

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS**  
**Faculdade de Medicina, Psicologia e Terapia Ocupacional**  
**Curso de Psicologia**



Trabalho de Conclusão de Curso

**PANDEMIA COVID-19: Consequências na saúde mental dos professores  
da educação básica - uma revisão bibliográfica**

Pelotas, setembro de 2023

**Tarcila Oliveira Krüger**

**PANDEMIA COVID-19: Consequências na saúde mental dos professores  
da educação básica - uma revisão bibliográfica**

Trabalho de Conclusão apresentado ao  
Curso de Psicologia da Universidade  
Federal de Pelotas, como requisito parcial  
para obtenção do título de Bacharel em  
Psicologia.

Orientador(a): Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Silvia Nara Siqueira Pinheiro

Pelotas, setembro de 2023

Tarcila Oliveira Krüger

Universidade Federal de Pelotas / Sistema de Bibliotecas  
Catalogação na Publicação

K89p Krüger, Tarcila Oliveira

Pandemia COVID-19 : consequências na saúde mental dos professores da educação básica - uma revisão bibliográfica / Tarcila Oliveira Krüger ; Silvia Nara Siqueira Pinheiro, orientadora. — Pelotas, 2023.

19 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) — Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Pelotas, 2023.

1. Psicologia. 2. Saúde mental. 3. Pandemia covid-19. 4. Professores. I. Pinheiro, Silvia Nara Siqueira, orient. II. Título.

CDD : 150

**PANDEMIA COVID-19: Consequências na saúde mental dos professores da educação básica - uma revisão bibliográfica**

Trabalho de Conclusão apresentado ao Curso de Psicologia da Faculdade de Medicina, Psicologia e Terapia Ocupacional, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Data da qualificação: 22/09/2023

Banca examinadora:

.....  
Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Silvia Nara Siqueira Pinheiro (Orientadora)

.....  
Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Ana Laura Sica Cruzeiro Szortyka

.....  
Psicóloga (Doutoranda) Amanda Schiavon

## Resumo

No final do ano de 2019 surgiu uma síndrome respiratória com um novo vírus que foi chamado de COVID-19. Este vírus foi disseminado pelo mundo e em 2020 foi definido pela OMS como uma pandemia. Assim, foram surgindo diversas alternativas para tentar conter e minimizar o contágio do vírus, uma delas foi o isolamento social. Com isso, o mundo do trabalho teve que se adaptar ao isolamento, sobretudo a categoria docente. Os professores já ocupavam uma categoria de trabalho exaustiva e que exigia muitas responsabilidades e adaptabilidades, logo, com a pandemia acredita-se que isto possa ter sido agravado. Portanto, o objetivo deste trabalho foi analisar na literatura recente as consequências da pandemia COVID-19 na saúde mental dos professores. Para isto, a metodologia utilizada na pesquisa foi de uma revisão bibliográfica nas bases de dados Google Acadêmico, Scientific Electronic Library Online (Scielo), Portal Periódicos da Capes e Biblioteca Virtual da Saúde- Psicologia (BVS PSI), selecionando artigos dos últimos três anos, sobre as consequências da pandemia COVID-19 na saúde mental dos professores da educação básica. Nos resultados encontrados surgiram três categorias principais: o conhecimento do sistema online, as mudanças no ambiente domiciliar e a saúde mental dos professores, tanto a falta de conhecimento das plataformas utilizadas na pandemia, quanto as mudanças que ocorreram na casa dos docentes afetaram de forma negativa a saúde mental dos professores. Assim, chegou-se à constatação que sintomas de estresse, ansiedade e esgotamento profissional foram acentuados durante a pandemia, e sugere-se mais estudos nesta área afim de possibilitar ideias para promoção e prevenção de saúde mental na categoria docente pós-pandemia.

**Palavras-chave:** saúde mental; pandemia COVID-19; professores.

## Introdução

No final do ano de 2019, os noticiários começaram a informar sobre um novo vírus que estaria acometendo as vias respiratórias de grande parte da população chinesa, e que estaria sendo transmitido muito rapidamente. De acordo com Faro et. al. (2020), em 2019 na cidade de Wuhan, na China Central, foi detectada uma síndrome respiratória com nome de COVID-19 provocada pelo coronavírus. Essa síndrome em pouco tempo tomou uma grande proporção pelo mundo, com uma facilidade de propagação, grandes números de mortes e de contágios. Por esses motivos e também pelo pouco conhecimento sobre o vírus, em março de 2020, a OMS definiu a situação causada pela doença como uma pandemia (WORLD HEALTH ORGANIZATION [WHO], 2020A).

Segundo Gallasch (2020), a transmissão do coronavírus se dá pelo contato desprotegido com secreções e gotículas salivares de uma pessoa infectada. E, com o avanço da pandemia, foram necessárias práticas organizacionais de prevenção antes da chegada do paciente ao serviço de saúde, para reduzir o contágio e o fluxo de atendimento nos ambientes hospitalares.

Com isso, diversas alternativas e orientações para tentar conter o vírus da COVID-19 foram instauradas, uma dessas orientações, inicialmente, foi o isolamento social. Devido a isto, muitos serviços foram suspensos, seguindo em funcionamento apenas serviços essenciais e serviços que poderiam se manter dentro da própria casa. Assim, na categoria docente, a forma encontrada para se manterem trabalhando, durante a pandemia, foi o ensino remoto em *home office*.

Em vista disso, durante o período de isolamento na pandemia COVID-19, como professora da rede estadual e municipal, pude presenciar diversas problemáticas trazidas nessa pesquisa. A dificuldade para ter um retorno dos alunos era muito grande, não se sabia ao certo se o ensino estava sendo efetivo, além da grande dificuldade na adaptação das plataformas e métodos digitais tanto da parte profissional quanto dos alunos. Além disso, as outras questões que já se encontravam antes da pandemia foram potencializadas: como a pressão sobre o rendimento dos professores, baixos salários, falta de participação das famílias no ensino-aprendizagem dos alunos, e o tempo de

descanso que já era escasso antes da pandemia, ficou ainda menor, visto que o trabalho se intensificou. Somado a isso, estávamos tomados por preocupações sobre a saúde do mundo, das nossas famílias e amigos e de nós mesmos.

Além das demandas exigidas, também surgiram problemas neste novo modo de ensino: plataformas de vídeo com aulas cheias, mas alunos dormindo enquanto se mantinham on-line; pouca ou nenhuma interação dos alunos nas aulas on-line; alunos sem acesso à internet; pouco retorno nas atividades assíncronas; cobrança por parte da coordenação pedagógica e da gestão escolar sobre os professores; autocobrança dos professores em relação ao ensino e aprendizagem dos alunos; a pandemia estava no auge, muitas mortes, perdas de familiares e/ou conhecidos, então, havia muita preocupação fora do ambiente de trabalho também. Dessa maneira, acredita-se que a pandemia possa ter gerado consequências na saúde mental dos professores. Assim sendo, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), “saúde mental é um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a sua comunidade.” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2017)

Assunção e Oliveira (2009), dizem que quanto mais exaustivo é o processo de intensificação do trabalho dos professores, mais suscetível eles se tornam ao adoecimento, e quanto mais carente é a região onde a escola está inserida, maior é a complexidade e o número das demandas que chegam, assim, mais difícil, também, se torna o trabalho dos professores da instituição. Desta forma, há uma exigência grande sobre a categoria docente, para que atendam plenamente o exercício de sua profissão, é esperado que essa categoria tenha que saber lidar com as adversidades, além de buscar desenvolver novas habilidades de acordo com as mudanças contínuas no contexto e situações escolares.

A baixa valorização e o desgaste emocional da categoria docente pode ser um fator importante para o desenvolvimento do estresse e também da Síndrome de *Burnout*. A baixa valorização se dá a partir do desequilíbrio entre as expectativas do profissional e o trabalho diário, atreladas a realidades como: baixos salários, grandes jornadas de trabalho, dentro e também fora da escola,

baixa motivação dos alunos, cobranças da administração e da coordenação escolar, estrutura do local de trabalho, além da quantidade exarcebada de informações e questões contemporâneas que exigem atualizações constantes (ANDRADE & CARDOSO, 2012).

Segundo um jargão inglês, “*Burnout*” é definido como algo que perdeu seu funcionamento por absoluta falta de energia. Assim, pode-se entender, metaforicamente, como aquilo ou aquele que perdeu seu desempenho chegando ao seu limite (TRIGO et al., 2007).

A SB também é conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional, afeta comumente profissionais que atuam diariamente sob pressão e que têm contato direto com outras pessoas como médicos, enfermeiros, policiais, professores, entre outros. A SB tem como sintomas: estresse, exaustão demasiada, esgotamento físico resultantes de situações desgastantes em trabalhos que demandam responsabilidade ou competitividade constantes (MINISTÉRIO DA SAÚDE).

De acordo com Andrade e Cardoso (2012) a SB afeta principalmente os trabalhadores que tem contato físico direto com outras pessoas, e pode ter como sintomas: a ansiedade, o desconforto, a insensibilidade, a despreocupação, o indivíduo pode também ter um sentimento de divisão entre o que sente, o que pode fazer e o que realmente consegue fazer em relação as suas atividades. Para o mesmo autor a ansiedade, o cansaço crônico, o fato de não estar satisfeito com o trabalho, o estresse e a vulnerabilidade ao estresse podem aumentar a probabilidade de o profissional desenvolver problemas de comportamento, além disso, o estresse crônico também pode desencadear a SB.

A Síndrome de Burnout na categoria docente é uma das mais investigadas. Carlotto (2011), em seu estudo, mostrou que a categoria docente, no âmbito das escolas públicas, sofre muitas críticas, são dificilmente reconhecidos pelo seu trabalho e são cobrados constantemente, contribuindo para o desenvolvimento de estresse e conseqüentemente de SB. Ainda este estudo apontou um perfil de risco para o desenvolvimento de SB em professores jovens, que atuam em escola pública, sem relacionamento conjugal e sem



filhos. Estes tendem a aceitar uma maior carga horária de trabalho e com isso, maior quantidade de alunos e tarefas a serem realizadas. Portanto, esta pesquisa teve como objetivo geral analisar na literatura recente, nos últimos três anos, as consequências da pandemia COVID-19 na saúde mental dos professores.

## **1. Metodologia**

Este trabalho trata-se de uma pesquisa bibliográfica, que, de acordo com Gil (2022) é uma pesquisa feita a partir de materiais já publicados, incluindo uma grande variedade de livros, revistas, jornais, dissertações, teses e anais de eventos científicos, ainda, este método de pesquisa traz como vantagem ao investigador uma maior cobertura de fenômenos comparado às pesquisas coletadas diretamente. Com isso, neste trabalho foram analisados artigos recentes, dos últimos três anos, sobre as consequências da pandemia COVID-19 na saúde mental dos professores.

A pesquisa foi realizada nas bases de dados Google Acadêmico, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Portal Capes e Biblioteca Virtual da Saúde-Psicologia (BVS PSI). As palavras-chaves utilizadas foram: saúde mental; pandemia COVID-19; e professores. A pesquisa na base de dados foi feita a partir das palavras-chave: saúde mental; pandemia COVID-19; e professores; Com isso, foram encontrados ao total 107 artigos. Foram selecionados para a pesquisa 6 artigos e como critérios de inclusão foram artigos científicos relativos ao tema, dos últimos três anos, escritos em português e que tivessem maior relação com a educação básica. Após a análise criteriosa e síntese do que foi obtido na revisão, foi realizada a discussão de resultados.

A análise dos resultados foi de conteúdo do tipo temática. Nela, os resultados obtidos foram organizados e separados por categorias de acordo com o tema (MINAYO, 1993).

A partir da pesquisa realizada na base de dados foram encontrados os artigos abaixo:

**Quadro 1:** Relação de artigos encontrados na literatura.

Banco de Dados	Artigo	Autor(es)/Ano	Revista
Portal Periódicos da Capes	Saúde mental docente e intervenções da Psicologia durante a pandemia.	COELHO, E. A., et al., 2021	PSI UNISC
Portal Periódicos da Capes	Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da COVID-19.	PINHO, P. de S.; et al., 2021	Trabalho, Educação e Saúde.
Portal Periódicos da Capes	Os impactos na saúde dos professores da educação básica durante a pandemia da COVID-19.	SOUZA, J. P.; FERNANDES, F. E. C. V., 2023	Travessias
Portal Periódicos da Capes	“Era Imposição sem suporte”: organização e condições de trabalho na educação básica durante a Pandemia de COVID-19.	PASSINI, E. S.; et al., 2022	Trabalho & Educação.
Portal Periódicos da Capes	Docência e COVID-19: Percepções de educadores da rede paulista de ensino.	GRANDISOLI, E.; et al., 2023	Estudos em Avaliação Educacional
Portal Periódicos da Capes	Educação e pandemia: a percepção dos professores e professoras da Escola Estadual Lauro Barreira.	SILVA, U. A. dos S.; TEIXEIRA, T. A. dos S., 2022	Reflexão e Ação

## 2. Resultados e Discussão

**Quadro 2:** Relação de objetivos e métodos dos artigos encontrados.

Autor(es)	Objetivo	Método
COELHO, E. A., et al.	Relatar experiência de duas “Rodas de Conversa”, ações de um projeto de extensão, com ênfase na promoção de saúde mental do(a) docente durante a pandemia da Covid-19	Estudo online. O público alvo foram docentes da educação básica do interior do RS. Tema: “Ser professor(a) durante a pandemia: desafios e possibilidades”, realizadas com duas escolas de nível fundamental, uma pública e outra privada.
PINHO, P. de S.; et al.	Descrever características do trabalho remoto e a situação docente, com foco na saúde mental e qualidade do sono, na rede particular de ensino da Bahia, incluindo todos os níveis educacionais, durante a pandemia de Covid-19.	Estudo transversal do tipo exploratório, o público alvo professores de todos os níveis (infantil, fundamental, médio e superior) da rede particular da Bahia. O método utilizado para coleta do estudo foi o <i>websurvey</i> . Obteve respostas de 1.444 professores/as (29,0% dos 5.000 cadastrados na base de e-mail do Sinpro-BA), 23,4% homens e 76,1%, mulheres.
SOUZA, J. P. de; FERNANDES, F. E. C. V.	Identificar trabalhos científicos relacionados aos impactos na saúde dos professores da educação básica durante a pandemia da COVID-19.	Revisão integrativa na base de dados da Scielo, Biblioteca Virtual em Saúde e Pubmed. Com as palavras-chave: adoecimento; valorização profissional; educação; e saúde; foram encontrados 8 artigos, critério de inclusão: estudos abertos ao público que estivessem de acordo com os objetivos da pesquisa.
PASSINI, E. S.; et al.	Descrever e analisar transformações provocadas pela pandemia de COVID-19 na organização e nas condições de trabalho de docentes da educação básica no Rio Grande do Sul.	Delineamento descritivo, transversal de metodologia mista, participaram 686 professores da educação básica do estado do Rio Grande do Sul. Foram aplicados um questionário sociodemográfico e uma entrevista semiestruturada, de forma online, de junho a outubro de 2021.
GRANDISOLI, E.; et.al.	Dar voz e conhecer a realidade dos milhares de professores(as) da Rede Estadual de Educação de São Paulo no contexto de mudanças na pandemia COVID-19.	Pesquisa online, em 2020, envolveu no total 19.221 professores, sendo que 98,2% (18.884) destes acessaram o documento e optaram por participar.
SILVA, U. A. dos S.; TEIXEIRA, T. A. dos S.	Investigar percepção dos professores(as) de uma escola do município de Santa Cruz das Palmeiras/SP sobre os impactos da pandemia de COVID-19 em seu fazer profissional.	Pesquisa descritiva de caráter qualitativo, foram realizadas entrevistas semiestruturadas, pelo website: “ <i>Survey Monkey</i> ”, com 19 professores e coordenadores do ensino médio e fundamental de uma escola paulista.

De acordo com o encontrado na literatura e a análise feita, surgiram três categorias principais, que são: conhecimento sobre o sistema online; as mudanças no ambiente domiciliar; e a saúde mental dos professores, as quais serão apresentadas a seguir:

### **Conhecimento sobre o sistema online**

Em todos os estudos selecionados para a pesquisa foram apresentadas questões relacionadas ao conhecimento e adaptação dos professores sobre o sistema de trabalho online. No estudo de Coelho et al. (2021) a maioria dos professores relataram desconforto ao gravar aulas e se exporem em câmeras, mas não apresentaram tanta dificuldade na adaptação da utilização das plataformas. No entanto, os professores de escola pública relataram frustração em relação aos alunos não terem acesso aos meios para participarem ou realizarem as aulas e os da escola privada relataram uma pressão grande dos familiares em relação às aulas online.

Pinho et al. (2021) realizou uma pesquisa em que apenas 10,6% dos docentes se sentiam preparados para usar as ferramentas, 61,4% descreveu ter alguma dificuldade no planejamento e execução das atividades à distância 61,1% na comunicação com os alunos e 58,5% no uso das ferramentas online. Porém, 83,7% dos professores relataram que pretendiam manter a utilização de algumas ferramentas quando retornasse o presencial.

No estudo de Passini et al. (2022) corroborando com a pesquisa de Pinho, et al (2021) menos da metade dos professores tiveram formação sobre o uso das mídias digitais (43,1%) e a maioria relatou dificuldades em planejar e executar as atividades à distância (87%), ainda no mesmo estudo a maioria dos docentes, durante a pandemia, atuaram predominantemente em home office ou teletrabalho (64,3%), porém durante a pesquisa (53,5%) já estavam exercendo as atividades parcialmente presenciais e parcialmente remotas, relatando estarem trabalhando mais do que quando era apenas online.

Silva & Teixeira (2022) realizaram uma pesquisa em que muitos dos professores relataram que o Governo do Estado de São Paulo implementou o ensino remoto de forma rápida e drástica, sem proporcionar um aperfeiçoamento inicial para os professores lidarem com o meio tecnológico, alguns relataram que até houve um suporte tecnológico, mas que demorou a

ocorrer. Logo, acredita-se que este fato pode ser um dos agravantes para a dificuldade no planejamento de aulas e utilização das ferramentas.

Isto vai ao encontro do estudo de Souza & Fernandes (2023), os quais encontraram na literatura que a mudança forçada para o trabalho remoto acabou por submeter os docentes à situação de inexperiência, gerando sintomas de estresse e ansiedade nos mesmos.

Desta forma, o conhecimento sobre o sistema online gerou uma exigência grande sobre a categoria docente para o exercício de sua profissão, causando mais exaustão no trabalho, tornando mais suscetível ao adoecimento, o que corrobora com as ideias de Assunção & Oliveira (2009).

Contudo, Grandizoli et al. (2023) identificou, em seu estudo com professores da rede Estadual de São Paulo, que 62% tinham sentimentos positivos referentes à educação mediada por tecnologia e 38% sinalizavam negatividade ou neutralidade. Sobre o apoio formativo para a realização das atividades via educação mediada por tecnologias: 68% dos participantes afirmaram se sentirem muito ou totalmente apoiados neste momento, enquanto 14,2% se sentiam nada ou pouco apoiados. Porém, 85% dos docentes pensam que os estudantes aprendem menos ou muito menos na educação remota e apenas 5,2% afirmam que os estudantes podem estar aprendendo mais ou muito mais.

### **Mudanças no ambiente domiciliar**

Durante a pandemia, por conta das medidas de isolamento social, a grande maioria dos docentes passou a trabalhar de forma remota, em casa. Assim, os professores tiveram que adaptar suas residências para o trabalho.

No estudo de Coelho et al. (2021) os principais desafios encontrados pelos docentes foram: a dificuldade em estabelecer limites de trabalho em casa, alguns relataram que haviam outras pessoas do núcleo familiar também em trabalho remoto, impossibilitando a delimitação de horários e espaços para o trabalho, além disso relataram problemas em estabelecer limites de tempo, aumentando a sobrecarga, já que com o trabalho remoto se sentiam na obrigação de estarem disponíveis para a escola.

Pinho et al. (2021) constatou que todas as características do ambiente domiciliar para o trabalho remoto apresentaram baixa adequação segundo os

professores, dentre estas características estavam: mobiliário, ruídos, e espaço específico. Já em relação aos equipamentos pessoais necessários aumentou um pouco a porcentagem de adequação, para quase metade dos participantes. Com relação ao aumento das atividades domésticas, tais como: limpar a casa, cozinhar, lavar e passar roupa, concentraram as maiores diferenças (75,2% das mulheres contra 54,4% dos homens). O estudo de Souza & Fernandes (2023) relatou que nem todos os professores conseguiram se manter dando aulas durante a pandemia, devido à falta de estrutura para as aulas, falta de auxílio e também ao aumento do trabalho doméstico.

Passini et al. (2022) também identificou que as mudanças no trabalho laboral durante a pandemia, ocasionaram uma sobrecarga de trabalho, sendo que metade dos participantes não tiveram computadores fornecidos, e apenas 15,3% tiveram acesso à internet oferecido pela instituição.

Corroborando com essas ideias, o estudo de Silva & Teixeira (2022) relatou que com a pandemia houveram gastos inesperados para poderem trabalhar, como: celulares, câmeras e computadores e um dos participantes relatou que o governo de SP não contribuiu em nada para aquisição desses aparelhos.

Com isso, a falta de conhecimento sobre o sistema online e as mudanças no ambiente domiciliar somado a baixa valorização e fatores emocionais da categoria docente podem ser responsáveis pelo desenvolvimento do estresse e da Síndrome do Esgotamento Profissional, também conhecida como Síndrome de *Burnout* (SB), de acordo com os achados de Andrade & Cardoso (2012).

### **Saúde mental dos professores**

Em todos os estudos encontrados foram relatadas situações relativas à saúde mental dos professores durante a pandemia e às modificações do trabalho para a forma remota.

Os resultados obtidos no estudo de Silva e Teixeira (2022) demonstraram que os professores foram afetados negativamente no contexto pandêmico, dos participantes, 18 relataram que, com a pandemia, houve um impacto profundo na sua atuação profissional, tanto no nível psicológico, quanto tecnológico, e

financeiro. E, ainda apresentaram uma grande dificuldade para atender os alunos que não tinham acesso à internet.

De acordo com as respostas obtidas no estudo de Grandisoli et al. (2023) sobre questões relacionadas aos sentimentos durante a pandemia, os mais citados foram: medo, tristeza, angústia, insegurança, incerteza e ansiedade totalizando 48,2% das respostas, enquanto apenas 9,4% apresentaram positividade como: solidariedade, esperança, resiliência, empatia, desafio e aprendizado, ainda, a maioria dos respondentes (53%) se sentiam muito ou totalmente vulneráveis. Todavia, 63% relataram que o afastamento social não comprometeu sua saúde mental, e apenas 27,5% disseram que o afastamento social estava afetando sua saúde mental. Embora muitos relatassem sentimentos negativos em relação à pandemia, 72% dos respondentes relataram não sentir que precisavam de apoio especializado para a saúde mental, e apenas 17% relatou que embora precisassem não buscaram atendimento neste âmbito.

Durante o estudo de Passini et al. (2022), em relação ao trabalho docente durante a pandemia, surgiram falas como: cansaço mental, ansiedade e estresse, o que demonstraram certo adoecimento durante o período pandêmico, devido a grande sobrecarga de trabalho, além do desamparo institucional e das dificuldades pedagógicas encontradas.

Já no estudo de Coelho et al. (2021), os professores relataram tanto pontos negativos quanto positivos do trabalho remoto, porém, relataram um aumento na ansiedade, devido à sobrecarga aumentada de trabalho. Todavia, alguns relataram que o ensino remoto facilitou o acesso à alguns conteúdos que antes eram difíceis de serem acessados. Outros relataram que conseguiram perceber um maior reconhecimento do trabalho do professor, visto a necessidade de se reinventarem frente aos desafios da pandemia.

Souza & Fernandes (2023) encontraram em todos os artigos situações que remetem ao adoecimento mental da categoria docente durante a pandemia. Nos quais citam fatores como desvalorização profissional, falta de apoio, aumento da carga horária de trabalho somado ao trabalho doméstico que também foi acentuado, além de situações de inexperiência e mudanças

forçadas, gerando gatilhos emocionais, sentimento de insegurança, estresse e esgotamento profissional.

No estudo de Pinho et al. (2021) com relação à saúde mental, as mulheres apresentaram maior proporção em situações desfavoráveis como por exemplo: sentimentos de impaciência ou mal-humor; utilização de medicamentos que não fazia uso antes da pandemia; e a prevalência de transtorno mental comum foi maior entre as mulheres (69,0%) do que nos homens (59,2%). No entanto, o diagnóstico de Covid-19 teve maior prevalência entre os homens (4,1% contra 2,5% entre as mulheres). Já com relação a qualidade do sono 84,6% das professoras sofreram alteração e os professores totalizaram 76,0%, sendo mais significativos nos níveis de ensino infantil e fundamental I. Constataram também que as prevalências de transtorno mental comum foram mais altas em quem tinha maior sobrecarga doméstica, medo de perder o emprego e não estava capacitado(a) para uso de ferramentas digitais. E, mais da metade dos docentes participantes da pesquisa relataram aumento na insegurança e medo de ficar desempregado.

Por conseguinte, o fato de a categoria docente ser cobrada constantemente contribuindo para sintomas de estresse e também de esgotamento profissional vai ao encontro das ideias de Carlotto (2011). Logo, nesta pesquisa, constatou-se que a maioria dos artigos apontam que os sentimentos mais citados dos professores durante a pandemia, foram: medo, tristeza, angústia, insegurança, incerteza, ansiedade, cansaço mental, e estresse devido as pressões relativas ao trabalho e ao esgotamento profissional, corroborando com as concepções de Andrade & Cardoso (2012).

### **3. Conclusões**

Com a revisão bibliográfica realizada a respeito da saúde mental dos professores no contexto da pandemia, percebe-se que houveram muitas adversidades relativas ao trabalho remoto, sobretudo à carga de trabalho aumentada, às mudanças no ambiente familiar, à falta de conhecimento das tecnologias, à dificuldade de acesso dos alunos aos meios remotos, à insegurança e medo gerados por situações inesperadas e também pela própria pandemia.



Com isso, nota-se que grande parte dos professores foi afetado negativamente pela pandemia, e que a saúde mental dos mesmos sofreu grande impacto, com sintomas de estresse e ansiedade aumentados e possivelmente com desenvolvimento de sintomas de SB.

Portanto, acredita-se que ainda sejam necessários mais estudos relacionados à saúde mental dos professores durante e pós-pandemia, além de estudos focados em estratégias para promoção e prevenção de saúde mental na categoria docente, com intuito de proporcionar melhorias relativas às formas de ressignificar as situações vivenciadas na pandemia.

#### **4. Referências**

ANDRADE, Patrícia Santos de; CARDOSO, Telma Abdalla de Oliveira. **Prazer e Dor na Docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout.** Saúde Soc. São Paulo, v.21, n.1, p.129-140, 2012.

ASSUNÇÃO, Ada Ávila; OLIVEIRA, Dalila Andrade. **Intensificação do trabalho e saúde dos professores.** Educ. Soc., Campinas, vol 30, n. 107, p. 349-372, maio/ago, 2009.

CARLOTTO, Mary Sandra. **Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados.** Psicologia: Teoria e Pesquisa. Out-Dez 2011, Vol. 27 n. 4, p. 403-410

COELHO, Elenise Abreu, et al. **Saúde mental docente e intervenções da Psicologia durante a pandemia.** PSI UNISC, 5(2), 20-32. Santa Cruz do Sul, RS, jul./dez. 2021

FARO, André; et al. **COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado.** Estud. psicol. Campinas, 2020. 14p.

GALLASCH, Cristiane Helena; et al. **Prevenção relacionada à exposição ocupacional do profissional de saúde no cenário de COVID-19.** Rev. enferm. UERJ, Rio de Janeiro, 2020.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 7. ed. – Barueri [SP]: Atlas, 2022. 186p

GRANDISOLI, Edson; et al. **Docência e COVID-19: Percepções de educadores da rede paulista de ensino**. *Estud. Aval. Educ.*, São Paulo, v. 34, e09351, 2023

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio de conhecimento : pesquisa qualitativa em saúde**. São Paulo : Hucitec – ABRASCO. 2.ed. 1993, 269p.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Síndrome de Burnout**. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout>  
Acessado em: 18 de abril de 2023.

MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2017. **“Saúde mental no trabalho” é tema do Dia Mundial da Saúde Mental 2017, comemorado em 10 de outubro**. Biblioteca Virtual em Saúde. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/saude-mental-no-trabalho-e-tema-do-dia-mundial-da-saude-mental-2017-comemorado-em-10-de-outubro/#:~:text=De%20acordo%20com%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o,a%20aus%C3%A2ncia%20de%20doen%C3%A7as%20mentais> Acessado em: 18 de abril de 2023.

PASSINI, Eduardo Souza; et al. **“Era Imposição sem suporte” : organização e condições de trabalho na educação básica durante a Pandemia de COVID-19**. *Trabalho & Educação*. V.31. n.3 . p.146-161 . set-dez, 2022

PINHO, Paloma de Sousa; et al. **Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da COVID-19**. *Trabalho, Educação e Saúde*, v. 19, 2021.

SILVA, Ueliton André dos Santos; TEIXEIRA, Tiago André dos Santos. **Educação e Pandemia: A percepção dos professores e professoras da**

**Escola Estadual Lauro Barreira.** Reflexão e Ação. Santa Cruz do Sul, v. 30, n. 1, p. 218-233, jan./abr. 2022

SOUZA, Janicléia Pereira de; FERNANDES, Flávia Emília Cavalcante Valença. **Os impactos na saúde dos professores da educação básica durante a pandemia da covid-19.** Travessias, Cascavel, v. 17, n. 1, p. 1-8, jan./abr. 2023

TRIGO, Telma Ramos; et al. **Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos.** Rev. Psiq. Clín. 34 (5); 223-233, 2007.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. (2020a). **Coronavirus disease 2019 (COVID-19): situation report – 78.** Geneva: Author. Retrieved from [http://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200407-sitrep-78-covid-19.pdf?sfvrsn=bc43e1b\\_2](http://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200407-sitrep-78-covid-19.pdf?sfvrsn=bc43e1b_2)