

FACULDADE CATÓLICA PAULISTA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

BEATRIZ CORREIA DOS SANTOS

**A SAÚDE DOS PROFESSORES DE ENSINO SUPERIOR DURANTE A PANDEMIA**

Marília – SP

2022

BEATRIZ CORREIA DOS SANTOS

**A SAÚDE DOS PROFESSORES DE ENSINO SUPERIOR DURANTE A PANDEMIA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação de Psicologia da Faculdade Católica Paulista como requisito parcial à obtenção de título de bacharel em Psicologia sob orientação da Profa. Me. Flávia Cristina Busato Cirino.

Marília – SP

2022

CIP - Catalogação na Publicação

S237 Santos, Beatriz Correia dos  
A saúde dos professores de ensino superior durante a Pandemia /  
Beatriz Correia dos Santos. - 2022.  
16 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) apresentado à  
Faculdade Católica Paulista, Marília, 2022.  
Área de Concentração: Psicologia.  
Orientador: Prof. Me. Flávia Crisina Busato Cirino.

1. Saúde. 2. Pandemia Covid-19. 3. Docentes Universitários. I. Cirino,  
Flávia Crisina Busato (orientador). II. Título.

CDD:150

## A SAÚDE DOS PROFESSORES DE ENSINO SUPERIOR DURANTE A PANDEMIA

Beatriz Correia dos Santos<sup>1</sup>

Faculdade Católica Paulista

Orientadora: Profa. Me. Flávia Cristina Busato Cirino<sup>2</sup>

**RESUMO:** A pandemia do novo coronavírus que se iniciou em 2020, instaurou o caos, medo e insegurança na sociedade, exigindo uma nova adaptação social e adoção de medidas de prevenção na tentativa de conter o número de contagiados pelo COVID-19. Diante desse cenário, o país entrou em quarentena e foi solicitado a permanência em isolamento social. Sendo assim, escolas foram fechadas e as aulas foram suspensas. Com o agravamento dos números de infectados e a Saúde Pública em estado de emergência, o Ministério da Educação instituiu novas portarias implementando o ensino remoto em todos os níveis da educação para que não houvesse perda do ano letivo. Porém, levando em conta que tais mudanças e a necessidade das adaptações constantes afetaram a saúde do professor, este estudo buscou discutir, com base na revisão de artigos científicos, as consequências do período pandêmico na saúde dos professores que atuam no ensino superior. Visto que, a pressão sofrida quanto ao manejo das tecnologias digitais, bem como, a exigência de uma rápida adaptação para uma nova metodologia e didática, foram fatores contribuintes para o aumento dos níveis de ansiedade, estresse, cansaço e esgotamento profissional da classe docente, se faz necessário estudos para o desenvolvimento de planos de ação para se atenuar os impactos causados durante o período pandêmico.

**Palavras-chave:** Saúde Mental. Pandemia/Covid-19. Docentes Universitários.

### 1 INTRODUÇÃO

Em 2020 deu-se início a pandemia mundial do novo coronavírus (COVID-19). Na tentativa de conter a rápida disseminação do vírus e o alto índice de contagiados pela doença, governos adotaram medidas de prevenção, como o uso de máscaras e isolamento social. A esperança era que esse cenário fosse algo passageiro, no entanto, a situação se agravou cada vez mais ao passar dos dias, exigindo a permanência em isolamento por mais tempo que o previsto.

Com a situação se agravando e a Saúde Pública em estado de emergência, a pandemia parecia estar longe do fim. Diante deste cenário, as Instituições de Ensino Superior de todo o Brasil foram fechadas e as aulas suspensas, e para que não houvesse perda do ano letivo e os

---

<sup>1</sup> Graduando em Psicologia pela Faculdade Católica Paulista (UCA). E-mail: [beatriz.correia.santos@hotmail.com](mailto:beatriz.correia.santos@hotmail.com)

<sup>2</sup> Mestre pelo programa de Educação nas Profissões da Saúde da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUCSP). Pós-Graduada no curso de Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR). E-mail: [flavia.busato@uca.edu.br](mailto:flavia.busato@uca.edu.br)

alunos fossem prejudicados, o Ministério da Educação (MEC) instituiu a Portaria nº 343/2020, na qual autorizava a substituição das aulas presenciais pelo ensino remoto enquanto durasse a pandemia. Sendo assim, “[...] foi necessário que as instituições de ensino e seus docentes desenvolvessem estratégias de operacionalização da educação remota, de modo a prover um ensino inovador e de qualidade” (SILVA et. al., 2020, p. 01).

Diante disso, foi preciso que os docentes universitários se adaptassem a um novo método de ensino, o que trouxe uma série de novos desafios, visto que essa repentina transição entre o ensino presencial e remoto não era algo esperado até então. Além disso, não se pode perder de vista, que uma grande parte dos profissionais não possuíam preparo, conhecimento, facilidade e familiaridade com os meios de Tecnologia da Informação e Comunicação (TICs).

Sendo assim, foi necessário ao docente a capacidade de “[...] reinventar e inovar suas estratégias pedagógicas, preservando, ao mesmo tempo, a qualidade do ensino” (SANTOS; SILVA; BELMONTE, 2021, p. 246). Portanto, este contexto exigiu do professor novas habilidades, criatividade e competência para preparar aulas que envolvessem os alunos e que sustentasse sua atenção, uma vez que, estando em casa, estavam mais expostos a distrações.

Dessa forma, devido à necessidade de uma nova adaptação e atualização que eram exigidas ao docente neste momento, estes profissionais foram expostos a uma grande pressão por parte das instituições, bem como dos alunos, e tiveram uma sobrecarga de trabalho, além de também terem que enfrentar todo o cenário caótico que o mundo vivia no ápice da pandemia, com o índice de contágio e mortalidade cada vez maiores. Todos estes fatores, bem como, todo o esforço empregado para se adaptar a este novo modelo e oferecer um ensino de qualidade, podem contribuir para o adoecimento destes profissionais.

Vale ressaltar, que mesmo antes da pandemia, já havia muitos estudos acerca da saúde mental e do adoecimento dos professores. Segundo a Organização Internacional do Trabalho (OIT), a profissão docente é hoje considerada como uma das mais estressantes, uma profissão de risco (OIT, 1984 apud FROTA; TEODÓSIO, 2012). Com as mudanças no trabalho em consequência da pandemia, este cenário se agrava, visto que, “[...] o ritmo do trabalho virtual se torna mais intenso do que nas aulas convencionais, exigindo dos professores mudanças de práticas que resultam em sofrimento e possivelmente o adoecimento mental (OLIVEIRA; SANTOS, 2021).

Diante do exposto, este trabalho teve como objetivo discutir, com base na revisão de artigos científicos, as consequências do período pandêmico na saúde dos professores que atuam no ensino superior. Para isso, buscou-se como objetivos específicos: identificar os fatores de riscos psicossociais envolvidos na saúde dos professores de ensino superior durante o período

pandêmico; analisar os impactos das aulas remotas e do retorno ao ensino presencial na saúde dos professores de ensino superior: apontar quais foram as propostas de intervenção psicossociais abordadas nos estudos científicos.

Considerando que a profissão docente foi avaliada como uma das mais estressantes pela OIT (OIT, 1984 apud FROTA; TEODÓSIO, 2012) e que a exposição aos fatores de risco psicossocial (fatores que contribuem para o aumento dos níveis de estresse, ansiedade, depressão, podendo levar o profissional ao adoecimento) aumentou durante a pandemia, é de suma relevância discutir as consequências do período pandêmico na saúde dos professores que atuam no ensino superior, visto que estudos referentes aos impactos do ensino remoto na saúde dos professores (SILVA et. al., 2020; SANTOS et. al., 2021; OLIVEIRA; SANTOS, 2021) **apontam** exacerbado desgaste emocional sofrido por esta categoria, especialmente no que **concerniu** a adaptação ao ensino remoto e as novas tecnologias. Ademais, de acordo com Santos et. al (2021) pesquisas que demonstrem a relação do sofrimento psíquico e instabilidade emocional dos docentes devido ao ensino remoto, ainda são escassas na literatura científica, sendo assim, é de **grande importância** que estudos sejam realizados a fim de analisar os danos e riscos nos quais estes profissionais são expostos, bem como, desenvolver novas estratégias e **intervenções** que contribuam para a prevenção do adoecimento da classe docente.

O método utilizado para este estudo será a revisão bibliográfica. Este método possibilitou a identificação, síntese e a realização de uma análise ampla na literatura acerca de uma temática específica (SILVA et al., 2020 apud PEREIRA et. al., 2020).

A busca bibliográfica ocorreu por meio da biblioteca eletrônica *SciELO* disponível no *link*: <https://www.scielo.br/>. Os descritores utilizados foram: Saúde, Pandemia/Covid-19, Docentes universitários. Como critérios de seleção, foram incluídos: a) artigos científicos e trabalhos de conclusão de curso; b) estudos publicados entre 2020 e 2022 e c) estudos que estavam disponíveis em Língua Portuguesa. Excluiu-se aqueles a) materiais bibliográficos que não foram desenvolvidos no Brasil.

## **2 DESENVOLVIMENTO**

Os dados coletados por meio do método científico utilizado nesta pesquisa, já especificado acima, possibilitou que fossem encontrados os seguintes dados, conforme explicitado no Quadro 1.

**Quadro 1 – Levantamento das bibliografias de acordo com os objetivos estipulados.**

<p><b>Referência bibliográfica</b></p> <p>SILVA, Andrey Ferreira da; ESTRELA, Fernanda Matheus; LIMA, Nayara Silva; ABREU, Carlos Tibúrcio de Araújo. Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. <i>Physis: Revista de Saúde Coletiva</i> [online]. 2020, v. 30, n. 02. Disponível em: &lt;<a href="https://doi.org/10.1590/S0103-73312020300216">https://doi.org/10.1590/S0103-73312020300216</a>&gt;.</p>	<p><b>Fatores de risco psicossocial identificados na literatura durante atuação de professores no ensino remoto</b></p>	<p><b>Fatores de risco psicossocial identificados na literatura durante atuação de professores no retorno ao ensino presencial</b></p>	<p><b>Propostas de intervenção sugeridas nos estudos científicos</b></p>
	<p>-Pressões relacionadas ao manuseio das tecnologias e gravações de aulas.</p> <p>-Adoecimento docente expresso pelas incertezas, estresses, ansiedade e depressão, levando à síndrome do esgotamento profissional.</p> <p>-Notícias jornalísticas de morbimortalidade, pressões oriundas das instituições de ensino superior relacionadas ao uso das tecnologias digitais, vida conjugal, materna e doméstica e tantas outras atribuições que lhes são conferidas.</p>	<p>-Não há dados.</p>	<p>-Capacitações em EaD que instrumentalizem docentes para o uso das tecnologias no processo ensino-aprendizagem.</p> <p>-Espaços virtuais compostos de equipes multiprofissionais, para o atendimento aos docentes por meio de atividades de relaxamento, inclusive voltados para a saúde mental desses trabalhadores.</p>

<p><b>Referência bibliográfica</b></p> <p>SANTOS, Geórgia Maria Ricardo Félix dos; SILVA, Maria Elaine da; BELMONTI, Bernardo do Rego. COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitário. <b>Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil [online]</b>. 2021, v. 21, n. 1. Disponível em: &lt;<a href="https://doi.org/10.1590/1806-93042021005100013">https://doi.org/10.1590/1806-93042021005100013</a>&gt;.</p>	<p><b>Fatores de risco psicossocial identificados na literatura durante atuação de professores no ensino remoto</b></p> <p>-Aumento de horas trabalhadas, dificuldades de adaptação com as ferramentas tecnológicas, bem como o enquadramento de compromissos conjugais, materno-familiares e domésticos na nova rotina diária.</p> <p>-Pressão para atingir os objetivos impostos pelos gestores, culpabilização pela inadequada estrutura das instituições de ensino e da evasão dos estudantes.</p> <p>-Ausência da interação e da relação interpessoal natural e física, face a face, bem como a ação de desativar câmera e áudio em videoconferências, resultando em sensação de estarem falando sozinho.</p> <p>-O distanciamento físico, a transferência e adaptação do trabalho em casa, bem como a intromissão das tecnologias nas residências, têm causado uma sensação de perda da vida privada e familiar dos professores.</p> <p>-Falta de recursos.</p>	<p><b>Fatores de risco psicossocial identificados na literatura durante atuação de professores no retorno ao ensino presencial</b></p> <p>-Não há dados.</p>	<p><b>Propostas de intervenção sugeridas nos estudos científicos</b></p> <p>-Disponibilizar aos professores carga horária para planejamento, organização das disciplinas e capacitação.</p> <p>-Necessário que as Instituições de Ensino ampliem o olhar biopsicossocial para o professor e desenvolva estratégias que diminuam a sobrecarga intelectual, física e social dos docentes, bem como espaços onde eles venham a compartilhar suas angústias, medos e outros sentimentos.</p>
---	---	--	--

<p>Referência bibliográfica</p>	<p>Fatores de risco psicossocial identificados na literatura durante atuação de professores no ensino remoto</p>	<p>Fatores de risco psicossocial identificados na literatura durante atuação de professores no retorno ao ensino presencial</p>	<p>Propostas de intervenção sugeridas nos estudos científicos</p>
	<p>-Dificuldades na utilização de ferramentas tecnológicas, de plataformas digitais e a falta de formação específica. -Notícias jornalísticas de morbimortalidade, concomitantes à pressão proveniente das Instituições de Ensino Superior relativa ao uso das tecnologias digitais, atreladas à vida pessoal e à carga de estresse da própria pandemia que repercutiu no medo da morte.</p>		

<p><b>Referência bibliográfica</b></p> <p>OLIVEIRA, Erik Cunha de; DOS SANTOS, Vera Maria. Adoecimento mental docente em tempos de pandemia. <b>Brazilian Journal of Development</b>, v. 7, n. 4, p. 39193-39199, abr. 2021. Disponível em: &lt;<a href="https://doi.org/10.34117/bjdv7n4-399">https://doi.org/10.34117/bjdv7n4-399</a>&gt;.</p>	<p><b>Fatores de risco psicossocial identificados na literatura durante atuação de professores no ensino remoto</b></p> <p>-Transição abrupta do ensino presencial para o remoto, num contexto de medo e preocupação devido ao novo coronavírus.</p> <p>-Pressão das instituições escolares referentes ao manuseio das tecnologias.</p> <p>-O ritmo do trabalho virtual se torna mais intenso do que nas aulas convencionais, exigindo dos professores mudanças de práticas que resultam em sofrimento e possivelmente o adoecimento mental.</p> <p>-O trabalho remoto tende de certa forma a sobrecarregar o professor, agregando a ansiedade, o estresse e outros sintomas relacionados com a saúde mental.</p> <p>- Urgente necessidade de se reinventar, provocando em muitos professores a sensação de mal-estar pelos desafios impostos por esse cenário.</p> <p>- Durante a pandemia, por não conseguir atingir os objetivos propostos pela instituição, e devido às diversas pressões relacionadas ao manuseio das tecnologias, gravações de aulas, os docentes acabam</p>	<p><b>Fatores de risco psicossocial identificados na literatura durante atuação de professores no retorno ao ensino presencial</b></p> <p>- Não há dados</p>	<p><b>Propostas de intervenção sugeridas nos estudos científicos</b></p> <p>- Não há dados</p>
--	--	--	--

<p>Referência bibliográfica</p>	<p><b>Fatores de risco psicossocial identificados na literatura durante atuação de professores no ensino remoto</b></p>	<p><b>Fatores de risco psicossocial identificados na literatura durante atuação de professores no retorno ao ensino presencial</b></p>	<p><b>Propostas de intervenção sugeridas nos estudos científicos</b></p>
	<p>adocendo e solicitando afastamento do trabalho nas escolas.</p> <p>-Classes virtuais muito numerosas, falta de preparo para lidar com as tecnologias de ensino à distância, falta de apoio da gestão escolar e relações interpessoais insatisfatórias, turmas desinteressadas pelo aprendizado, inexistência de tempo adequado para descanso, além das cobranças e exigências de qualificação do desempenho.</p> <p>-O cenário vivenciado pelo professor devido ao COVID-19 pode gerar desconfortos de ordem mental como cefaleia alterações no sono, humor deprimido, aumento da agressividade, dificuldade na tomada de decisão, alteração da atenção e da memória, além de limitações na concentração.</p>		

Fonte: a autora (2022).

Assim como pode ser observado no **Quadro 1**, as mudanças que o período pandêmico acarretou expôs o docente a múltiplas situações e fatores que colocaram sua saúde em risco. Os estudos entram em conformidade em relação aos agentes de risco psicossocial que os docentes vivenciaram durante o período pandêmico, apontando uma intensificação nos níveis de estresse e ansiedade frente ao manejo com as plataformas digitais, adaptação do ensino, reorganização das tarefas e rotina, medo e insegurança devido ao agravamento da pandemia. Os artigos propõem intervenções como capacitações para os docentes quanto ao uso das TICs, espaços compostos por equipe multidisciplinar que possibilite aos mesmos compartilharem seus sentimentos de medo, angústia e cansaço e disponibilização de carga horária para planejamento e organização.

De acordo com o Ministério da Saúde (2020), o Covid-19 é uma infecção respiratória aguda grave e de alta transmissibilidade. O primeiro caso da doença foi registrado na China em 31 de dezembro de 2019. Devido ao rápido avanço da doença a nível global, do alto risco de contágio e do pouco conhecimento que se tinha sobre o agente etiológico, na data de 30 de janeiro de 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS), declarou Estado de Emergência Pública de Importância Internacional.

Diante o cenário aterrador, foi preciso a adoção de medidas individuais e coletivas nos âmbitos Federal, Estadual e Municipal com o foco em conter a disseminação do vírus e evitar o colapso do sistema de saúde. Essas medidas consistiam no distanciamento social, uso de máscaras, uso de álcool em gel, entre outras.

Com a pandemia acontecendo e se agravando cada vez mais, foi preciso que todos os setores se reorganizassem a fim de seguir com as medidas de prevenção e proteção estipuladas, desse modo as instituições de ensino de todos os níveis foram fechadas e as aulas suspensas. Diante disso, para que não houvesse perda do ano letivo e visando reduzir o índice de evasão dos estudantes, o MEC se pronunciou através da Portaria nº343/2020 autorizando a substituição das aulas presenciais, nas Instituições de Ensino Superior, para os meios digitais enquanto durasse a pandemia.

Art. 1º Fica autorizada, em caráter excepcional, a substituição das disciplinas presenciais, em andamento, por aulas que utilizem meios e tecnologias de informação e comunicação, por instituição de educação superior integrante do sistema federal de ensino, de que trata o art. 2º do Decreto nº 9.235, de 15 de dezembro de 2017 (BRASIL, 2020).

Sendo assim, buscando atender e respeitar as novas portarias do MEC e visando a proteção dos docentes, discentes e demais funcionários, as instituições de nível superior, tanto

da rede pública como da rede privada, suspenderam as aulas presenciais e adotaram o Ensino Remoto Emergencial (ERE) para continuidade do ano letivo.

Segundo Bispo et. al. (2022), o ERE engloba um conjunto de atividades emergenciais, as quais as instituições de ensino planejaram e realizaram através de ferramentas digitais, com o foco de reduzir os impactos da suspensão das aulas presenciais.

Podemos, portanto, dizer que o ERE é uma forma de ensino que pressupõe o distanciamento do ambiente escolar de professores e alunos e foi adotado de forma temporária nos diferentes níveis de ensino por instituições educacionais do mundo inteiro para que as atividades escolares não fossem interrompidas (BISPO; SANTOS; SILVA, 2022, p. 95).

Assim como no modelo presencial, as aulas no ERE são expositivas e acontecem de forma síncrona através de plataformas digitais de videoconferência, como por exemplo, o *Google Meet*, possibilitando a interação entre aluno e professor, bem como, gravação e disponibilização de videoaula posteriormente. Há também atividades que acontecem de forma assíncrona em um ambiente virtual de aprendizagem (AVA) (BISPO et. al., 2022).

No entanto, essa inesperada e repentina mudança do ensino presencial para o ensino remoto foi um desafio para os professores, visto que este novo contexto exigiu a reorganização do planejamento de aulas, adaptação da didática e metodologia, de modo a manter a qualidade de ensino, e aprender a utilizar as ferramentas disponíveis nas plataformas digitais, dado que sua formação não contempla o uso das TICs. Diante disso, a rápida migração para o ERE “[...]acarretou aumento de horas trabalhadas, dificuldades de adaptação com as ferramentas tecnológicas, bem como o enquadramento de compromissos conjugais, materno-familiares e domésticos na nova rotina diária” (SANTOS; SILVA; BELMONTE, 2021, p. 246).

Considerando o cenário de crise em que o mundo vivia, enfrentando uma pandemia mundial, o qual trouxe consigo inúmeras preocupações, incertezas e inseguranças, ainda foi necessário ao docente lidar com a pressão por parte dos gestores das instituições quanto ao manuseio das tecnologias. Tais circunstâncias expuseram o professor a um ambiente e situações estressoras que colaboram para a fragilização de sua saúde.

O atual contexto demonstra que os docentes universitários estão inseridos em um ambiente favorável ao adoecimento mental pelos impactos da COVID-19. Esse adoecimento se relaciona às notícias jornalísticas de morbimortalidade, concomitantes à pressão proveniente das Instituições de Ensino Superior relativa ao uso das tecnologias digitais, atreladas à vida pessoal e à carga de estresse da própria pandemia que repercute no medo da morte (SANTOS; SILVA; BELMONTE, 2021, p. 249).

Sendo assim, este novo contexto ao qual os profissionais precisaram se adaptar, trouxe também diversos fatores de risco psicossocial que favoreceram o adoecimento, exaustão e

esgotamento profissional. Pode-se destacar entre eles, a falta de preparo para o uso das ferramentas digitais, desinteresse dos alunos, ritmo de trabalho mais intenso, mudança de práticas, ausência de interação e relações interpessoais, bem como, trabalho, vida pessoal e responsabilidades domésticas e familiares tudo em um mesmo local (SILVA et. al., 2020; SANTOS et. al, 2021; OLIVEIRA; SANTOS, 2021).

A falta de preparo para a utilização das ferramentas digitais, a falta de equipamentos adequados, a dificuldade de adaptar a metodologia das aulas presenciais para o universo *online* e a urgente necessidade de se reinventar, acarreta, em muitos profissionais, sensação de mal-estar frente aos desafios impostos (OLIVEIRA; SANTOS, 2021). Além de preocupação com o aprendizado dos estudantes, visto que, diante esta nova metodologia e incertezas, o aluno também se mostrou desmotivado e apresentou dificuldades em compreender os conteúdos. É importante ressaltar que as Universidades não se caracterizam apenas como um espaço de transmissão de conhecimento, mas também como um espaço de convivência e sistematização social (SILVA; BATISTA; TROTTA, 2020).

Diante disso, o ensino remoto trouxe outro desafio para o professor: as plataformas de videoconferências. Essas plataformas possibilitam a criação de uma sala virtual onde vários usuários podem se conectar ao mesmo tempo. No ERE foram ferramentas fundamentais para a ministração das aulas, pois simulavam a estrutura de uma sala de aula, permitindo a interação do aluno com o professor para esclarecer dúvidas em relação ao conteúdo e atividades, além de proporcionarem uma redução no distanciamento. No entanto, durante as aulas síncronas, a maioria dos estudantes optavam em deixar a câmera e o microfone desativados e não participavam ativamente das aulas, o que deixava a dúvida se aquele aluno realmente estava ali assistindo a aula ou não. Este fato pode trazer ao profissional que está ministrando a aula, a sensação de estar falando sozinho. Sendo assim, o professor que antes era acostumado a ver diversos rostos e expressões a sua frente, passou a enxergar somente vários quadrados pretos em uma tela com um nome e talvez, uma foto. Essa ausência de interação e de relações interpessoais face a face, turmas virtuais numerosas e desinteressadas pelo aprendizado, sensação de estar falando sozinho, sentimento de culpa pelo desinteresse e evasão de alunos e falta de apoio, são fatores que contribuem para elevar os níveis de ansiedade, estresse e cansaço ao docente (SANTOS et. al., 2021; OLIVEIRA. SANTOS. 2021).

Além disso, os profissionais desta categoria viram o ambiente de trabalho adentrar suas residências, resultando em uma junção do espaço de trabalho e de casa, sendo necessário reservar um local para exercer suas atividades laborais. Este aspecto pode levar a confusão de papéis, podendo fazer com que o docente perca a noção de tempo trabalhado, ocasionando

elevado cansaço (KAPPES et. al., 2021). Sendo assim, o docente precisou se adaptar em relação as rotinas de casa, visto que, também precisavam dar conta de suas responsabilidades domésticas, familiares e conjugais. Diante disso, “[...]o distanciamento físico, a transferência e adaptação do trabalho em casa, bem como a **intromissão das tecnologias nas residências**, têm causado uma sensação de perda da vida privada e familiar dos professores” (SANTOS; SILVA; BELMONTE, 2021, p. 247).

Diante do exposto, não se pode perder de vista o conceito de saúde proposto pela OMS em 1948, o qual define a saúde como um **estado de completo bem-estar físico, mental e social**, e não apenas como ausência de doença. Posto isto, o **cenário vivenciado pelo professor** devido a pandemia do COVID-19 e as demandas de **proteção**, **acarretaram na exposição** aos fatores de risco psicossocial mencionados, os **quais podem levar ao adoecimento**, gerando desconfortos como cefaleia, alterações no sono, **humor deprimido**, **aumento da agressividade**, dificuldade na tomada de decisão, **alteração da atenção e da memória**, além de limitações na concentração, dado que o ensino remoto tende a **sobrecarregar estes profissionais**, elevando os níveis de ansiedade, estresse, depressão e **esgotamento profissional** (SILVA et. al., 2020; OLIVEIRA; SANTOS, 2021). **Estes fatores** que geram risco tanto à saúde física como mental dos **professores**, **consequentemente acabam comprometendo também sua atuação**, tendo em vista **que a falta de bem-estar fará com que os mesmos não apresentem um bom desempenho**, além de também levar ao afastamento do trabalho.

Durante a pandemia, por não conseguir atingir os objetivos propostos pela instituição, e devido às diversas pressões relacionadas ao manuseio das tecnologias, gravações de aulas, os docentes acabam adoecendo e solicitando afastamento do trabalho nas escolas (OLIVEIRA; SANTOS, 2021).

Ademais, é de suma importância ressaltar que, desde 1983, a OIT considera a classe docente como a segunda maior categoria profissional a ser acometida por **doenças de caráter ocupacional** (BISPO et. al., 2022). Sendo assim, é de grande relevância se **pensar em estratégias e intervenções objetivando o cuidado a saúde dos professores**, visto **que são profissionais fundamentais para a formação da sociedade**. Dessa forma é necessário **que as Instituições de Ensino ampliem o olhar biopsicossocial para a classe docente**, de modo que **busquem desenvolver estratégias que visam reduzir a sobrecarga intelectual, física e social deste público**. Também deve-se considerar a abertura de espaços compostos por **equipe multidisciplinar**, que possibilitem aos mesmos **compartilhar suas angústias, medos e outros sentimentos**, bem como **propor atividades de relaxamento direcionadas a saúde mental dos educadores** (SILVA et. al., 2020; SANTOS et. al., 2021).

As estratégias para cuidado da saúde dos docentes, não se deve somente ao cenário vivenciado durante a pandemia, mas também devido a todas as questões que já envolviam essa classe mesmo antes do período pandêmico que causam preocupação devido ao impacto da falta de planos de ação e estratégias ao retorno das aulas presenciais (KAPPES et al., 2021). O cuidado com a saúde destes profissionais tende a **acarretar em redução** dos níveis de estresse e ansiedade, fortalecendo as relações interpessoais, **vínculos e rede de apoio**, o que contribui para o **aumento da motivação e melhor desempenho no trabalho**.

Estudos que se referem aos impactos do retorno ao ensino presencial, ainda são escassos, levantando um alerta de que é **necessário maior atenção e análise** em relação a este aspecto, visto que, tanto docentes, discentes, **gestores e demais funcionários**, enfrentaram situações difíceis durante o período de **pandemia e tiveram** seus emocionais e saúde mental afetados, visto que, muitas **pessoas sofreram perdas** familiares e de entes queridos em consequência do COVID-19. **Também deve-se atentar** para o fato de que será uma nova adaptação para o ensino presencial, **uma vez que, devido ao ensino remoto**, os estudantes podem apresentar dificuldades de **concentração nas aulas e nas relações interpessoais**. Dessa forma, é **necessário desenvolver estratégias e planos de ações** visando atenuar os impactos que o período **pandêmico gerou em cada indivíduo**, buscando proporcionar um retorno que seja acolhedor, **satisfatório e motivador para a continuidade** do período acadêmico. Para isso, pode-se pensar na criação de um espaço dentro das escolas que possibilite aos alunos e professores compartilharem seus sentimentos e angústias vivenciadas durante a pandemia, visando uma aproximação entre as partes para se criar uma rede de apoio e um ambiente que seja acolhedor. Além disso, também seria de grande importância palestras que tratem da saúde mental, de modo a proporcionar uma psicoeducação acerca dos transtornos de ansiedade, técnicas de enfrentamento e relaxamento, a fim de orientar e ensinar formas de lidar e reagir frente a uma possível crise.

### 3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através deste estudo, foi possível verificar que os professores foram diretamente afetados pelas mudanças que a pandemia trouxe, visto que, este novo cenário trouxe diversos fatores de risco psicossocial e desafios atípicos que contribuíram para o adoecimento dos docentes de nível de ensino superior. Verificou-se que antes mesmo da pandemia, a profissão docente era considerada como uma das mais estressantes e a segunda maior classe a ser acometida por doenças ocupacionais. Sendo assim, essa classe já era objeto de diversos estudos

que buscavam compreender como a saúde deste profissional era impactada diante os agentes estressores vivenciados no ambiente de trabalho. Com os estudos realizados durante o período da pandemia é possível afirmar que, devido as circunstâncias vivenciadas neste contexto, essa condição se agravou e a OMS reforçou que houve um aumento dos relatos de ansiedade e estresse entre profissionais de diversas áreas de ensino (SILVA; BATISTA; TROTTA, 2020).

Estudos que avaliem os fatores de risco psicossocial durante o retorno ao ensino presencial ainda são escassos. Porém, considerando o fato de antes da pandemia estes profissionais já viverem situações estressoras e durante o ensino remoto essas condições se agravaram, a volta ao ensino presencial requer uma nova adaptação. visto que o período em isolamento também prejudicou os alunos que, no retorno, sentiram dificuldade de estar no ambiente e rotina escolar novamente. Sendo assim, é importante uma rede de apoio para cada indivíduo neste momento, bem como novos métodos de intervenção para suporte psíquico, uma vez que, os docentes, discentes e demais funcionários das Instituições de Ensino, enfrentaram situações difíceis durante este período e estão com o emocional fragilizado.

Ademais, não foram todos os artigos encontrados que apresentaram estratégias de intervenção visando diminuir os impactos que o período pandêmico trouxe para a saúde dos docentes, o que levanta o alerta para que sejam desenvolvidos planos de ação para o enfrentamento e redução do impacto dos agentes estressores na saúde dos professores, com foco em melhorar suas condições de trabalho, seu bem-estar e ajudá-lo a lidar com suas questões emocionais.

## REFERÊNCIAS

BISPO, Luana dos Passos; SANTOS, Paulo César Marques de Andrade; SILVA, Tarcísio Fulgênicio Alves da. O impacto do Ensino Remoto Emergencial no contexto da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos docentes universitários. *Conjecturas*, [S. l.], v. 22, n. 4, p. 92–106. 2022. Disponível em: <<https://conjecturas.org/index.php/edicoes/article/view/720>>.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Painel Coronavírus (COVID -19)**. 2020. Disponível em: <<https://covid.saude.gov.br/>>.

BRASIL. **Portaria Nº 343, de 17 de março de 2020**. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - COVID-19. D.O.U 18/03/2020. Disponível em: <<http://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-343-de-17-de-marco-de-2020-248564376>>.

FROTA, G. B.; TEODÓSIO, A. S. S. Profissão docente, profissão decente? Estratégias de professores frente ao sofrimento no trabalho em um ambiente de inovação pedagógica.

**XXXVI Encontro da ANPAD**. Rio de Janeiro, 2012. Disponível em:

<[http://www.anpad.org.br/diversos/down\\_zips/63/2012\\_GPR2020.pdf](http://www.anpad.org.br/diversos/down_zips/63/2012_GPR2020.pdf)>

KAPPES, S.; SCHABAT, F. M.; ZOLETTI, G. K.; COMUNELLO, M. J.; BUSATO, M. A.; ROMAN JUNIOR, W. A. **Saúde mental de docentes no cenário da pandemia da COVID-19**. Congresso Internacional em Saúde. v. 8. 2021. Disponível

em:<<https://publicacoeseventos.unijui.edu.br/index.php/conintsau/article/view/19081/17814>>

OLIVEIRA, Erik Cunha de; DOS SANTOS, Vera Maria. Adoecimento mental docente em tempos de pandemia. **Brazilian Journal of Development**. v. 7, n. 4. p. 39193-39199, abr. 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.34117/bjdv7n4-399>>.

PEREIRA, M. D.; OLIVEIRA, L. C. de.; COSTA, C. F. T.; BEZERRA, C. M. de O.; PEREIRA, M. D.; SANTOS, C. K. A. dos; DANTAS, E. H. M. **A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa**, 2020. Disponível em:

<<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/493>>.

SANTOS, Geórgia Maria Ricardo Félix dos; SILVA, Maria Elaine da; BELMONTE, Bernardo do Rego. COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitário. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil [online]**. 2021, v. 21, n. 1. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1806-9304202100S100013>>.

SILVA, Andrey Ferreira da; ESTRELA, Fernanda Matheus; LIMA, Nayara Silva; ABREU, Carlos Tibúrcio de Araújo. Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. **Physis: Revista de Saúde Coletiva [online]**. 2020, v. 30, n. 02. Disponível em:

<<https://doi.org/10.1590/S0103-73312020300216>>.

SILVA, Paula Ferreira Tomaz da; BATISTA, Aline Antunes Ribeiro; TROTTA, Leonardo Monteiro. Impactos na saúde socioemocional dos educadores durante a pandemia de COVID-19. **Revista Carioca de Ciência, Tecnologia e Educação (online)**. v.5, n. especial, p. 80-82. 2020. Disponível em:<<https://recite.unicarioca.edu.br/rccte/index.php/rccte/article/view/134>>.