

## PANDEMIA E ENSINO REMOTO: REPERCUSSÕES NA SAÚDE MENTAL DOCENTE

Pedro Alves Fagundes<sup>1</sup>; <https://orcid.org/0000-0001-8310-1314>

Samanta Cristina Wessel<sup>1</sup>; <https://orcid.org/0000-0002-8412-7396>

Angela Helena Marin<sup>1</sup>; <https://orcid.org/0000-0002-8056-8661>

### Resumo

A pandemia de Covid-19 trouxe diversos desafios para a área da educação no Brasil, com o fechamento das escolas e a implantação do ensino remoto emergencial. Objetivou-se, neste artigo, avaliar as repercussões da pandemia e da adoção do ensino remoto na saúde mental de docentes sob a perspectiva de gestores de escolas públicas estaduais de Porto Alegre - RS. Trata-se de um estudo exploratório-descritivo de corte transversal e abordagem quantitativa, do qual participaram 51 gestores que responderam a um questionário *on-line* entre abril e setembro de 2021. Os dados, analisados por meio de estatística descritiva e correlação, revelaram a sobrecarga docente e os sentimentos de medo, frustração e incerteza perante as novas demandas. As correlações mais fortes e positivas foram entre o desafio de adaptar o formato das aulas e as adversidades no uso dos recursos tecnológicos e destes com a sobrecarga de trabalho, intensamente associados ao impacto da pandemia na saúde mental docente. O suporte escolar pareceu fortalecer os docentes perante dificuldades laborais e emocionais, sendo indissociável de políticas públicas que fomentem recursos estruturais à escola e a qualificação profissional. Conclui-se que o desenvolvimento de competências tecnológicas e socioemocionais podem prevenir danos à saúde mental dos professores em desafios vindouros.

**Palavras-chave:** Professores; Ensino Remoto; Pandemia; Saúde Mental; Escolas Públicas.

### *The COVID 19 pandemic and Remote Learning: Impacts on Teachers' mental health*

### Abstract

The Covid-19 outbreak brought several challenges to education in Brazil, as schools were closed and remote learning was in full swing. For this reason, we aimed to assess the repercussions of the pandemic and the adoption of remote learning on the mental health of teachers according to the view of the principals of state public schools in Porto Alegre-RS. This is a cross-sectional exploratory-descriptive study with a quantitative approach, in which 51 principals participated by answering an online questionnaire from April to September 2021. The analysis of the data through descriptive statistics and correlation disclosed that teachers are overloaded with feelings of fear, frustration, and uncertainty due to the new demands. There were also strong positive correlations concerning the challenge of adapting the lesson format, the setbacks in the use of technological resources, and the overload of work, which were deeply associated with the impact of the pandemic on the teachers' mental health. Professional support seemed to strengthen teachers towards work and emotional difficulties, therefore it cannot be detached from public policies that foster structural resources to the school and professional qualification. It can be concluded that the development of technological and socioemotional skills can prevent damage to the mental health of teachers in future challenges.

**Keywords:** Teachers; Remote Learning; Pandemic; Mental Health; Public Schools.

1 Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS – Porto Alegre – RS – Brasil.

## *La pandemia y la enseñanza a distancia: repercusiones en la salud mental de los profesores*

### Resumen

La incidencia de la pandemia de la Covid-19 presentó varios desafíos en el sector educativo en Brasil, con el cierre de escuelas y la implementación de la enseñanza a distancia de emergencia. Por lo tanto, nos pusimos como objetivo evaluar las repercusiones de la pandemia y la adopción de la enseñanza a distancia en la salud mental de los profesores desde el punto de vista de los responsables de colegios públicos estatales de Porto Alegre-RS. Se trata de un estudio transversal exploratorio y descriptivo con enfoque cuantitativo, en el que participaron 51 responsables de colegios que respondieron un cuestionario online entre abril y septiembre de 2021. Los datos, analizados mediante estadística descriptiva y correlación, revelaron una sobrecarga para los profesores y sentimientos de miedo, frustración e incertidumbre ante las nuevas demandas. Las correlaciones más fuertes y positivas se dieron entre el desafío de adaptar el formato de las clases y las dificultades al utilizar los recursos tecnológicos y la sobrecarga de trabajo, intensamente asociadas al impacto de la pandemia en la salud mental de los docentes. El apoyo escolar pareció fortalecer a los profesores frente a las dificultades laborales y emocionales, de la mano con las políticas públicas que promuevan recursos estructurales a la escuela y la calificación profesional. El estudio concluye que el desarrollo de habilidades tecnológicas y socioemocionales puede prevenir daños a la salud mental de los docentes en futuros desafíos de este tipo.

**Palabras clave:** Profesores; Enseñanza a Distancia; Pandemia; Salud Mental; Colegios públicos.

### Introdução

A disseminação da pandemia de Covid-19 trouxe diversos impactos para a área da educação no Brasil. Em março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) classificou a disseminação do novo coronavírus (Covid-19) ao status de pandemia (Morin & Carrier, 2020; Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, Ho & Ho, 2020) e como forma de controlar sua expansão foram tomadas medidas sanitárias de distanciamento social que implicaram a interrupção do calendário escolar e o fechamento de escolas. Em função disso, a partir de 17 de março de 2020, através da portaria nº 343 do Ministério da Educação e Cultura (Ministério da Educação, 2020), ocorreu a permissão para substituição do ensino presencial nas instituições do país por atividades a serem realizadas por meio das Tecnologias Digitais da Informação e da Comunicação (TDICs). Assim, começou a adaptação para o modelo do ensino remoto em tempo real, que passou a ser utilizado em caráter emergencial e temporário (Barbosa, Viegas & Batista, 2020; De Sá, Narciso & Narciso, 2020).

A adesão ao ensino remoto acentuou certas dificuldades que o sistema educacional brasileiro já enfrentava, tais como: desvalorização docente, estrutura escolar limitada e desigualdade de acesso ao ensino, potencializando o impacto dos desafios inerentes à profissão sobre a saúde mental e bem-estar dos professores (Bessa, 2021). De todo modo, Gonçalves

e Guimarães (2020) lembram que mesmo antes da pandemia o trabalho docente já se configurava como uma atividade muito demandante no que diz respeito às altas cargas horárias de trabalho, funções emocionalmente desgastantes e alta exposição a estressores psicossociais. Cabe mencionar que a Organização Internacional do Trabalho (OIT, 1984) classifica a profissão docente como uma das mais estressantes e avalia o processo de ensinar como uma atividade extremamente desgastante.

Para a realização das aulas remotas foi necessário adotar uma série de planejamentos específicos que implicavam a reorganização das instituições escolares e a alteração das metodologias de ensino que já se apresentavam frágeis no ensino presencial (De Sá et al., 2020; Santos, Lima & Belmonte, 2020). A qualquer dia e horário era preciso se disponibilizar para dar conta de orientar e corrigir as atividades dos estudantes (Campos & Viegas, 2021; Castro et al., 2020; Saraiva, Traversini & Lockmann, 2020). Além disso, a falta de um contato frequente com outros profissionais da educação para a troca de ideias a respeito de práticas pedagógicas, levou a uma maior limitação no planejamento das dinâmicas em sala de aula e à sensação de um trabalho mais solitário (GESTRADO/CNTE, 2020; Santos et al., 2020). Tal aumento da carga horária e do ritmo de trabalho repercutiu tanto nas

rotinas profissionais quanto sociais dos professores, levando à queda na qualidade de vida docente (Silva, Estrela, Lima & Abreu, 2020).

Complementarmente, com o alto índice de evasão escolar durante a pandemia, o ensino remoto desmascarou o fato que muitos estudantes não tinham sequer os recursos materiais para conseguir acompanhar o ano letivo remotamente, uma vez que a desigualdade de acesso à internet e ferramentas digitais é uma realidade comum entre os estudantes de escolas da rede pública (Bessa, 2021). Dessa forma, os professores foram postos na difícil posição de protagonistas na reinvenção das atividades pedagógicas, ainda que sem participação direta nas decisões macropolíticas e nos moldes que ditaram os afazeres pedagógicos e administrativos do ensino remoto (Santos et al., 2020).

Frente a esse cenário, houve relatos de muitos sentimentos, a exemplo do medo, incerteza e angústia, além de cobranças, falta de delimitação do tempo de trabalho e de instrumentalização adequada para a utilização das ferramentas tecnológicas (Barbosa et al., 2020; CEPEDS, 2020; França, Silva & Feitosa, 2021; GESTRADO/CNTE, 2020; Silva, Estrela et al., 2020). Não se pode, portanto, minimizar as repercussões psicológicas que a pandemia causou e ainda tem causado aos indivíduos, em especial àqueles com maior vulnerabilidade a transtornos mentais ou pertencentes a um grupo de risco do Covid-19 (Pereira, Santos & Manenti, 2020; Wang et al., 2020; Wind, Rijkeboer, Andersson & Riper, 2020).

No contexto internacional, a pesquisa longitudinal realizada por Nabe-Nielsen, Christensen, Fuglsang, Larsen & Nilsson (2021) com mais de 2.000 professores da Dinamarca evidenciou que entre a primeira e a segunda onda de Covid-19 no país houve um aumento de 27% para 84% nos relatos de medo de infecção e de transmissão, esgotamento emocional, estresse e preocupação. Destacou-se que os professores que integravam um grupo de risco tiveram maior prevalência de medo de infecção e sua saúde mental foi mais prejudicada. De modo semelhante, Kim, Oxley & Asbury (2022) realizaram um estudo longitudinal para investigar o impacto da pandemia de Covid-19 na saúde mental de professores ingleses, constatando a diminuição contínua da saúde mental e do bem-estar dos profissionais ao longo do tempo. Dentre os fatores que contribuíram para esse resultado, os pesquisadores observaram: o cenário de incerteza, a alta carga de trabalho, as percepções negativas quanto à sua profissão,

a preocupação com o bem-estar das outras pessoas, os problemas de saúde e ver-se diante da necessidade de assumir múltiplos papéis. Já entre os recursos positivos do contexto laboral com potencial protetor estavam a autonomia, o uso de múltiplas estratégias de enfrentamento adaptativas e a percepção de apoio social. Para Hidalgo-Andrada, Hermosa-Bosano, & Paz (2021), que avaliaram professores equatorianos ( $n = 394$ ) no período de ensino remoto, ser do sexo feminino e precisar se dividir entre o trabalho e outras responsabilidades em suas casas, como o cuidado de crianças menores de 11 anos e/ou idosos são características que se associam ao maior sofrimento psicológico e percepção de estresse.

No Brasil, o estudo de Souza, Dell'Agli, Da Costa & Caetano (2021) identificou sintomas de estresse, ansiedade e depressão em pelo menos 92% da amostra ( $n = 733$ ), demonstrando a urgência e a gravidade do impacto das demandas acionadas pelo período pandêmico no estado de saúde mental dos docentes. Ademais, os professores consideravam o apoio institucional insuficiente, principalmente no que se refere ao suporte técnico para o uso de ferramentas tecnológicas (Castro, Rodrigues & Ustra 2020), reafirmando os dados de GESTRADO/CNTE (2020), que revelou que somente cerca de um terço dos professores brasileiros recebia apoio da sua rede de ensino em momentos de altas demandas e exposição a estressores. O apoio institucional aos professores tem sido indicado como fundamental, por possibilitar aos profissionais a percepção de estarem trabalhando coletivamente e compartilhando estratégias para realizar as atividades (Gonçalves & Guimarães, 2020), o que diminui a sensação de sobrecarga.

Tendo em vista o exposto, o objetivo do presente estudo foi avaliar as repercussões da pandemia e da adoção do ensino remoto na saúde mental de docentes sob a perspectiva de gestores de escolas públicas estaduais de Porto Alegre - RS, abrangendo todos os níveis de ensino. Os gestores escolares são profissionais da educação, com formação mínima em pedagogia e têm o papel de gerir a escola a partir das diretrizes e políticas públicas educacionais e de implementar o projeto pedagógico da instituição (Lei nº 9.394, 1996). Com a eclosão da pandemia de Covid-19, esses profissionais se viram diante do desafio de planejar estratégias de trabalho de forma rápida e efetiva, amparando a sua

comunidade escolar. Sendo assim, a percepção dos gestores pode contribuir com a compreensão dos impactos da pandemia na saúde mental docente.

## Método

### Delineamento e participantes

Trata-se de um estudo exploratório-descritivo de corte transversal e abordagem quantitativa. A amostra foi composta por 51 gestores de escolas vinculadas à Primeira Coordenadoria de Educação (01 CRE) da Secretaria de Educação do Estado do Rio Grande do Sul, os quais aceitaram participar do estudo. A 01 CRE conta com 247 instituições que abrangem todos os níveis de ensino, correspondendo ao total de escolas estaduais da cidade de Porto Alegre.

### Instrumento

Os participantes responderam a um questionário *on-line*, disponibilizado pelo aplicativo *Google Forms*, com questões fechadas que visavam caracterizar as escolas e avaliar os efeitos da pandemia e do ensino remoto na saúde mental dos professores. O instrumento também contava com questões abertas que buscavam aprofundar a compreensão das repercussões da pandemia na saúde mental da comunidade escolar.

### Procedimentos Éticos e de Coleta de Dados

Este estudo faz parte de um projeto maior, denominado “Repercussões da pandemia de COVID-19 na relação família-escola e na saúde mental da comunidade escolar”, que foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Instituto de Psicologia da Universidade do Federal do Rio Grande do Sul (CEP/IP-UFRGS; CAAE: 43259921.6.0000.5334). Portanto, todos os preceitos éticos foram atendidos.

Com a colaboração da 01 CRE, todos os gestores das escolas pertencentes à rede estadual de Porto Alegre receberam por e-mail o convite para participar da pesquisa, assim como o acesso ao questionário *on-line*, que ficou disponível entre os meses de abril e setembro de 2021. Aqueles que aceitaram participar do estudo, concordaram com um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e deram seguimento ao preenchimento do instrumento, que levava cerca de 20 minutos.

### Procedimentos de análise de dados

Os dados quantitativos, derivados das questões fechadas, foram analisados por meio de estatísticas descritivas (frequência, porcentagem, média, desvio padrão) e de análises de correlação, com averiguação da normalidade da distribuição dos dados pelo teste de Kolmogorov-Smirnov. Eles foram organizados e examinados através do software SPSS 23.0 (Statistical Package for Social Sciences, version 23.0).

## Resultados

Inicialmente, foram analisados os dados para caracterização do perfil dos gestores escolares que participaram do estudo. As perguntas envolveram faixa etária, gênero, tempo de experiência profissional e cargo dos participantes. Além disso, foi verificado o perfil de cada escola, considerando variáveis como o número de alunos, de professores e de funcionários, além do nível de ensino atendido e da sua localização.

Observou-se que 46 dos gestores (90.2%) eram do sexo feminino e tinham, em média, 52.84 anos ( $dp = 7.54$ ). O tempo médio de experiência, em meses, era de 79.80 ( $dp = 104.69$ ), o que indica aproximadamente sete anos no cargo de gestão. A maioria ( $n = 37$ ) se identificou como professor (72.5%), seis como pedagogos (11.8%) e outros seis (11.8%) como orientadores educacionais. Apenas um gestor (2%) se identificou como diretor e outro (2%) como psicólogo.

No tocante às escolas, 39 delas (76.5%) eram de ensino fundamental; seis (11.8%) de ensino fundamental e médio; quatro (7.8%) de educação infantil, ensino fundamental e ensino médio; e duas (3.9%) apenas de ensino médio. A maior parte se localizava na zona sul de Porto Alegre ( $n = 29$ ; 56.9%) e as demais na zona leste ( $n = 10$ ; 19.6%), na zona norte ( $n = 6$ ; 11.8%) e na zona central ( $n = 6$ ; 11.8%). Elas tinham uma média de 434.67 alunos ( $dp = 323.32$ ), 25.69 professores ( $dp = 16.97$ ) e 6.92 funcionários ( $dp = 3.46$ ).

Em um segundo momento, foram analisadas as questões referentes à percepção dos gestores sobre os desafios do ensino remoto. Nessa questão, foram considerados sete desafios para o trabalho docente durante a pandemia (escala Likert com pontos distribuídos entre “não está presente” a “está muito presente”), conforme pode ser observado na Tabela 1.

Tabela 1  
Desafios para o Trabalho Docente no Ensino Remoto

Desafio 1	Pouca familiaridade com as ferramentas tecnológicas.
Desafio 2	Sobrecarga de trabalho pela necessidade de readaptar a estrutura das aulas.
Desafio 3	Ajustar o conteúdo para atender ao novo formato de aula.
Desafio 4	Atender demandas pessoais e de trabalho no espaço doméstico.
Desafio 5	Acolher demandas socioemocionais dos estudantes e das famílias.
Desafio 6	Lidar com as possíveis frustrações advindas das mudanças no formato de aula.
Desafio 7	Adaptar o conteúdo para atender ao calendário escolar.

Na Figura 1, observa-se o quanto cada desafio estava presente na perspectiva dos gestores. Observou-se uma importante presença dos desafios

2 e 6. Não houve marcação da alternativa “Não está presente”.

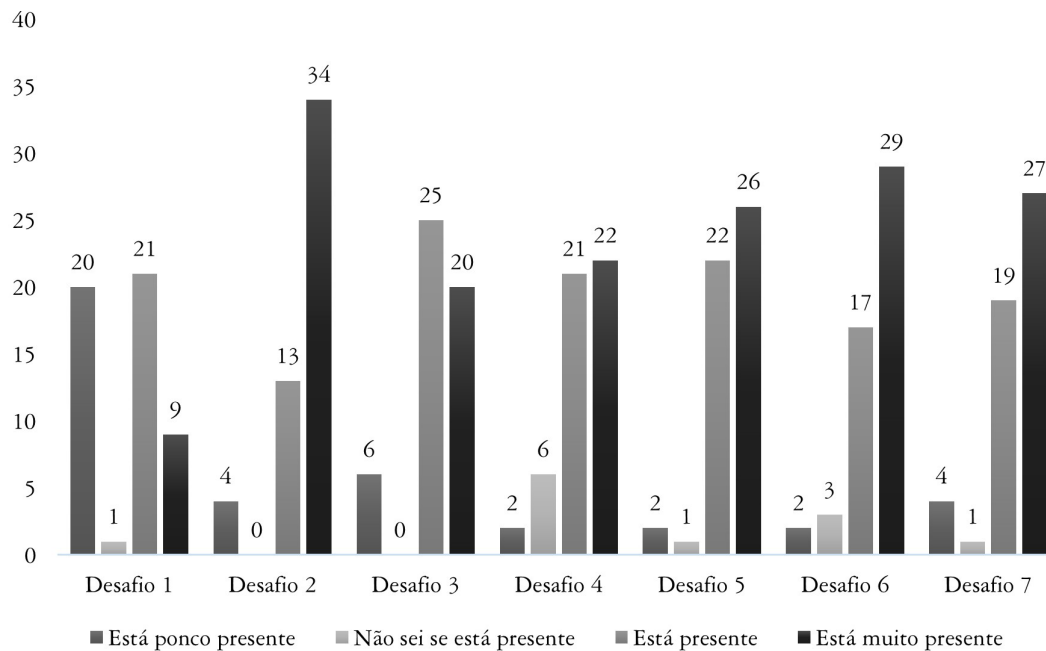


Figura 1. Desafios do Trabalho Docente segundo a Percepção dos Gestores

As questões seguintes do questionário examinaram a concordância dos gestores em relação a afirmativas sobre dificuldades enfrentadas pelos professores no ensino remoto, cujas respostas atendiam

uma escala Likert (“concordo totalmente” a “discordo totalmente”). As afirmativas estão apresentadas na Tabela 2.

Tabela 2  
Dificuldades Enfrentadas pelos Professores no Ensino Remoto

Afirmativa 1	Utilizar recursos tecnológicos/digitais para dar aula tem sido um grande desafio para as escolas.
Afirmativa 2	A necessidade de adaptação do formato de ensino tem impactado a saúde mental dos professores.
Afirmativa 3	A preocupação em atender as demandas do currículo escolar em sua integralidade gera tensão aos gestores e professores da escola.
Afirmativa 4	O medo das consequências da pandemia circunda os colaboradores da escola (diretores, coordenadores, professores etc.).
Afirmativa 5	O cenário de incertezas sobre o formato das aulas e o calendário letivo gera estresse na comunidade escolar (funcionários, famílias, estudantes).
Afirmativa 6	A dificuldade de avaliação da aprendizagem por consequência do modelo atual de aulas gera insegurança à comunidade escolar.
Afirmativa 7	Professores que apresentam dificuldade de se organizar ao formato de trabalho atual procuram a escola em busca de suporte.

Observou-se que as afirmativas 1 e 4 foram as que obtiveram maior concordância dos gestores. Não

houve marcação da alternativa “Discordo totalmente”. Os dados constam na Figura 2.

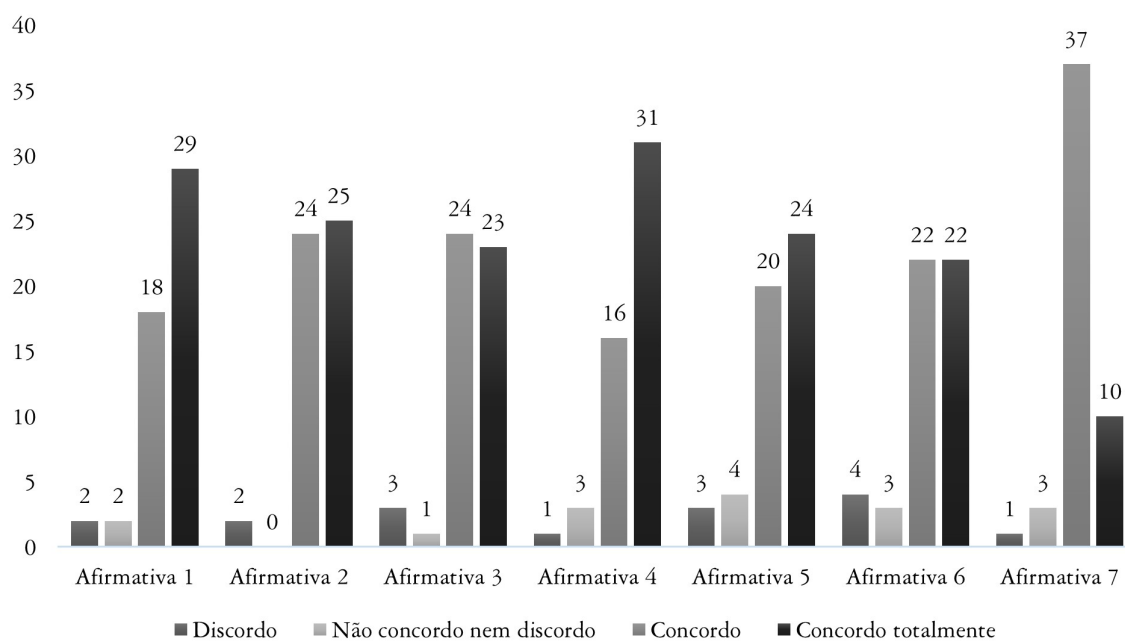


Figura 2. Dificuldades Enfrentadas pelos Professores segundo a Percepção dos Gestores.

Por fim, para identificar possíveis associações entre os desafios e as dificuldades docentes durante o

ensino remoto, foram realizadas análises de correlação de Spearman. Na Tabela 3 são apresentados os dados.

Tabela 3  
*Correlação entre os Desafios e as Dificuldades do Trabalho Docente no Ensino Remoto*

Dificuldades	Desafios						
	1	2	3	4	5	6	7
Afirmativa 1	.40**	.54**	.32*	.33**	.21	.36**	.55**
Afirmativa 2	.35*	.42**	.18	.07	.09	.50**	.40**
Afirmativa 3	.19	.31*	.32*	.08	.14	.39**	.42**
Afirmativa 4	-.02	.19	.12	.24	.12	.17	.29*
Afirmativa 5	.16	.44**	.13	.28*	.30*	.46**	.56**
Afirmativa 6	.21	.41**	.32*	.24	.20	.43**	.59**
Afirmativa 7	.02	-.10	-.33**	.02	.10	.06	-.18

Nota. \* $p < .05$  e \*\* $p < .01$

Conforme é possível observar, em alguns itens, houve correlações moderadas a muito fortes ( $r \geq 0.40$ ). O desafio 2, referente à sobrecarga de trabalho pela necessidade de readaptar a estrutura das aulas, relacionou-se com a maioria das dificuldades docentes avaliadas, sendo sua associação mais forte com a dificuldade em utilizar recursos tecnológicos/digitais para dar aulas ( $r = .54$ ). O desafio 6, relativo a lidar com possíveis frustrações advindas das mudanças no formato de aula, também se mostrou associado à maior parte das dificuldades, especialmente no que se refere ao impacto da necessidade de adaptação do formato de ensino na saúde mental dos professores ( $r = .50$ ). Ademais, é possível identificar que o desafio 7, que consistia na adaptação do conteúdo para atender ao calendário escolar, correlacionou-se de maneira forte a algumas dificuldades docentes, em especial à utilização de ferramentas tecnológicas ( $r = .55$ ), ao cenário de incertezas pelo novo formato das aulas e calendário letivo ( $r = .56$ ), e a insegurança quanto à avaliação da aprendizagem ( $r = .59$ ). Observou-se, ainda, correlação fraca entre as dificuldades docentes e a busca por suporte nas suas escolas.

## Discussão

O objetivo deste estudo foi avaliar as repercussões da pandemia e da adoção do ensino remoto na saúde mental de docentes sob a perspectiva de gestores de escolas públicas estaduais de Porto Alegre - RS, abrangendo todos os níveis de ensino. Os gestores participantes, cuja maioria era de mulheres professoras, estavam vinculados majoritariamente a escolas de ensino fundamental, localizadas na zona sul de Porto Alegre - RS. Dados como esse demonstram o grande envolvimento dos gestores com outras atividades

escolares, em especial a docência, indicando que, em geral, são profissionais que precisam atender demandas de ordens distintas. O fato de a maioria ser também professora indica a sua aproximação com a função, igualmente enfrentando os desafios e as dificuldades trazidas pelo ensino remoto durante a pandemia.

O impacto sobre a saúde mental dos professores devido à necessidade de adaptação ao formato de ensino remoto foi apontado pela maioria dos gestores no presente estudo. Foi preciso que os professores aprendessem a dividir o espaço doméstico com o espaço de trabalho, constituindo-se uma tênue fronteira entre o tempo de trabalho e de não-trabalho, o que pode ter contribuído para um maior esgotamento mental, corroborando o que fora apontado por Silva, Cardoso, Abreu & Silva (2020) e Hidalgo-Andrada et al. (2021).

Em especial, constatou-se que a sobrecarga de trabalho e a frustração pela mudança na estrutura das aulas foram bastante perceptíveis, exigindo grande adaptabilidade docente (Gonçalves & Guimarães, 2020). Este resultado corresponde a outros estudos que apontaram a sobrecarga de trabalho como uma das dificuldades mais presentes na prática docente durante a pandemia, o que pode desvelar a pouca ou insuficiente formação dos profissionais para lidar com as TDICS ou, ainda, o desengajamento dos alunos quanto às atividades propostas, fazendo com que os professores necessitassem incrementar as atividades de forma a atrair e manter sua atenção (Castro et al, 2020; Oliveira & Junior, 2020). Tal dado corrobora os achados de Souza et al. (2021), que sinalizaram que a maioria dos professores considerados relatou insatisfação e dificuldade com o ensino remoto, apresentando maiores escores de estresse, ansiedade e depressão. Ademais, Machado (2021) concluiu que os professores

em *home-office*, especialmente aqueles vinculados às séries finais do ensino fundamental, estavam se percebendo como mais sobrecarregados fisicamente e mentalmente em comparação com outros níveis de ensino, queixa acentuada por estressores como o excesso de ruídos durante as aulas *on-line*; conflitos com alunos ou responsáveis; pressões no trabalho e aumento de exigências cognitivas.

O outro desafio apontado pelos gestores diz respeito ao pouco tempo que os professores tiveram para a adaptação do conteúdo presencial para o remoto, gerando a pressão de acompanhar o calendário previsto sem novos atrasos. Nesse sentido, diferentes estudos têm demonstrado que o aumento da sobrecarga laboral; a dificuldade de gerir as demandas do trabalho diante da falta de recursos técnicos, pessoais e materiais; e a pressão para cumprir o calendário pré-estabelecido culminaram por desencadear nos professores a experiência de exaustão psicológica (Campos & Viegas, 2021; Castro et al., 2020; Gonçalves & Guimarães, 2020; Hidalgo-Andrade et al., 2021; Oliveira & Junior, 2020; Saraiva et al., 2020).

O estado de exaustão, caracterizado pelo esgotamento físico e psíquico, falta de energia e entusiasmo no trabalho (Altobelli, 2020) se vincula à sensação de perda de sentido da prática docente, assim como sentimentos de fadiga, medo, ansiedade e depressão (Bessa, 2021; Monteiro & Souza, 2020; Silva, Estrela et al., 2020). Alia-se a isso, o esforço solitário para apropriar-se de novas linguagens e a exposição massiva às telas (celulares, computadores) que podem contribuir para uma percepção de esvaziamento da prática docente (Gonçalves & Guimarães, 2020) e levar ao sentimento de desqualificação intelectual e desencadeamento de doenças ligadas ao estresse (Souza et al., 2021).

Destaca-se, no entanto, a divisão de opiniões dos gestores quanto à familiaridade dos professores com as ferramentas tecnológicas, que pode estar remetendo a um cenário heterogêneo entre docentes com e sem conhecimentos prévios sobre as TDICS. Em contrapartida, a maioria dos gestores concordou que o uso de recursos tecnológicos/digitais para dar aula estava sendo um grande desafio para as escolas, dada a falta de disponibilidade de equipamentos e a dificuldade de oferta de formação e instrumentalização aos profissionais pela instituição. Segundo o estudo de Leite, Lima & Carvalho (2020), muitos professores sinalizaram que precisavam ter mais domínio das tecnologias, carecendo de formação para o desenvolvimento das

atividades remotas. Nessa direção, Souza et al. (2021) indicaram que a falta de apoio diretivo e de materiais por parte das escolas era uma das condições que colaboravam para a precarização do trabalho, impactando a qualidade de vida dos professores.

Entre as associações encontradas neste estudo, observou-se que a maioria das dificuldades docentes durante o ensino remoto se relacionava com o desafio de lidar com as frustrações advindas das mudanças no formato de aula e de adaptação do conteúdo para atender ao calendário escolar. Reconheceu-se a dificuldade de se pensar uma didática adequada para o espaço virtual e garantir o acesso dos alunos a esse espaço, o que tem se associado ao aumento do estresse e à piora das condições de saúde mental dos professores (Juárez-Díaz & Perales, 2021; Lima & Abreu, 2020; Mateus & Andrade, 2021; Monteiro & Souza, 2020; Silva, Estrela et al., 2020; Souza et al., 2021).

As correlações mais fortes e positivas se estabeleceram entre o desafio de adaptar o conteúdo das aulas para o formato remoto e a dificuldade de utilizar recursos tecnológicos/digitais. Tal dificuldade também teve correlação forte e positiva com o impacto da pandemia de Covid-19 na saúde mental docente. De forma semelhante, o estresse gerado pelas incertezas sobre o calendário letivo e o formato das aulas se associou fortemente com a dificuldade de avaliação da aprendizagem. Além disso, a sobrecarga de trabalho se correlacionou moderadamente ao desafio de utilizar recursos tecnológicos/digitais.

Diferentes estudos já vinham mostrando que a falta de formação adequada a respeito das novas tecnologias exigiu novas competências e um aumento dos esforços docentes para manter uma metodologia inovadora em sala de aula, levando à intensificação da exaustão e de sintomas físicos e emocionais dos profissionais (Altobelli, 2020; Castro et al., 2020; Pereira et al., 2020; Oliveira & Junior, 2020; Saraiva et al., 2020). Said-Hung, Marcano & Garzón-Clemente (2021); verificaram que professores de instituições públicas latinoamericanas relataram níveis mais altos de ansiedade do que aqueles de instituições privadas, diferença relacionada principalmente aos recursos disponíveis em cada rede e às habilidades tecnológicas dos profissionais. Para Juárez-Díaz e Perales (2021), as limitações de acesso, manejo e interação por meio da *internet* levaram à vivência de sentimentos negativos tanto de professores quanto de estudantes durante o período de ensino remoto emergencial no México,



sendo que professores com treinamento anterior em TDICS referiram melhores experiências para desenvolver seu trabalho. Tal dado foi corroborado pelos estudos de Mateus e Andrada (2021) e de Hidalgo-Andrade et al. (2021), que constataram que professores com formação prévia e experiência com ensino *on-line* apresentaram menores níveis de angústia, estresse percebido e maiores níveis de satisfação com a vida.

Ao se analisar a questão referente à dificuldade de os professores procurarem a escola para obter suporte na organização do trabalho remoto, foi constatado que quanto maior a procura por suporte escolar, menor tende a ser a dificuldade dos professores para lidar com a adaptação do conteúdo para o formato de ensino. Nesse sentido, destaca-se a importância de um efetivo apoio escolar em momentos desafiadores, como foi a transição do ensino presencial para o remoto, uma vez que sua falta ou a falta de procura por ele, pode se refletir na qualidade do ensino, além afetar a saúde mental e o bem-estar do trabalhador (Castro et al., 2020; Ferreira, 2020; GESTRADO/ CNTE, 2020; Gonçalves & Guimarães, 2020; Kim et al., 2022; Said-Hung et al., 2021; Souza et al., 2021).

Em conjunto, os resultados obtidos neste estudo evidenciam que o impacto verificado na saúde mental dos professores está fortemente relacionado com as preocupações em atender um alto nível de demandas de adaptação curricular, assim como a incertezas sobre o formato das aulas, a pressão por cumprir o calendário letivo, a dificuldade para avaliar a aprendizagem dos estudantes e a falta de apoio institucional. Estes fatores favorecem a incidência de sofrimento psíquico, como o estresse, a ansiedade e a depressão (Barbosa et al., 2020; França et al., 2021, Gonçalves & Guimarães, 2020; Said-Hung et al., 2021; Silva, Estrela et al., 2020).

Sabe-se que muitos dos desafios e das dificuldades docentes percebidas pelos gestores poderiam ter sido amparadas por um maior suporte institucional. Um exemplo disso é o estudo de Ferreira (2020), que constatou que os sintomas de medo, incertezas e ansiedade durante o ensino remoto eram mais presentes entre os docentes que sinalizavam falta de suporte por parte das instituições. Entretanto, faz-se necessário ponderar que as próprias instituições escolares não estavam preparadas para as mudanças ocorridas, assim como, possivelmente, também não receberam suporte das instâncias superiores da estrutura educacional do país (Sarmiento & Menegat, 2020).

Conclui-se, portanto, que as instituições escolares urgem por fomento de recursos para que suas equipes possam responder aos novos desafios desencadeados pela pandemia de Covid-19, tais como a eclosão do meio digital como forma de ensinar, aprender e se relacionar, que deve perpassar a formação inicial e continuada desses profissionais. Nesse sentido, Mateus e Andrada (2021) apontaram a importância de políticas públicas para equalização das condições de acesso e operacionalização de novas formas de exercer o trabalho docente a fim de minimizar os riscos de uma desigualdade ainda maior na qualidade da educação entre as diferentes realidades socioeconômicas do país.

Como forma de responder aos desafios ocasionados pela pandemia de Covid-19, a International Task Force on Teachers for Education 2030 (2020) defendeu que uma maneira de diminuir as demandas de trabalho, associadas à alta carga de tarefas, incerteza e baixa percepção de valorização da categoria, é garantir uma linha de comunicação colaborativa e consultiva entre o governo e a comunidade de educadores para o desenvolvimento e a implementação de estratégias de enfrentamento que considerem a realidade observada pelos profissionais. Conforme Kim et al. (2022), a participação dos docentes no planejamento de ações e políticas para a escola pode favorecer que eles se preparem com antecedência para desafios futuros, distribuindo, assim, sua carga de trabalho e reduzindo o medo diante de cenários incertos. Complementarmente, perceber-se contribuindo para o futuro de sua profissão, também pode gerar benefícios para a saúde e o bem-estar pela percepção de sentido da prática diária.

Outro ponto destacado pelos gestores como muito presente entre os desafios enfrentados pelos professores foi o acolhimento das demandas socioemocionais dos estudantes e das famílias. Para Brandenburg, Maciel, Baron, Costa & Santana (2021), o grande impacto ocasionado pelas mudanças no processo de ensino e aprendizagem levantou a questionamentos sobre a carência de políticas públicas educacionais que contemplem as competências socioemocionais dos professores, alunos e demais membros da comunidade escolar, tais como a abertura ao novo, a resiliência emocional, a empatia, o engajamento com os outros e a responsabilidade para consigo mesmo, entendida como autogestão.

Merece menção a defesa de Bisquerria (2020), afirmando que o reforço das competências digitais dos docentes deve estar associado a ações e programas que

visem o desenvolvimento de competências socioemocionais, a fim de que se minimize o impacto do estresse e da ansiedade em situações inesperadas na vida cotidiana ou profissional. Tal iniciativa pode estar presente desde a formação dos professores que, incrementada em nível psicossocial, poderá instrumentalizá-los na gestão emocional e no enfrentamento ativo de cenários incertos e exigentes como os vivenciados no período estudado, com estratégias de enfrentamento, tais como organização do tempo e cumprimento de orientações ou hábitos saudáveis. Dada a natureza educativa da profissão docente, é possível supor que as iniciativas aqui levantadas para a promoção da saúde mental desses profissionais reverberem também nos estudantes e suas famílias, podendo ter um impacto significativo na saúde mental da comunidade em geral.

### Considerações finais

Observou-se a percepção dos gestores a respeito da sobrecarga dos professores, além de sentimentos de insegurança e medo diante de novas demandas que surgiram com a transição para o ensino remoto. Com a carga de trabalho aumentada para dar conta dos novos desafios, tais sentimentos parecem ter sido retroalimentados na medida em que a exaustão mental desencadeou sintomas de estresse, ansiedade e depressão, os quais devem ser concebidos em sua relação direta com a prática docente. Esse quadro, aliado à incerteza sobre o futuro profissional e em meio a uma grave crise sanitária e econômica enfrentada pelo país, impactou e pode seguir impactando a saúde mental dos professores, mesmo após a retomada do ensino presencial nas instituições do país.

Sabe-se que muitas das escolas e dos gestores demonstraram esforço em dar conta da instrumentalização necessária para os professores atenderem ao formato de ensino remoto. No entanto, tornou-se perceptível o despreparo e a sobrecarga docente, tanto física, devido à intensificação do trabalho, como emocional, frente aos próprios anseios e ao desafio de acolher demandas emocionais de alunos e familiares. Destaca-se que o suporte institucional é um recurso importante para que os professores atravessem momentos desafiadores com maior segurança e bem-estar, o que mostra a necessária organização das gestões escolares para atender demandas docentes, alinhadas às políticas públicas.

A relevância da temática discutida não se limita às implicações do contexto pandêmico do Covid-19 na saúde mental dos professores. Espera-se que as dificuldades e aprendizados suscitados por esta recente vivência reverberem em um esforço conjunto entre o campo da pesquisa, os diferentes setores da sociedade civil, os conselhos representativos da categoria docente e os órgãos públicos em prol da efetivação de políticas e iniciativas que fortaleçam a educação escolar no que se refere à estrutura, recursos, equipe, qualificação e cuidado em saúde mental dos professores, dos estudantes e de toda a comunidade escolar. Tal esforço vai ao encontro do objetivo de assegurar as premissas estabelecidas na LDB (Lei nº 9.394, 1996), tais como valorização do profissional de educação, a garantia de qualidade e gestão democrática do ensino público.

Destaca-se que os dados do presente estudo representam apenas uma parcela de gestores de escolas públicas de uma capital do sul do Brasil, assim como considerou apenas a sua percepção, sem acessar os próprios professores e outros dados que poderiam ampliar a compreensão sobre os impactos do ensino remoto na saúde mental docente. Sugere-se a continuidade de pesquisas que focalizem estratégias de enfrentamento e identifiquem recursos para promoção da saúde mental dos professores, dada a relevância social da categoria.

Destaca-se, por fim, que os resultados de pesquisas científicas têm o potencial de fornecer uma base consistente para proposição de planos e programas que perpassem os diferentes segmentos do contexto educativo desde o Estado, passando pelas Secretarias Estaduais e Municipais de Educação, os Conselhos profissionais até as instituições, suas gestões e colaboradores, a fim de atenuar os impactos observados e instrumentalizar as escolas para desafios vindouros frente ao cenário de contantes e rápidas mudanças que têm sido observadas globalmente, tanto no que se refere aos processos de saúde-doença, quanto no que diz respeito aos processos de trabalho e à forma de se relacionar com as TDICS.

### Referências

- Altobelli, D. C. S. (2020). *Síndrome de burnout em professores docentes no contexto brasileiro: uma revisão integrativa*. Trabalho de Conclusão de Curso. Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO. <http://repositorio.unifametro.edu.br/handle/123456789/881>

- Barbosa, A. M., Viegas, M. A. S., & Batista, R. L. N. (2020). Aulas presenciais em tempos de pandemia: relatos de experiências de professores do nível superior sobre as aulas remotas. *Revista Augustus*, 25(51), 255-280. <https://doi.org/10.15202/1981896.2020v25n51p255>
- Brandenburg, C., Maciel, J. C. da S., Baron, M. V., Costa, B. E. P. da, & Santana, J. R. (2021). Directors' opinion as to the influence of Covid-19 on the socioemotional-affective aspect of the school community. *Holos (Natal, RN)*, 37(4), 1-14. [10.15628/holos.2021.12086](https://doi.org/10.15628/holos.2021.12086)
- Bessa, S. (2021). Professores em tempos de pandemia: percepções, sentimentos e prática pedagógica. *Revista Devir Educação*, edição especial, 183-205. <http://dx.doi.org/10.30905/rde.v0i0.410>
- Bisquerra, R. (2020). El alumnado necesitará competencias emocionales para afrontar su futuro con mayores probabilidades de éxito. <https://www.educaweb.com/noticia/2020/05/27/entrevista-rafael-bisquerra-importancia-educacion-emocional-mas-alla-coronavirus-19195/>
- Campos, M. F., & Viegas, M. F. (2021). Saúde mental no trabalho docente: um estudo sobre autonomia, intensificação e sobrecarga. *Cadernos de Pesquisa*, 28(2), 417-437.
- Castro, D. P., Rodrigues, N. D. S., & Ustra, S. R. V. (2020). Os reflexos do ensino remoto na docência em tempos de pandemia da Covid-19. *Revista EDaPECI*, 20(3), 72-86. <http://dx.doi.org/10.29276/redapeci.2020.20.314543.72-86>
- Centro de estudos e pesquisas em emergências e desastres em saúde (CEPEDES, 2020). *Saúde mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19: recomendações gerais*. Fundação Oswaldo Cruz, Brasília, 2020. <https://www.fiocruzbrasil.org.br/wp-content/uploads/2020/04/Saude-Mental-e-Atencao-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomendacoes-gerais.pdf>
- De Sá, A. L., Narciso, A. L. C., & Narciso, L. C. (2020). Ensino retoma em tempos de pandemia: os desafios enfrentados pelos professores. *Anais do Encontro Virtual de Documentação em Software Livre e Congresso Internacional de Linguagem e Tecnologia Online*, [S.l.], v. 9, n. 1.
- Ferreira, A. L. (2020). *Sentimentos e dificuldades enfrentadas pelos professores em tempos de covid-19*. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal de São Carlos Campus de Sorocaba. <https://repositorio.ufscar.br/handle/ufscar/13576>
- França, R. F. C., Silva, A. A. S., & Feitosa, D. F. S. (2021). O ensino remoto na pandemia e a precarização da prática pedagógica de professoras de Porto Velho: pertinências e impertinências. *Revista Educar Mais*, 5(1), 139-156. <https://doi.org/10.15536/reducarmais.5.2021.2219>
- Grupo de Estudos sobre Política Educacional e Trabalho Docente (GESTRADO, 2020). *Trabalho docente em tempos de pandemia (Relatório técnico)*. Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação (CNTE). <http://abet-trabalho.org.br/relatorio-tecnico-trabalho-docente-em-tempos-de-pandemia>
- Gonçalves, G. B. B., & Guimarães, J. M. M. (2020). Aulas remotas, escolas vazias e a carga de trabalho docente. *Revista Retratos da Escola, Brasília*, 14(30), 772-787. <https://doi.org/10.22420/RDE.V14I30.1203>
- Hidalgo-Andrade, P., Hermosa-Bosano, C., & Paz, C. (2021). Teachers' mental health and self-reported coping strategies during the Covid-19 pandemic in Ecuador: A mixed-methods study. *Psychology Research and Behavior Management*, 14, 933-944. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S314844>
- International Task Force on Teachers for Education 2030 (2020). Response to the COVID-19 Outbreak Call for Action on Teachers. UNESCO. <https://teachertaskforce.org/knowledge-hub/response-covid-19-outbreak-call-action-teachers-0>
- Juárez-Díaz, C., & Perales, M. (2021). Language teachers' emergency remote teaching experiences during the Covid-19 confinement. *Profile: Issues in Teachers' Professional Development*, 23(2), 121-135. <https://doi.org/10.15446/PROFILE.V23N2.90195>
- Kim, L. E., Oxley, L., & Asbury, K. (2022). "My brain feels like a browser with 100 tabs open": A longitudinal study of teachers' mental health and well-being during the COVID-19 pandemic. *British Journal of Educational Psychology*, 92(1), 299-318. <https://doi.org/10.1111/bjep.12450>
- Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. (1996). *Lei de Diretrizes e Bases da Educação*. Presidência da República.
- Leite, N. M., De Lima, E. G., & Carvalho, A. B. (2020). Os professores e o uso de tecnologias digitais nas aulas remotas emergenciais, no contexto da pandemia da covid-19 em Pernambuco. *EM TEIA – Revista de Educação Matemática e Tecnológica Iberoamericana*, 11(2), 01-15.

- Machado, M. C. (2021). *O peso de estar em casa: uma análise acerca da percepção das profissionais docentes em relação a sobrecarga de trabalho no home office*. Dissertação do Mestrado acadêmico. Universidade Federal do Pampa: Santana do Livramento. <https://dspace.unipampa.edu.br/handle/riu/5933>
- Mateus, J.-C., & Andrada, P. (2021). Docentes frente al Covid-19: cambios percibidos en Chile y Perú. *Magis, Revista Internacional de Investigación En Educación*, 14, 1–25. <https://doi.org/10.11144/JAVERIANA.M14.DFCC>
- Ministério da Educação (2020). 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*. Diário Oficial da União. <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-343-de-17-de-marco-de-2020-248564376>
- Monteiro, B. M. M., & Souza, J. C. (2020). Saúde mental e condições de trabalho docente universitário na pandemia da COVID-19. *Research, Society and Development*, 9(9), 1-16. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i9.7660>
- Nabe-Nielsen, K., Christensen, K., Fuglsang, N., Larsen, I., & Nilsson, C. (2021). The effect of COVID-19 on schoolteachers' emotional reactions and mental health. *European Journal of Public Health*, 31(3). <https://doi.org/10.1093/EURPUB/CKAB164.014>
- Oliveira, D. A., & Junior, E. A. P. (2020). Trabalho docente em tempos de pandemia: mais um retrato da desigualdade educacional brasileira. *Revista Retratos da Escola, Brasília*, 14(30), 719-735. <https://doi.org/10.22420/rde.v14i30.1212>
- Organização Internacional do Trabalho (OIT, 1984). *O que é trabalho docente?* <http://www.oitbrasil.org.br/content/o-que-e-trabalho-decente>
- Pereira, H. P., Santos, F. V., & Manenti, M. A. (2020). Saúde mental de docentes em tempos de pandemia: os impactos das atividades remotas. *Boletim de Conjuntura (BOCA)*, 3(9), 1-9. <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.3986851>
- Said-Hung, E., Marcano, B., & Garzón-Clemente, R. (2021). Ansiedad académica en docentes y Covid-19. Caso instituciones de educación superior en iberoamérica. *Prisma Social*, 33, 289–305. <https://revistaprismasocial.es/article/view/4202/4947>
- Santos, E. dos, Lima, I. S., & Sousa, N. J. (2020). “Da noite para o dia” o ensino remoto: (re)invenções de professores durante a pandemia. *Revista Brasileira de Pesquisa (Auto)Biográfica*, 5(16), 1632-1648. <http://dx.doi.org/10.31892/rbpab2525-426X.2020.v5.n16.p1632-164>
- Saraiva, K., Traversini, C., & Lockmann, K. (2020). A educação em tempos de Covid-19: ensino remoto e exaustão docente. *Práxis Educativa*, 15, 1-24. <https://doi.org/10.5212/PraxEduc.v15.16289.094>
- Sarmiento, D. F., & Menegat, J. (2020). Gestão escolar democrática: desafios e perspectivas. *Roteiro*, 45, 1–20. <https://doi.org/10.18593/r.v45i0.23370>
- Silva, A. F., Estrela, F., Lima, N. S., & Abreu, C. T. D. (2020). Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 30(e300216), 1-4. <https://scielosp.org/pdf/physis/2020.v30n2/e300216/pt>
- Silva, J. M. S., Cardoso, V. C., Abreu, K. E., & Silva, L. S. (2020). A feminização do cuidado e a sobrecarga da mulher-mãe pandemia. *Revista Feminismos*, 8(3), 149-161. <https://periodicos.ufba.br/index.php/feminismos/article/view/42114>
- Souza, J. M., Dell’Agli, B. A. V., Da Costa, R. Q. F., & Caetano, L. M. (2021). Docência na pandemia: saúde mental e percepções sobre o trabalho on-line. *Teoria e Prática da Educação*, 24(2), 142-159. <https://doi.org/10.4025/tp.e.v24i2.59047>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus Disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- Wind, T. R., Rijkeboer, M., Andersson, G., & Riper, H. (2020). The COVID-19 pandemic: the ‘black swan’ for mental health care and a turning point for e-health. *Internet Interventions*, 20, e.10317. <http://dx.doi.org/10.1016/j.invent.2020.100317>

Recebido em: 01 de agos. 2022.

Aprovado em: 15 de jul. 2024.



Esta obra está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional, que permite o uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que a obra original seja devidamente citada.