmico, a vida ao ar livre é um dos melhores antídotos contra a intoxicação digital.

Eleger alguns canais de comunicação confiáveis para buscar notícias, também é apontada como uma estratégia de enfrentamento, dado que a informação possui grande relevância para a tomada de decisões. Portanto, é preciso escolher canais confiáveis para obtê-las. O excesso de informações também é visto como prejudicial, já que aumenta a sensação de ansiedade e angústia perante às informações adquiridas. (FIOCRUZ, 2020). A professora P10 destaca que, durante o período que estava em casa, procurou evitar o excesso de informações:

*“[...] nesse período eu evitava ficar assistindo jornais, mídias, evitava ficar buscando muito, me informava né, das coisas básicas. Eu procurei mais as questões fisiológicas né, porque a gente precisava passar isso pros alunos, mas apenas mais isso assim. A oração também foi uma estratégia, foi algo muito positivo, sabe.” (P10).*

A participante anterior, professora P10, descreve no final de sua fala, que a oração também foi positiva no enfrentamento das dificuldades advindas da pandemia COVID -19. Esta, também é considerada uma estratégia de enfrentamento, dado que buscar conteúdos e práticas que estabeleçam a confiança em si mesmo, seja de ordem intelectual, terapêutica, religiosa e/ou espiritual, auxiliam na identificação de recursos internos para o enfrentamento saudável das demandas do período. (FIOCRUZ, 2020)

Ainda destaca-se a importância de manter o contato com os alunos e com familiares, mesmo que de forma virtual. As pesquisadas P02 e P10, utilizaram essa estratégia de enfrentamento. *“Eu mantinha contato com as crianças, bastante vídeo e eu tentava interagir bastante, eu sempre falava que eles podiam me chamar se não tivessem entendido algo [...]” (P02).* A participante P10 pontua:

*“[...] eu acho que as chamadas de vídeo me ajudaram bastante a me aproximar dos alunos e também a entender um pouco né, de não me cobrar tanto, não me senti tão culpada porque às vezes não depende nem de mim, nem deles e sim da condição deles, então eu acho que isso me ajudou a perceber bastante né e não ficar me cobrando tanto.” (P10).*

O estabelecimento de contatos telefônicos ou online, via aplicativos de mensagens, enquanto contatos face a face não forem possíveis, contribuem para a manutenção e o fortalecimento das conexões interpessoais, ainda que de forma não presencial, podem diminuir os impactos negativos ocasionados pelas medidas de distanciamento social e proteger a saúde mental. (FIOCRUZ, 2020).

A pesquisada P08 relata que a troca de informações com outras professoras e o apoio e auxílio da família, contribuíram na melhor experiência da pandemia.

*“[...] Outra coisa assim que me ajudou bastante nesse período né, além dessas trocas com as professoras, foi a minha família né, família eu digo a Laura, o meu marido, eles estavam sempre ali comigo né, quando eu precisava fazer alguma coisa meu marido sempre me ajudava cuidava da Laura pra mim e até mesmo ele dava umas ideias, às vezes umas dicas, isso me ajudava bastante assim sabe.” (P08).*

Instituir um tempo de convivência com os moradores da casa, também é uma estratégia de enfrentamento descrita pela Fundação Oswaldo Cruz (2020). Estabelecer momentos de lazer e recreação, conversar, trocar informações, ler livros e assistir filmes, podem ser formas positivas de manter contato com as pessoas que residem na mesma casa de maneira saudável, o que diminui a tensão e a possibilidade de conflitos.

Durante o período do trabalho laboral remoto, foi necessário uma maior atenção nos próprios sentimentos e necessidades subjetivas. Foi necessário atentar para limites e angústias, a fim de traçar estratégias para suavizar esse momento. A percepção dos sentimentos permite reavaliar as medidas protetivas e buscar auxílio, caso necessário. (FIOCRUZ, 2020). A participante P02 descreve o que utilizou de estratégia para o período pandêmico: “[...] a minha terapia foi ficar sozinha, foi respeitar assim, as minhas limitações sabe e eu sempre me achei forte, nesse sentido assim de não deixar a peteca cair [...]”.

Dada essa questão, vale ressaltar que nenhuma das professoras entrevistadas buscou auxílio psicológico durante ou após o exercício do trabalho remoto, mesmo que muitas, com a saúde mental visivelmente abalada. Assim como relata a participante P10: “[...] eu deveria ter ido né. [...] ia ter me ajudado com essa questão desses sentimentos todos né. Mas eu não... não busquei atendimento não, eu acabei superando isso sozinha mesmo.”

Para Noal et al. (2020), a atuação da psicologia no exercício da prevenção dos impactos na saúde mental, devido às consequências oriundas da COVID-19, facilita conceder os instrumentos necessários nos diversos lugares onde a(o) profissional exerce sua atividade, auxiliando-os a saber lidar com essa situação:

A(o) psicóloga(o) no exercício da prevenção dos impactos na saúde mental, permite ampliar e intensificar a organização dos serviços e dos cuidados em saúde mental e atenção psicossocial no contexto da COVID-19, assim como nas situações que possam envolver outras emergências em saúde pública e desastres futuros. (NOAL et al, 2020, p. 17).

Através da escuta terapêutica, o paciente tem a possibilidade de manifestar as suas angústias num espaço de acolhimento, liberdade e confiança, de modo que possa encontrar meios que lhe ajudem a lidar com as situações que se encontra. Esse espaço pode ser oferecido pelos profissionais nos atendimentos clínicos, seja por via presencial ou on-line. (RODRIGUES, 2020).

Logo, é importante conceber que o papel que a psicologia possui nos tempos da pandemia de COVID-19 tem um alcance para a população geral, particularmente aquelas que estão com a saúde mental abalada pelos impactos negativos e, por meio de instrumentos qualificados, poder oferecer à população aportes para saber lidar com essa realidade que enfrenta. Nesta perspectiva, o profissional atua como um facilitador entre o indivíduo e o sofrimento psíquico, sendo o mediador, por meio de instrumentos que levam o paciente a uma busca de maior autonomia e autoconhecimento, permitindo assim uma diminuição do sofrimento e conseqüentemente uma melhoria na sua saúde mental. (SANTIAGO; MONTEIRO, 2022).

Apesar da não utilização da psicoterapia como recurso de enfrentamento à pandemia, as professoras destacam dentre as estratégias de enfrentamento mais utilizadas a organização de seu tempo, com a formulação de uma rotina e planejamento. o contato com a natureza foi utilizado por duas professoras como uma estratégia de enfrentamento, juntamente com o apoio de base religiosa. O comportamento de manter contato foi citado pelas professoras em duas circunstâncias, sendo uma delas o contato realizado à distância com as colegas de trabalho, somado ao compartilhamento de experiências entre elas, e o contato que mantiveram com os alunos, de forma remota. Também foi citada como uma técnica empregada, a utilização e a pesquisa de meios de comunicação com informações confiáveis, evitando da mesma forma, canais de comunicação de forma excessiva.

#### 4.6 ASPECTOS POSITIVOS DECORRENTES DA PANDEMIA

O período da pandemia COVID-19, abriu muitas possibilidades de transformação no contexto educacional. A utilização das tecnologias em sala de aula não costumava ser um ponto forte para muitos professores, porém, de forma abrupta, de uma semana para a outra, tiveram cursos de formação nessa área e, em poucos dias, tiveram que aprender a buscar, estudar e aplicar tais conhecimentos com seus alunos.

Na entrevista, foi solicitado pela pesquisadora, que as participantes descrevessem com uma palavra o que foi ser professora na pandemia, no entendimento delas. Na nuvem de palavras elaborada, conforme apresentada na Figura 3, pode-se observar que a palavra aprendizado surge em destaque entre as pesquisadas, sendo a mais utilizada para descrever a vivência como docente no ensino remoto. É importante mencionar que o tamanho das

palavras corresponde à quantidade de vezes citadas. Ou seja, a palavra "aprendizado" foi a palavra mais citada pelas professoras. As palavras “superação” e “desafio” também aparecem duas vezes na descrição das participantes e se destacam na nuvem de palavras.

**Figura 3 - Representação das respostas das participantes.**



Fonte: Elaborada pela autora.

Apesar de todos os riscos relacionados ao COVID-19 e os impactos negativos que o mesmo causou na saúde mental das professoras entrevistadas, estas destacam alguns aspectos positivos decorrentes do ensino remoto. É o caso da professora P01, que aponta, o aprendizado no uso de novas tecnologias “[...] eu acho que nós professores nos atentamos mais pro uso da tecnologia e a gente tem trazido isso agora, com o retorno das aulas presenciais, a gente tem trazido isso pra sala de aula né, um uso maior dos meios de tecnologia, inserir esse meio na sala de aula [...]”. A professora P08 também corrobora com essa ideia:

*“A gente teve que aprender né...apesar de muito rápido, a gente foi aprendendo mais durante a pandemia e isso foi muito bom assim, talvez eu nunca aprenderia a fazer esses videozinhos, a cortar, a fazer tudo isso assim né, também a questão dos sistemas, as lives que a gente fez também trouxe bastante conhecimento pra gente sobre tecnologia, sobre a pedagogia [...]” (P08).*

Kenski ( 2008, p. 47) afirma que “usamos muitos tipos de tecnologias para aprender e saber mais e precisamos da educação para aprender e saber mais sobre as tecnologias.” Usar as tecnologias no desenvolvimento educacional pode trazer bons resultados quando é levado

em consideração a expansão dos ambientes virtuais e o fácil acesso dos estudantes a essas plataformas.

Tais inovações tecnológicas, geram aprendizados valiosos aos professores e à sociedade, por associar novas possibilidades tecnológicas às salas de aula. As adversidades encontradas pelos professores estarão presentes, quando considerar-se mudar as metodologias tradicionais educacionais de forma mais imediata e, possivelmente. Apesar disso, é importante lembrar das inovações e aprendizados trazidos para a sociedade, por meio desse atípico período vivenciado. (SANTOS; SANTOS, 2020).

O processo educacional remoto é viabilizado, trazendo a conexão e a percepção do quanto o mundo tecnológico pode contribuir em todo método de ensino-aprendizagem. Fantin (2011) ressalta a importância das tecnologias digitais para a sociedade, da qual promove um espaço para a reflexão sobre o papel que as mídias têm desempenhado na contemporaneidade e na formação dos sujeitos.

Outro ponto abordado como um aspecto positivo da pandemia, foi abordado pela participante P03, do qual ela descreve as capacitações e a aproximação dos docentes no período da pandemia.

*“Eu penso que o aspecto mais positivo da pandemia que teve, eu falo essa questão da formação, que a gente estudou muito, a gente conseguiu algum desenvolvimento e também a questão de documentos da parte da secretaria de educação, a gente trabalhou bastante nessa questão de documentos, a gente produziu bastante coisa e a gente interagiu mais com as professoras em si, porque como a gente agora na escola, a gente interage menos né, porque a gente faz menos formação, a gente conversa menos assim entre o grupo todo, não só da escola, mas de outras escolas e coisa né e nesses momentos, a gente reunia todas as professoras, de todas as entidades, e a gente trocava muita ideia né.” (P03).*

A formação dos educadores e a ampliação de seus conhecimentos, além dos benefícios próprios, podem ser vistas como influenciadoras no processo de desenvolvimento infantil nos mais variados aspectos e na ampliação das experiências dos discentes. Também pode contribuir para a formação da cidadania, almejando uma educação de qualidade que contribua para a formação de sujeitos críticos, criativos, responsáveis, cooperativos, autônomos e participativos. (FREIRE, 2014).

A participante P02 cita como um enfoque positivo da pandemia, o olhar que os pais passaram a ter sobre a escola e sobre os professores.

*“A valorização que as famílias deram pra escola, esse é o aspecto positivo. Que eles viram o quão duro é ser professor, é ensinar as coisas pras crianças, eles sentiram na pele, isso eles valorizaram bastante. [...] A valorização da escola, a valorização do professor pra ensinar as crianças [...].” (P02).*

Outra participante, a professora P05 também traz em sua fala a valorização da escola e das professoras na visão dos familiares dos alunos:

*“Eu consegui identificar assim, a valorização dos pais, porque eles achavam que a gente não fazia nada aqui, ainda tem muita gente que acha que o professor não trabalhou na pandemia e eu acho que foi a fase que a gente mais trabalhou na vida assim sabe, mas eles perceberam a dificuldade que a gente tem e a dificuldade que os filhos deles tem, porque eles não acreditavam quando a gente falava né, daí lá com criança eles perceberam e relataram né, meu Deus o filho não conseguia...imagina na sala de aulas sabe e dava de ver que eles queriam que a escola voltasse, porque eles viam a necessidade que escola tem sobre as crianças né.” (P05).*

No que tange a interação entre família e escola, destaca-se que estas formam a base principal do desenvolvimento de uma criança, pois ambas fornecem conhecimentos, cuidados e valores e são as responsáveis pelos primeiros contatos de socialização do indivíduo. Sendo assim, cabe à família e escola juntas desenvolverem o caráter, o intelecto, e o senso crítico do indivíduo, esse processo é iniciado pela família e tem continuidade nas instituições de ensino, dessa forma fica evidente que quanto mais a família participa, mais eficaz é o trabalho da escola. (MOURA; MENINO; GOMES, 2020).

O período da pandemia COVID-19 fez surgir diversos sentimentos negativos e prejudiciais à saúde mental, assim como já mencionou-se em tópicos anteriores. Contudo, surge também sentimentos positivos, como os observados pela professora pesquisada P01:

*“[...] acredito que alguns sentimentos a gente consegue perceber também, como solidariedade e alguns sentimentos quando se fala de pandemia, existem e despertam, quando se fala de empatia entre as pessoas, justamente por causa das perdas, por ser tudo muito novo, passamos aí por um momento que não tinha vacina, então é, as pessoas acabam sendo mais empáticas, se importando com os outros, eu acho que trouxe alguns sentimentos ali que, que a gente percebe quando se fala em pandemia, a gente percebe esse amolecimento é, nos sentimentos né.” (P01).*

O momento atual se volta para a necessidade do uso de medidas de proteção coletiva, o que impulsionou campanhas incentivando as pessoas a realizarem a lavagem frequente das mãos, não levar as mãos aos olhos, nariz e boca, fazer uso de máscara e exercer o

distanciamento social, tendo como foco o pensar e o agir não apenas para o bem próprio, de cuidado individual, mas também para o bem coletivo. Diante disso, pode-se constatar a necessidade e a relevância social de pôr em prática os sentimentos de compaixão e empatia. Os conceitos de empatia e compaixão são compreendidos como sentimentos e atitudes que de modo frequente estão presentes nas discussões e diálogos em prol de um cuidado humano e digno. (NETO et al, 2020).

Segundo Vieira, Monteiro e Silva (2022), “a pandemia da COVID-19 possibilitou um olhar mais amplo para o sofrimento humano, além de escancarar uma realidade tão marcante, em especial no cenário brasileiro, que é a desigualdade social.”

Os autores ainda apontam que, de outro modo, a crise humanitária, decorrente da COVID-19, também trouxe à tona um aspecto positivo da natureza humana: a solidariedade. Perspectivas mencionam que o pós-pandemia aponta para movimentos de justiça social, de modo que não se pode enfrentar tal crise mundial sem considerar as transformações que podem surgir nas relações humanas e sociais. Tais transformações devem “visar a criação de sistemas de governança comprometidos com a equidade, os direitos humanos, a dignidade da vida, o respeito pela diversidade, a responsabilidade social e a proteção das gerações atuais e futuras.” (VIEIRA; MONTEIRO; SILVA, 2022).

De forma geral, as participantes citam que a pandemia gerou sentimentos relacionados à empatia e à solidariedade para com o próximo. No âmbito da educação, pode-se verificar, através das falas das participantes, a ampliação do conhecimento relacionado à tecnologia, através de formações específicas e pesquisas individuais, o que acarretou na ampliação e aprimoramento de conhecimentos e no uso destes como recurso atual em sala de aula. Além disso, foi destacado pelas participantes, um maior reconhecimento e valorização da escola e dos professores, por parte da comunidade.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como objetivo *compreender as repercussões da pandemia SARS-CoV-2 (COVID-19) na saúde mental de professores(as) em escolas públicas de uma cidade da Região do Alto Vale do Itajaí*. Assim como, este estudo teve como problema de pesquisa: quais as repercussões da pandemia SARS-CoV-2 (COVID-19) na saúde mental de professores(as) em escolas públicas de uma cidade da Região do Alto Vale do Itajaí? De maneira geral, como resposta ao problema de pesquisa, podemos compreender a pandemia como um evento que trouxe aos docentes múltiplas percepções e sentimentos, trazendo novos desafios, nunca vistos anteriormente em sua prática. Perante esse novo contexto, as professoras vivenciaram o aumento de sua carga horária de forma involuntária, assim como, apresentaram sentimentos relacionados à ansiedade, estresse, sobrecarga, incapacidade, desânimo e exaustão. Tais sentimentos e percepção experienciadas, influenciaram no equilíbrio físico, mental e econômico das professoras entrevistadas.

Conforme os resultados apresentados, na percepção das professoras, o trabalho durante a pandemia trouxe uma série de adaptações no âmbito pessoal e profissional, como o aumento da carga horária diária e a sobrecarga de tarefas laborais. As adversidades encontradas durante o ensino remoto foram inúmeras. Foi possível constatar que a não participação das famílias no processo ensino-aprendizagem e o fato de lecionarem em uma comunidade interiorana, acabou influenciando no acesso dos alunos às atividades e às tecnologias necessárias e, conseqüentemente, atingiu o engajamento dos alunos nas práticas propostas. Desse modo, a falta de contato presencial com os alunos, impossibilitou a participação de todos e, frente à subjetividade individual, resultou em adaptações e mudanças diversas nos planejamentos das professoras, ocasionando a sobrecarga de trabalho. A tecnologia foi apontada como grande facilitador no ensino remoto, mas também como uma dificuldade nesse processo, já que houve uma adaptação abrupta e forçada a meios tecnológicos desconhecidos até então.

Os sentimentos envolvidos na prática docente durante o período pandêmico, foram descritos através da ansiedade gerada pelo novo formato educacional e a alta carga de trabalho, a insegurança e o medo de não atingir e repassar os conteúdos aos alunos, a não participação das famílias no processo de ensino-aprendizagem, questões relacionadas às

desigualdades sociais entre os alunos, a falta de contato humano, as dificuldades de adaptação aos modelos tecnológicos e de forma geral, a reinvenção da prática docente.

No âmbito educacional, foi possível verificar, a ampliação do conhecimento relacionado à tecnologia, através de formações específicas e pesquisas individuais, acarretando no aprimoramento de conhecimentos e no uso destes como recurso atual em sala de aula. Ainda, destaca-se um maior reconhecimento e valorização da escola e dos professores, por parte da comunidade.

Durante o processo de elaboração da presente pesquisa, não encontrou-se dificuldades significativas, dado que os docentes são um público numeroso e de fácil acesso e, assim como, pela pesquisadora optar pelo local de pesquisa ser por conveniência. O contato com as professoras ocorreu de forma presencial e não houveram adversidades para encontrar participantes e entrevistá-las.

Tendo em vista a importância do tema, bem como a limitação deste estudo, sugere-se a realização de pesquisas direcionadas à saúde mental dos professores, de forma a entender a situação em que se encontram durante e após a pandemia tal como, fomentar medidas para amenizar as dificuldades laborais e psicológicas ocasionadas pela pandemia.

Por fim, tendo em consideração a importância da profissão docente para o futuro de nossa sociedade, como um agente socializador, facilitador/mediador do conhecimento, ou como aquela que propicia a ética e os valores por meio da educação, se evidencia a relevância em relação às repercussões da pandemia COVID-19 na saúde mental de professores(as), para o desenvolvimento social, científico e profissional. Nesse sentido, acredita-se que cuidar da saúde mental dos docentes é um compromisso social com a educação do futuro.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Filho Naomar. O que é saúde. Rio de Janeiro: Fiocruz: 2011.
- ANDRADE, Elizabete Rodrigues Da Silva de. **Adoecimento no trabalho docente em tempos de pandemia: impactos na saúde dos professores dos anos iniciais de uma escola da rede pública do DF**. TCC (Licenciatura em Pedagogia)- Faculdade de educação-FE pedagogia, Universidade de Brasília. Brasília, p. 47. 2020.
- ANDRADE, Marcia Siqueira de. **Psicopedagogia Clínica Manual de aplicação Prática para Diagnóstico do Aprendizado**. 1ª edição. São Paulo: Póluss Editorial, 1998.
- APPOLINÁRIO, Fabio. **Dicionário de metodologia científica**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 2011.
- ARRUDA, Robson Lima; NASCIMENTO, Robéria Nádia Araújo. Estratégias de ensino remoto durante a pandemia de COVID-19: um estudo de caso no 5º ano do Ensino Fundamental. **Revista Thema**. Paraíba, 2021, v. 20, p. 37-54.
- BACCON, A. L. P. **Um ensino para chamar de seu**: uma questão de estilo. 169f. Tese (Doutorado em Ensino de Ciências e Educação Matemática) – Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2011.
- BALL, S. J. Fazendo neoliberalismo: mercados, estados e amigos com dinheiro. In: BALL, S. J. **Educação Global SA**: novas redes políticas e o imaginário neoliberal. Ponta Grossa: UEPG, 2014.
- BARBOSA, A. M.; VIEGAS, M. A. S.; BATISTA, R. L. N. F. Aulas presenciais em tempos de pandemia: Relatos de experiência de professores do Ensino Superior sobre as aulas remotas. **Revista Augustus**, v. 25, n. 51, p. 255-280, 2020. Disponível em: <https://revistas.unisua.edu.br/index.php/revistaaugustus/article/view/565>. Acesso em: 16 de outubro de 2021.
- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**, Lisboa: Edição 70, 1977.
- BECKER, D. et al. **Benefícios da Natureza no Desenvolvimento de Crianças e Adolescentes**. Manual de Orientação. São Paulo: Instituto Alana e Sociedade Brasileira de Pediatria, 2019.
- BIMBATI, Ana Paula. Qual é a situação dos professores brasileiros durante a pandemia? **Associação Nova Escola**, 2020. Disponível em: <https://novaescola.org.br/conteudo/19386/qual-e-a-situacao-dos-professores-brasileiros-durante-a-pandemia/>> Acesso em: 15 de maio de 2022.
- BLEGER, José. **Temas de psicologia**: entrevista e grupos. São Paulo: Martins Fontes, 1984.
- BRASIL. Câmara dos Deputados. Reconhece, para os fins do art. 65 da Lei Complementar n. 101, de 4 de maio de 2000, a ocorrência do estado de calamidade pública, nos termos da solicitação do Presidente da República encaminhada por meio da Mensagem n. 93, de 18 de março de 2020. Disponível em:

<<https://legis.senado.leg.br/sdleg-getter/documento?dm=8075954&ts=1584647908386&disposition=inline>> . Acesso em: 16 de abril de 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Lei nº8.080. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. 1990.

BRASIL. **Mapa do ensino superior no SEMESP**. SEMESP, 2017.

BROOKS, S. K.; WEBSTER, R. Smith; L. E., WOODLAND, L.; WESSELY, S.; GREENBERG, N.; RUBIN, G. J. **The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence**. The Lancet, 2020. Disponível em: <[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)> Acesso em: 20 de abril de 2022.

BOZKURT, A.; SHARMA, R. C. Emergency remote teaching in a time of global crisis due to CoronaVirus pandemic. **Asian Journal of Distance Education**, 2020.

CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE (Brasil). Resolução n. 466, de 12 de dezembro de 2012. Brasília, 2012. Disponível em: <[http://www.conselho.saude.gov.br/web\\_comissoes/conep/index.html](http://www.conselho.saude.gov.br/web_comissoes/conep/index.html)> Acesso em 15 de abril de 2022.

DEJOURS, Jacques Christophe. **Psicodinâmica do trabalho**: contribuições da escola dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho. São Paulo: Atlas, 1994.

DIEHL, Liciane; MARIN, Angela Helena. **Adoecimento Mental Em Professores Brasileiros**: Revisão Sistemática Da Literatura. Estudos Interdisciplinares em Psicologia. Londrina, v. 7, n. 2, p. 64-85, 2016.

EWING, L; COOPER, H. B. **Technology-enabled remote learning during COVID-19**: perspectives of Australian teachers, students and parents. Technology, Pedagogy and Education, p. 1-17, 2021.

ENS, R. T.; DONATO, S. P. **Ser professor e formar professores**: tensões e incertezas contemporâneas. In: ENS, R. T.; BEHRENS, M. A. (Orgs.). Ser professor: formação e os desafios na docência. Curitiba: Champagnat, 2011. p.79-100.

ESTEVE, J. M., **O mal-estar docente**: a sala de aula e a saúde dos professores. Bauru: EDUSC, 1999.

FAUSTINO, Lorena Silva E Silva; SILVA, Tulio Faustino Rodrigues Silva. Educadores Frente À Pandemia: Dilemas E Intervenções Alternativas Para Coordenadores E Docentes. **Boletim De Conjuntura (BOCA)**. ano II, vol. 3, n. 7, Boa Vista, 2020.

FOLKMAN, S. . **Personal control, stress and coping processes**: A theoretical analysis. Journal of Personality and Social Psychology, 46(4), 839-852, 1984. Disponível em: <<https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.4.839>> Acesso em: 15 de outubro de 2022.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. (2020). A Quarentena na Covid-19: Orientações e Estratégias de Cuidado. Disponível em: <<https://www.fiocruzbrasil.org.br/wp-content/uploads/2020/04/Sa%C3%BAde-Mental-e>>

[-Aten%C3%A7%C3%A3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-A-quarentena-na-Covid-19-orienta%C3%A7%C3%B5es-e-estrat%C3%A9gias-de-cuidado.pdf](#)> Acesso em: 16 de outubro de 2022.

FUNG SY.; YUEN KS; YE ZW; CHAN CP; JIN DY. **Um cabo de guerra entre o coronavírus 2 da síndrome respiratória aguda grave e a defesa antiviral do hospedeiro: lições de outros vírus patogênicos.** tradução: Taylor e Francis online, 2020. Disponível em: <<https://www.tandfonline.com/doi/epub/10.1080/22221751.2020.1736644?NeedAccess=true>> Acesso em: 15/04/2022.

GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D. T. **Métodos de pesquisa.** Porto Alegre: UFRGS, 2009.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 5.ed. São Paulo: Atlas, 1999.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 6. ed. São Paulo: Atlas, 2012.

GIL-MONTE, P. R. (2008). El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) como fenómeno transcultural. *Informació Psicológica*, 91-92, 4-11

GOMES, Luciana; BRITO, Jussara. Desafios e possibilidades ao trabalho docente e à sua relação com a saúde. *Estud. pesqui. psicol.*, Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, p. 49-62, jun. 2006. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812006000100005&lng=pt\u0026nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812006000100005&lng=pt\u0026nrm=iso)>. Acesso em: 04 de maio de 2022.

GONSALVES, Elisa Pereira. **Iniciação à pesquisa científica.** 2.ed. Campinas, SP. Editora Alínea, 2001.

HONORATO, Tony; NERY, Ana Clara Bortoleto. **História da educação e Covid-19.** *Acta Scientiarum Education*, Maringá, v. 42, p. 1-22, ago. 2020.

JANONE, Lucas. Pesquisa: 93% das escolas públicas sofreram com falta de tecnologia na pandemia. **CNN Brasil**, 2021. Disponível em: <[LEÃO, L. H. C, VASCONCELLOS L. C. F. Cadeias produtivas e a vigilância em saúde, trabalho e ambiente. \*Rev. Saúde Sociedade\*, 2015.](https://www.cnnbrasil.com.br/nacional/pesquisa-93-das-escolas-publicas-sofreram-com-falta-de-tecnologia-na-pandemia/#:~:text=Covid%2D19-,Pesquisa%3A%2093%25%20das%20escolas%20p%C3%ABlicas%20sofreram%20com,falta%20de%20tecnologia%20na%20pandemia&text=Mais%20de%2094%20mil%20escolas,as%20aulas%20remotas%20foram%20implementadas.> Acesso em: 20 de maio de 2022.</p>
</div>
<div data-bbox=)

LEÃO, N. et.al. Trabalho e vida das mulheres na pandemia. In: Oliveira, Dalila Andrade & Pochmann, Marcio (Orgs.) **A Devastação do trabalho: a classe do labor na crise da pandemia** 1 ed., p.289-310, Brasília, 2020.

LEITE, Luciano S. **Saúde mental no trabalho e atitude empreendedora.** Editora Saraiva, 2020. Disponível em: <<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786558110491/>>. Acesso em: 13 de abril de 2022.

LIANG, L. et al. **The Effect of COVID-19 on Youth Mental Health. The Psychiatric Quarterly**, v. 91, n. 3, p. 841-852, 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32319041/>> . Acesso em: 12 de out. 2022.

LOZADA, Gisele; NUNES, Karina da S. **Metodologia Científica** . [Digite o Local da Editora]: Grupo A, 2019.. Disponível em: <<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788595029576/>> . Acesso em: 18 mar. 2022.

MANZINI, E. J. **A entrevista na pesquisa social**. Didática, São Paulo, v. 26/27, p. 149-158, 1991.

MARCELO, C. **Desenvolvimento profissional docente: passado e futuro**. Ciências da Educação, n.8, 2009, p.7-22.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. **The measurement of experienced burnout**. Journal of Occupational Behavior, 1981.

\_\_\_\_\_, C.; LEITER, M. P. **Early predictors of job burnout and engagement**. Journal of Applied Psychology, 2008.

MELO, Maria Taís De; DIAS, Simone Regina; VOLPATO, Arceloni. Impacto Dos Fatores Relacionados à Pandemia de COVID-19 Na Qualidade De Vida Dos Professores Atuantes em SC. Florianópolis, SC: **Contexto Digital**, 2020.

MENESES, José Marques; ARAUJO, Antônia Silva; RODRIGUES, Lídia Azevedo de Meneses. A saúde mental dos professores no cenário de pandemia, em Sobral – CE. Ensino em Perspectivas, Fortaleza, v. 2, n. 4, p. 1-11, 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). Plano de contingência nacional para infecção humana pelo novo Coronavírus 2019-nCoV: centro de operações de emergências em saúde pública (COE-nCoV) Brasília, 2020. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/publicacoes-tecnicas/guias-e-planos/livreto-plano-de-contingencia-espina-coe-26-novembro-2020>> Acesso em: 16 de abril de 2022.

NETO F. R. G. X. et al. Coordenação do cuidado, vigilância e monitoramento de casos da COVID-19 na atenção primária à saúde. **Enferm. Foco**. 2020; 11(1), Especial: p. 239-245.

NEVES, M. Y. R.; SILVA, E. S. A dor e a delícia de ser (estar) professora: trabalho docente e saúde mental. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, p. 63-75, 2006.

NOAL, Débora da Silva et al. **Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na COVID19**. Brasília: Fundação Oswaldo Cruz, 2020. 342 p. Disponível em: <<https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/44264>> . Acesso em: 16 de outubro de 2022.

OLIVEIRA, Marta Olivia Rovedder De et al. **Análise da qualidade dos artigos científicos da área de marketing publicados no Brasil: as pesquisas survey na década de 2000**. REAd. Revista Eletrônica de Administração (Porto Alegre). 2017, v. 23, n. 1, p. 54-87. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-2311.024.55683>> . Acesso em: 20 de março de 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Comitê de Especialistas em Saúde Mental da Organização Mundial da Saúde. Organização de serviços de saúde mental em países em desenvolvimento: décimo sexto relatório do Comitê de Especialistas em Saúde Mental da OMS. Geneva: World Health Organization, 1975.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE; ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Histórico da pandemia de COVID-19**. Escritório Regional para as Américas da Organização Mundial da Saúde, 2020. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>> Acesso em: 15 de abril de 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Mental health policies and programmes in the workplace. (Mental health policy and service guidance package). 98 pág., 2005. Disponível em: <[https://www.who.int/mental\\_health/policy/services/13\\_policies%20programs%20in%20workplace\\_WEB\\_07.pdf?ua=1&ua=1](https://www.who.int/mental_health/policy/services/13_policies%20programs%20in%20workplace_WEB_07.pdf?ua=1&ua=1)> Acesso em: 22 de abril de 2022.

ORNELL, F. et al. “Medo pandêmico” e COVID-19: carga e estratégias de saúde mental. **Braz J Psychiatry**, v. 42, n. 3, 2020, p. 232-235. Disponível em: <<https://www.bjp.org.br/details/943/en-US>> Acesso em: 10 de outubro de 2022.

PEREIRA, Leticia Rossetti. SCATOLIN, Henrique Guilherme. **Saúde Mental e Trabalho: Do sofrimento ao adoecimento psíquico nas organizações frente às tecnologias e formas de gestão**. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ed. 03, Vol. 09, pp. 139-152. Março de 2020. Disponível em: <<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia/saude-mental-e-trabalho>> Acesso em: 01 de maio de 2022.

PEREIRA, Hortência Pessoa; SANTOS, Fábio Viana; MANENTI, Mariana Aguiar. **Saúde mental de docentes em tempos de pandemia: os impactos das atividades remotas**. Revista BOCA, Boa Vista, v.3, n.9, p.25-33, 2020. ISSN: 2675-1488. Disponível em: <<https://revista.ufr.br/boca/article/view/Pereiraetal>> . Acesso em: 08 de outubro de 2021.

PEREIRAL, H.; SANTOS, F.; MANENTI, M. Saúde mental de docentes em tempos de pandemia: os impactos das atividades remotas. **Boletim de conjuntura (BOCA)** ano II, vol. 3, n. 9, Boa Vista, 2020.

PESSOA, A. R. R.; MOURA, M. M. M.; FARIAS, I. M. S. de. A Composição do Tempo Social de Mulheres Professoras Durante a Pandemia. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, v. 24, n. 1, p. 161–194, 2021. Disponível em: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/29532>> . Acesso em: 25 julho de 2022.

ROBBINS, Stephen; TIMOTHY, A. Judge; FILIPE, Sobral. **Comportamento Organizacional**. 14 ed. São Paulo. Pearson. 2011.

RODRIGUES, Clara Lima. **Estratégias de atuação de psicólogos clínicos no contexto da pandemia da COVID-19**. 2020. 67 f. TCC (Graduação) - Curso de Psicologia, Centro Universitário de Brasília, Faculdade de Ciências da Saúde e Educação, Brasília, 2020.

Disponível em: <<https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/prefix>>. Acesso em: 16 de outubro de 2022.

SALAS, P. Ansiedade, medo e exaustão: como a quarentena está abalando a saúde mental dos educadores. **Nova Escola**. 01 jul. 2020. Disponível em: <<https://novaescola.org.br/conteudo/19401/ansiedade-medo-e-exaustao-como-a-quarentena-esta-abalando-a-saude-mental-dos-educadores>> . Acesso em: 11 de out. de 2022.

SANTIAGO, Daniela Emilena; MONTEIRO, Walben da Silva. Atuação da(o) psicóloga(o) na pandemia: um estudo teórico. **Intraciência**. Guarujá, São Paulo, p. 1-9, junho de 2022. Disponível em: <[https://uniesp.edu.br/sites/\\_biblioteca/revistas/20220511095615.pdf](https://uniesp.edu.br/sites/_biblioteca/revistas/20220511095615.pdf)> Acesso em: 16 de outubro de 2022.

SANTOS, G.M.R.S.; SILVA M.E. **COVID-19: emergency remote teaching and university professors' mental health**. Rev Bras Saúde Matern Infant. 2021.

SARAIVA, Karla; TRAVERSINI, Clarice; LOCKMANN, Kamila. A educação em tempos de COVID-19: ensino remoto e exaustão docente. **Praxis Educativa**, Ponta Grossa, v. 15, p. 1-24, 2020.

SCHWARTZ, J. et al. **Protecting Healthcare Workers During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak: Lessons From Taiwan's Severe Acute Respiratory Syndrome Response**. Clinical infectious diseases : an official publication of the Infectious Diseases Society of America, v. 71, n. 15, p. 858-860, 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32166318>> . Acesso em: 12 out. 2022.

SILVA, Mariana Pereira da; BERNARDO, Marcia Hespagnol; SOUZA, Heloísa Aparecida. Relação entre saúde mental e trabalho: a concepção de sindicalistas e possíveis formas de enfrentamento. Revista Brasil saúde ocupacional, 2016. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/2317-6369000003416>> Acesso em: 15 de abril de 2022.

SILVA, Andrey Ferreira da et al. Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. Physis: Revista de Saúde Coletiva. 2020, v. 30, n. 02 Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-73312020300216>> Acesso em: 15 de maio de 2022.

SIMÕES, F. I. W.; F. Adoecimento no trabalho: um estudo de caso. R. Laborativa. v. 2, n. 2, p. 73-85, out./2013. Disponível em: <http://ojs.unesp.br/index.php/rlaborativa> Acesso em: 01 de maio de 2022.

SILVA, F. B.; SOUZA, L.; SCORSOLINI-COMIN, F. Significados da gravidez e da maternidade: discursos de primíparas e múltiparas. **Revista Psicologia-Teoria e Prática**, 15(1), 19-34, 2013.

TIBA, Içami. **Disciplina: limite na medida certa**. 8ª Ed. São Paulo: Editora Gente, 1996.

TONELLI, J. R. A.; FURLAN, C. J. K. **Perspectivas de professoras de inglês para crianças: (re)planejar, (re)pensar e (trans)formar durante a pandemia (Covid-19)**. **Signo**, v. 46, n. 85, p. 83-96, 2021.

UNESCO, 2020. **COVID-19: impact on Education**. Disponível em: <<https://pt.unesco.org/covid19/educationresponse>> . Acesso em: 09 de outubro de 2022.

VAUTHIER, R. L. **A Participação da família no processo de ensino e aprendizagem**. Rio de Janeiro: Autografia Edição e Comunicação Ltda, 2020.

VENTURA, Deisy de Freitas Lima; AITH, Fernando Mussa Abujamra; RACHED, Danielle Hanna. A emergência do novo coronavírus e a “lei de quarentena” no Brasil / The emergency of the new coronavirus and the “quarantine law” in Brazil. **Revista Direito e Práxis**, v. 12, n. 1, p. 102-138, mar. 2021. ISSN 2179-8966. Disponível em: <<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revistaceaju/article/view/49180/32876>> . Acesso em: 20 de abril de 2022.

VERDÉLIO, A. Primeira morte por Covid-19 no Brasil aconteceu em 12 de março. Agência Brasil, 2020. Disponível em: <<https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-06/primeira-morte-porcovid-19-no-brasil-aconteceu-em-12-de-marco>> . Acesso em: 16 de abril de 2020.

VIANA, Maria Elisete Ribeiro Pinto; MIGUEL, Joelson Rodrigues. Desafios Pedagógicos e Emocionais do Professor Frente à Pandemia da Covid-19 **Revista de psicologia**. Disponível em: <<https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/3151>> . Acesso em: 12 out. 2022.

WHO. World Health Organization. 2014. In: Mental health: a state of well-being.

WONG, C. A. et al. **Mitigating the impacts of the COVID-19 pandemic response on at risk children**. Pediatrics, 2020. Tradução minha. Disponível em: <<https://pediatrics.aappublications.org/content/pediatrics/early/2020/04/17/peds.2020-0973.full.pdf>> . Acesso em: 19 de abril de 2022.

ZANGIROLAMI-RAIMUNDO, Juliana; ECHEIMBERG, Jorge de Oliveira; LEONE, Cláudio. Tópicos de metodologia de pesquisa: Estudos de corte transversal. **J. Hum. Desenvolvimento de crescimento** , São Paulo, v. 28, n. 3, pág. 356-360, 2018. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12822018000300017&lng=en&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12822018000300017&lng=en&nrm=iso)> . Acesso em 18 de março de 2022.

## ANEXOS

### ANEXO A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

#### UNIVERSIDADE PARA O DESENVOLVIMENTO DO ALTO VALE DO ITAJAÍ

PROPPEX – Pró-Reitoria de Pós-Graduação, Pesquisa e Extensão

#### COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA - CEP

#### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - TCLE

Você está sendo convidado a participar de uma pesquisa. O documento abaixo contém todas as informações necessárias sobre a pesquisa que está sendo realizada. Sua colaboração neste estudo é muito importante, mas a decisão em participar deve ser sua. Para tanto, leia atentamente as informações abaixo e não se apresse em decidir. Se você não concordar em participar ou quiser desistir em qualquer momento, isso não causará nenhum prejuízo a você. Se você concordar em participar basta preencher os seus dados e assinar a declaração concordando com a pesquisa. Se você tiver alguma dúvida pode esclarecê-la com o responsável pela pesquisa. Obrigada pela atenção, compreensão e apoio.

Eu, \_\_\_\_\_ residente e domiciliado em \_\_\_\_\_, portador da Carteira de Identidade, RG \_\_\_\_\_, nascido (a) em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_\_, concordo de livre e espontânea vontade *em participar como voluntário* da pesquisa: **Ser professora na pandemia: as repercussões na saúde mental**. Declaro que obtive todas as informações necessárias, bem como todos os eventuais esclarecimentos quanto às dúvidas por mim apresentadas. Estou ciente que:

1. O estudo tem como objetivo compreender as repercussões da pandemia SARS-CoV-2 (COVID-19) na saúde mental de professores(as) em escolas públicas de uma cidade da Região do Alto Vale do Itajaí.
2. A pesquisa é importante de ser realizada pois proporcionará aos (as) professores (as), um espaço de escuta, reflexão e acolhimento. Permitindo que possam expressar suas vivências

acerca da pandemia Covid-19, enquanto professores (as). Esta pesquisa também trará contribuições no que tange o desenvolvimento acadêmico/científico social.

3. Participarão da pesquisa somente indivíduos adultos que tenham vivenciado a prática de ser professor (a) durante a pandemia COVID-19 e que, atualmente, exerçam a profissão docente em uma das escolas municipais determinadas pela pesquisadora.

4. Para alcançar os resultados desejados, a pesquisa será realizada com professores (as) de duas escolas públicas Municipais. Os dados serão coletados através de uma entrevista semiestruturada aberta.

5. Toda coleta de dados envolvendo seres humanos acarreta algum tipo de risco. Apesar disso, a pesquisadora tomará todas as providências para que esses riscos sejam mínimos. Todos os dados serão confidenciais e se tomará cuidado para que não acarretem qualquer prejuízo. Para minimizar desconfortos, será garantido local reservado e liberdade para não responder questões constrangedoras, procurando minimizar qualquer dano ao participante. Em caso de desconforto emocional no decorrer da pesquisa será garantida a possibilidade de receber apoio psicológico gratuito, se for de seu interesse, na Clínica-Escola de Psicologia da UNIDAVI;

6. O processo de pesquisa apresentará benefícios aos (às) participantes, pois, irá proporcionar um espaço de acolhimento, reflexão, compartilhamento e aprendizado acerca das suas vivências e de outrem.

7. Não será estabelecido nenhum retorno financeiro aos participantes, sendo sua participação totalmente voluntária;

8. Se, no transcorrer da pesquisa, eu tiver alguma dúvida ou por qualquer motivo necessitar, posso procurar a Professora Katia Gonçalves dos Santos, responsável pela pesquisa no telefone (47) 3531-6000 e no endereço Rua Dr. Guilherme Gemballa, nº 13 - Jardim América, Rio do Sul/SC;

9. Tenho a liberdade de não participar ou interromper a colaboração neste estudo no momento em que desejar, sem necessidade de qualquer explicação. A desistência não causará nenhum prejuízo a minha saúde ou bem-estar físico;

10. As informações obtidas neste estudo serão mantidas em sigilo e em caso de divulgação em publicações científicas, os meus dados pessoais não serão mencionados. Serão utilizados nomes fictícios, respeitando os princípios contidos na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Posteriormente, as informações serão organizadas, analisadas, divulgadas e publicadas;

11. Caso eu desejar, poderei pessoalmente tomar conhecimento dos resultados ao final desta pesquisa. Estarão disponíveis através da publicação de artigos científicos ou diretamente com a pesquisadora conforme contato disponível.

DECLARO, outrossim, que após convenientemente esclarecido pela pesquisadora e ter entendido o que me foi explicado, consinto voluntariamente em participar desta pesquisa e assino o presente documento em duas vias de igual teor e forma, ficando uma em minha posse.

Rio do Campo, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2022.

---

**Sujeito Pesquisado**

---

**Pesquisadora Assistente**

---

**Pesquisadora Responsável**

Responsável pelo projeto: Katia Gonçalves dos Santos

Pesquisadora Participante: Bruna da Silva Dorow

Endereço para contato: Dr. Guilherme Gemballa, nº13 – Jardim América – Rio do Sul - SC  
25

Telefone para contato: (47) 3531-6065 ou (47) 99615-1519

E-mail: [bruna.dorow@unidavi.edu.br](mailto:bruna.dorow@unidavi.edu.br)

CEP – Comitê de Ética em Pesquisa da UNIDAVI: Rua Dr. Guilherme Gemballa,13 – Caixa  
Postal 193 - Centro – 89.160-000 – Rio do Sul - PROPPEX - Telefone para contato: (47)  
5316000- Ramal 6078 e 6021

[etica@unidavi.edu.br](mailto:etica@unidavi.edu.br)

## ANEXO B - DECLARAÇÃO DE ANUÊNCIA

### ANEXO B - DECLARAÇÃO DE ANUÊNCIA

Declaro para os devidos fins e efeitos legais que, objetivando atender as exigências para a obtenção de parecer do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, e como Secretária Municipal de Educação, tomei conhecimento do projeto de pesquisa: “Ser professor(a) na pandemia: as repercussões na saúde mental”, e cumprirei os termos da Resolução CNS 466/12 e suas complementares, e como esta instituição tem condição para o desenvolvimento deste projeto, autorizo a sua execução nos termos propostos. Sabemos que nossas unidades escolares poderão a qualquer fase desta pesquisa retirar esse consentimento. Também foi, pela pesquisadora, garantido o sigilo e assegurada a privacidade quanto aos dados confidenciais envolvidos na pesquisa.

Concordamos que os resultados deste estudo poderão ser apresentados por escrito ou oralmente em congressos e/ou revistas científicas, de maneira totalmente anônima em relação aos nomes dos participantes e da instituição. Colocamo-nos à disposição para qualquer dúvida que se faça necessária.

Rio do Campo, 25/05/2022.

ASSINATURA:  .....

NOME: Luana Jackeline Leite .....

CARGO: Secretária de Educação .....

CARIMBO DO/A RESPONSÁVEL

*Luana Jackeline Leite*  
Professora responsável  
pela Secretaria de  
Educação

**ANEXO C -DECLARAÇÃO DE ANUÊNCIA****ANEXO C - DECLARAÇÃO DE ANUÊNCIA**

Declaro para os devidos fins e efeitos legais que, objetivando atender as exigências para a obtenção de parecer do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, e como Diretora da Unidade Escolar pesquisada tomei conhecimento do projeto de pesquisa: Ser professor(a) na pandemia: as repercussões na saúde mental, e cumprirei os termos da Resolução CNS 466/12 e suas complementares, e como esta instituição tem condição para o desenvolvimento deste projeto, autorizo a sua execução nos termos propostos. Sabemos que a instituição poderá a qualquer fase desta pesquisa retirar esse consentimento. Também foi, pelo (a) pesquisador (a) acima mencionado (a), garantido o sigilo e assegurada a privacidade quanto aos dados confidenciais envolvidos na pesquisa.

Concordamos que os resultados deste estudo poderão ser apresentados por escrito ou oralmente em congressos e/ou revistas científicas, de maneira totalmente anônima em relação aos nomes dos participantes e da instituição. Colocamo-nos à disposição para qualquer dúvida que se faça necessária.

Rio do Campo, 31/05/2022

ASSINATURA: *Giseli Hackbarth*

NOME: *Giseli Hackbarth*

CARGO: *Diretora*

CARIMBO DO/A RESPONSÁVEL

**Giseli Hackbarth**  
Diretora De Escola  
Portaria n° 136/2021

## ANEXO D - DECLARAÇÃO DE ANUÊNCIA

### ANEXO D - DECLARAÇÃO DE ANUÊNCIA

Declaro para os devidos fins e efeitos legais que, objetivando atender as exigências para a obtenção de parecer do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, e como Diretora da Unidade Escolar pesquisada, tomei conhecimento do projeto de pesquisa: Ser professor(a) na pandemia: as repercussões na saúde mental, e cumprirei os termos da Resolução CNS 466/12 e suas complementares, e como esta instituição tem condição para o desenvolvimento deste projeto, autorizo a sua execução nos termos propostos. Sabemos que a instituição poderá a qualquer fase desta pesquisa retirar esse consentimento. Também foi, pelo (a) pesquisador (a) acima mencionado (a), garantido o sigilo e assegurada a privacidade quanto aos dados confidenciais envolvidos na pesquisa.

Concordamos que os resultados deste estudo poderão ser apresentados por escrito ou oralmente em congressos e/ou revistas científicas, de maneira totalmente anônima em relação aos nomes dos participantes e da instituição. Colocamo-nos à disposição para qualquer dúvida que se faça necessária.

Rio do Campo, 02/06/2022

ASSINATURA: .....

NOME : .....

CARGO: .....

CARIMBO DO/A RESPONSÁVEL

**Ernite Weiss**  
Matrícula - 34089-16  
Diretora

**E.M.E.B. SANTA MARIA - 4213325-4**  
Santa Maria - Rio do Campo - SC  
Decreto de Denominação Nº 1790/02

## ANEXO E - TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA GRAVAÇÃO DE VOZ

Eu, \_\_\_\_\_, depois de entender os riscos e benefícios que a pesquisa intitulada **Ser professora na pandemia: as repercussões na saúde mental** poderá trazer e, entender especialmente os métodos que serão usados para a coleta de dados, assim como, estar ciente da necessidade da gravação de minha entrevista, AUTORIZO, por meio deste termo, a pesquisadora Bruna da Silva Dorow a realizar a gravação de minha entrevista sem custos financeiros a nenhuma parte.

Esta AUTORIZAÇÃO foi concedida mediante o compromisso dos pesquisadores acima citados em garantir-me os seguintes direitos:

1. Pelo presente instrumento autorizo – por tempo indeterminado, a exibição e utilização de minha imagem, voz e todo o conteúdo gerado por mim para fins de produção do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) do curso de Psicologia da UNIDAVI;
2. O AUTORIZANTE permite ao AUTORIZADO utilizar sua imagem (vídeo e fotografia), voz (áudio e gravação) em todo o material criado em meio impresso, analógico ou digital tais como: jornal, revista, site de notícias, TV, CD, DVDs, rádio, fotografias, vídeos, bem como sua disseminação via Internet, sem limitação de tempo ou do número de inserções/exibições, em território nacional, através de qualquer processo de transporte de sinal ou suporte material existente conforme exposto na Lei 9.610/98 (Lei de Direitos Autorais);
3. Poderei ler a transcrição de minha gravação;
4. Os dados coletados serão usados exclusivamente para gerar informações para a pesquisa aqui relatada e outras publicações dela decorrentes, quais sejam: revistas científicas, congressos e jornais;
5. Minha identificação não será revelada em nenhuma das vias de publicação das informações geradas;

6. Qualquer outra forma de utilização dessas informações somente poderá ser feita mediante minha autorização;
7. Os dados coletados serão guardados por 5 anos, sob a responsabilidade do(a) pesquisador(a) coordenador(a) da pesquisa Bruna da Silva Dorow, e após esse período, serão destruídos;
8. Serei livre para interromper minha participação na pesquisa a qualquer momento e/ou solicitar a posse da gravação e transcrição de minha entrevista.

Rio do Campo, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2022.

---

**Sujeito Pesquisado**

---

**Pesquisadora Assistente**

---

**Pesquisadora Responsável**

**ANEXO F - AUTORIZAÇÃO DE SERVIÇO PSICOLÓGICO****AUTORIZAÇÃO DE SERVIÇO PSICOLÓGICO**

Declaro que estou ciente dos possíveis riscos decorrentes do projeto de pesquisa intitulado “Ser professor(a) na pandemia: as repercussões na saúde mental”. Os riscos eminentes que poderão surgir para os participantes serão durante a entrevista semiestruturada. Os participantes poderão apresentar algum desconforto emocional durante a entrevista, podendo manifestar algumas emoções, tais como: angústia, decepção, frustração, tristeza. Caso isso ocorra, a pesquisadora irá interromper a coleta de dados e se necessário encaminhar aos serviços do Núcleo de Estudos Avançados em Psicologia (NEAP), localizado na Rua Guilherme Gemballa, 13, Jardim América, Rio do Sul - SC, 89160-932. A pesquisadora se responsabiliza em realizar o agendamento do atendimento psicológico, não havendo nenhum custo ou ônus ao participante.

Rio do Sul, 30 de maio de 20 22.

Katia G. Santos

Psicóloga Katia Gonçalves dos Santos

Coordenadora do NEAP

CRP 12/16641

Katia Gonçalves dos Santos  
Coordenadora da Clínica  
de Psicologia - NEAP  
CRP - 12/16641

## APÊNDICES

### APÊNDICE A - ROTEIRO DE ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA

#### Parte I - DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS

Nome completo:

Idade:

Sexo:

Formação:

Tempo como professor(a):

Estado Civil:

#### Parte II - ROTEIRO DE PERGUNTAS

1. Como é ser professor(a) para você?
2. Como você percebe que a pandemia da Covid-19 afetou as atividades na escola em que você trabalha?
3. Quais foram as adaptações que você fez para que pudesse passar do ensino presencial para o remoto?
4. Você recebeu algum tipo de apoio/suporte da escola em que trabalha para atuar durante a fase de ensino remoto?
5. Como se deu o engajamento e a adaptabilidade dos alunos durante o período do ensino à distância?
6. Todos os alunos conseguiram aderir ao ensino à distância? Quais as maiores dificuldades que você percebeu em relação a isso?
7. Quais foram os maiores desafios que você vivenciou no trabalho remoto?
8. Quais foram as maiores adversidades que você encontrou no ensino à distância?
9. Como você percebeu sua motivação como profissional para lecionar no período pandêmico?
10. Quais os sentimentos envolvidos na sua vivência como professor (a) no contexto da pandemia?
11. Você apresentou algum sintoma relacionado à ansiedade ou depressão durante suas atividades profissionais na pandemia?
12. Como você analisa sua saúde mental como professor (a) na pandemia?

13. Você procurou atendimento psicológico durante ou após o trabalho remoto?
14. Quais estratégias você utilizou para melhor vivenciar o período da pandemia como professor (a)?
15. Como professor (a), você consegue identificar algum aspecto positivo da pandemia?
16. Defina com uma palavra o que é ser professor(a) durante a pandemia.