



Adaptação do ensino por conta da pandemia do novo coronavírus (COVID-19) como sobrecarga de problemas emocionais em profissionais da educação: um estudo qualitativo sobre o Burnout

Adaptation of education due to the new coronavirus (COVID-19) pandemic as an overload of emotional issues in education professionals: a Qualitative study on Burnout

Adaptación de la enseñanza debido a la pandemia del nuevo coronavirus (COVID-19) como sobrecarga de problemas emocionales en profesionales de la educación: un estudio cualitativo sobre el Burnout

Apolo Jeter Barbosa da Silva

Bacharel em Psicologia

Instituição: Centro Universitário Multiversa do Jaguaribe

E-mail: apolo.silva@fvj.br

Mayra Serley Barreto de Oliveira

Especialista em Psicodrama Sócio-Educacional e Terapêutico

Instituição: Centro Universitário Multiversa do Jaguaribe

E-mail: mayra.serley@fvj.br

RESUMO

A adaptação das metodologias de ensino durante o período da pandemia contribuiu para o adoecimento mental e sobrecarga emocional dos educadores. Estudos apontam a profissão docente como sendo uma das mais estressantes. Podemos citar dentre estressores ocupacionais observados: remuneração, indisciplina escolar, participação da família, dificuldade de conciliar o tempo pessoal e o profissional e a jornada de trabalho. O objetivo da pesquisa busca compreender a relação entre os níveis de esgotamento mental de professores da educação básica diante da adaptação do ensino no período da pandemia de COVID-19. Para obter essa compreensão foi utilizada a abordagem metodológica da triangulação, a qual permite a utilização de dados qualitativos e quantitativos, sendo realizado a técnica do grupo focal, como meio complementar a aplicação do Inventário em Burnout de Maslach (MBI) para a coleta de informações dos participantes, em seguida a realização da comparação com dados encontrados nas produções acadêmicas recentes. O Burnout trata-se de estresse crônico de trabalho que não foi controlado de modo eficiente, sensação de esgotamento, sentimentos negativos em relação ao trabalho e reduzida eficácia profissional. Foi percebido na pesquisa níveis de estresse que demandam atenção, foi ressaltado a importância pela busca de ajuda profissional. Conclui-se que esse período impactou diretamente a saúde mental da



comunidade escolar como todo, tendo efeitos que serão sentidos a longo prazo. Dados obtidos indicam que o estresse ocupacional teve um aumento considerável. O desenvolvimento de pesquisas voltadas à saúde mental é necessário para promoção de qualidade de vida aos professores.

PALAVRAS-CHAVE

docente, Burnout, pandemia, saúde mental, educação.

ABSTRACT

The adaptation of teaching methodologies during the pandemic period contributed to the mental health deterioration and emotional overload of educators. Studies indicate that teaching is one of the most stressful professions. Among the observed occupational stressors, we can mention: remuneration, school indiscipline, family participation, difficulty in balancing personal and professional time, and workload. The research aims to understand the relationship between the levels of mental exhaustion of basic education teachers in the face of teaching adaptations during the COVID-19 pandemic. To achieve this understanding, the methodological approach of triangulation was used, which allows the use of qualitative and quantitative data. The focus group technique was employed as a complementary method to the application of the Maslach Burnout Inventory (MBI) for data collection from participants, followed by a comparison with data found in recent academic studies. Burnout refers to chronic work-related stress that has not been effectively managed, a sense of exhaustion, negative feelings toward work, and reduced professional efficacy. The research identified stress levels that require attention, emphasizing the importance of seeking professional help. It was concluded that this period directly impacted the mental health of the entire school community, with effects that will be felt in the long term. The obtained data indicate a considerable increase in occupational stress. The development of research focused on mental health is necessary to promote quality of life for teachers.

KEYWORDS

teacher, Burnout, pandemic, mental health, education.

RESUMEN

La adaptación de las metodologías de enseñanza durante el período de la pandemia contribuyó al deterioro de la salud mental y la sobrecarga emocional de los educadores. Los estudios señalan que la profesión docente es una de las más estresantes. Entre los estresores ocupacionales observados, podemos citar: remuneración, indisciplina escolar, participación de la familia, dificultad para conciliar el tiempo personal y profesional, y la carga horaria. La investigación busca comprender la relación entre los niveles de agotamiento mental de los profesores de educación básica frente a las adaptaciones de la enseñanza durante la pandemia de COVID-19. Para lograr esta comprensión, se utilizó el enfoque metodológico de la triangulación, que permite el uso de datos cualitativos y



cuantitativos. Se empleó la técnica del grupo focal como método complementario a la aplicación del Inventario de Burnout de Maslach (MBI) para la recolección de datos de los participantes, seguido de una comparación con datos encontrados en estudios académicos recientes. El burnout se refiere al estrés laboral crónico que no ha sido manejado de manera efectiva, una sensación de agotamiento, sentimientos negativos hacia el trabajo y una reducida eficacia profesional. La investigación identificó niveles de estrés que requieren atención, destacando la importancia de buscar ayuda profesional. Se concluye que este período impactó directamente en la salud mental de toda la comunidad escolar, con efectos que se sentirán a largo plazo. Los datos obtenidos indican un aumento considerable del estrés ocupacional. El desarrollo de investigaciones enfocadas en la salud mental es necesario para promover la calidad de vida de los profesores.

PALABRAS CLAVE

docente, Burnout, pandemia, salud mental, educación.

1 INTRODUÇÃO

Os educadores de nosso país atuam em uma profissão que, segundo Diehl e Marin (2016), é considerada uma das mais estressantes. Tendo em vista que tal profissão é a responsável pela formação das outras profissões. E em seu estudo de revisão sistemática da literatura observaram que o estresse e a síndrome de burnout estão entre os principais adoecimentos que levam os docentes ao afastamento. Tais estudos foram realizados antes da pandemia, não considerando fatores como isolamento social e adaptação das metodologias de ensino.

De acordo com a OMS, a COVID-19 é uma doença infecciosa causada pelo Novo Coronavírus (SARS-CoV-2) e tem como principais sintomas: febre, cansaço e tosse seca. As estatísticas mostram que uma em cada seis pessoas ficaram gravemente doentes e sentem dificuldade respiratória.

Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) em 31 de dezembro de 2019, a OMS foi alertada sobre vários casos de pneumonia na cidade de Wuhan, província de Hubei, na República Popular da China. No dia 7 de janeiro de 2020, autoridades chinesas afirmaram ter identificado um novo tipo de coronavírus. Já em 11 de março de 2020 a COVID-19, foi classificada como pandemia, referente à sua distribuição geográfica pelo mundo.



Uma das restrições impostas pela pandemia foram a realização das aulas presenciais. No estado do Ceará as aulas foram suspensas por meio de Decreto nº 33.510, de 16 de março de 2020 (SESA, 2020). Todavia com o decorrer dos meses foi percebido a necessidade do retorno, pois um período tão grande sem aulas seria prejudicial aos alunos desde a educação básica ao ensino superior.

A medida encontrada para ofertar as aulas obedecendo às medidas de isolamento e distanciamento social, foi o ensino por meio de plataformas online. Entretanto, existiram alguns obstáculos para essa modalidade de ensino, dentre eles pode-se elencar o acesso dos alunos ao conteúdo oferecido, em relação às aulas e aos exercícios não foi igualitária (Barbosa *et al.*, 2022). Priscila Cruz, presidente executiva da ONG Todos Pela Educação ressalta que um período tão longo sem a oferta do ensino de modo presencial mediante a pandemia ocasionou um retrocesso profundo na educação. O que repercute na desigualdade educacional, no aprendizado e no sistema de proteção alimentar, física e social e emocional de milhões de crianças e jovens.

Dados do Instituto de Pesquisas Econômicas Aplicadas (IPEA) aproximadamente seis milhões de estudantes da educação básica ao ensino superior tinham dificuldade de acesso à internet ou rede móvel para acompanhar a modalidade de ensino remoto ou virtual (Nascimento *et al.*, 2020). Tal empecilho mobilizou os profissionais da educação a realizar um esforço a mais, além das aulas online, gravação de vídeos e elaboração de exercícios em plataformas, os educadores imprimiam as atividades e entregavam em domicílio ou deixavam disponíveis para os responsáveis retirarem nas escolas, obedecendo às normas sanitárias.

A sobrecarga de trabalho já vivenciada por muitos profissionais antes da pandemia se agravou. De acordo com o estudo sobre a Lei do Piso Salarial (Lei nº 11.738/2008), podemos observar a busca pelo direito do período voltado a prática de estudos, planejamento de aulas e avaliação, incluído na carga horária do profissional (BRASIL, 2001). Mas com a pandemia o trabalho ficou sem horário definido. E mesmo com tantas dificuldades na utilização das plataformas e de ensinar o conteúdo, as demandas por resultados continuaram.

De acordo com o Ministério da Saúde (2001), fatores que contribuem para o sofrimento psíquico podem ser ocasionados pelo ambiente de trabalho. Podemos citar



ansiedade, problemas no sono, fadiga e estresse, causados por demandas por qualidade e eficiência e ritmos intensos.

Alguns desses fatores se assemelham à jornada de trabalho de um profissional da educação. Nascimento e Seixas (2020) apontam que as condições de trabalho, salas sem climatização, necessidade de levar o trabalho para casa, quantidade de alunos acima do ideal, acessibilidade que não atende as demandas, são fatores que contribuem para o adoecimento do profissional da educação.

Dentre as patologias que atingem os docentes, iremos nos atentar a respeito da Síndrome de Burnout. Segundo Benevides-Pereira (2012) a Síndrome de Burnout é um processo que se desenvolve a partir do estresse ocupacional, quando este se torna crônico. É um meio de responder ao estresse com objetivo de superar os problemas decorrentes do mesmo. Características que nos ajudam a definir essa síndrome são: a exaustão emocional, a despersonalização e a reduzida realização pessoal no trabalho.

Dessa forma pretende-se investigar se adaptação das metodologias e formas de ensino- aprendizagem no período de pandemia atuaram como fator de estresse e adoecimento, favorecendo o surgimento de novos casos dessa síndrome do esgotamento em professores da Educação Básica

Desse modo, as seguintes questões surgem: qual a avaliação dos professores da educação básica acerca da sua saúde mental diante do processo de adaptação do ensino em tempos de pandemia de Covid-19? O pressuposto que se origina é que esse período propiciou e agravou fatores estressores que podem favorecer o desenvolvimento da Síndrome de Burnout.

A justificativa para a pesquisa diz respeito ao fato de que de acordo com Nascimento e Seixas (2020), à docência, principalmente quando falamos a respeito da Educação Básica, é uma das profissões a qual mais devemos nos atentar à saúde mental. Em seu estudo realizado destacaram a depressão e a ansiedade como sendo o tipo de adoecimento mais presente nos profissionais da educação, seguido da síndrome de burnout.

Este estudo trata-se de uma pesquisa utilizando o método da triangulação. Seu uso se deu tendo em vista a possibilidade de envolver a utilização de mais de um método



(Santos *et al.*, 2020). Foi utilizada a técnica qualitativa do grupo focal e como instrumento complementar aplicação do Inventário em Burnout de Maslach (MBI).

Segundo Benevides-Pereira (2012) o burnout acarreta grandes prejuízos ao processo de ensino-aprendizagem, mediante as faltas do profissional, o contato distante com os alunos e a prática profissional exercida de modo automático. Atrelado a isso devemos levar em consideração o contexto pandêmico, que trouxe também déficits na qualidade do ensino.

O objetivo geral desta pesquisa é compreender a relação entre os níveis de esgotamento físico e mental de professores da educação básica diante da adaptação das metodologias de ensino no período da pandemia de COVID-19. Os objetivos específicos são: apreender as percepções de professores da educação básica acerca da sua saúde mental durante o processo de adaptação do ensino em tempos de pandemia de COVID-19; analisar os níveis de esgotamento físico e mental de professores da educação básica após a vivência de adaptações ao modelo de ensino, provocadas pelas restrições sanitárias associadas à pandemia da COVID-19; e comparar os diferentes contextos de ensino-aprendizagem antes e depois das restrições sanitárias resultantes da pandemia de COVID-19.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 ENTENDENDO O BURNOUT NA EDUCAÇÃO

A Síndrome de Burnout foi mencionada primeiramente pelo psiquiatra Herbert Freudenberger em 1974, está presente na Classificação Internacional de Doenças (CID-11) representada pelo código QD85 (Perniciotti *et al.*, 2020). Moreno-Jiménez *et al.* (2002) fazem considerações a respeito das características que constituem o Burnout. A exaustão emocional é a dimensão manifestada por meio do esgotamento dos recursos emocionais do profissional, o docente não se sente capaz de doar mais de si em relação à perspectiva emocional. Está mais atrelada ao estresse no âmbito físico e mental, sensação de falta de energia, aliado a sintomas que contribuem para um baixo rendimento no trabalho. Problemas de sono, dificuldade de atenção e memória, ansiedade, depressão e



perturbações gastrointestinais são decorrentes dessa exaustão. Mediante todos esses fatores é considerada a dimensão mais representativa do estresse ocupacional (Benevides-pereira, 2012).

A despersonalização pode ser observada por meio de atitudes distantes do profissional. Em relação aos problemas sociais ou emocionais, o docente adota uma postura fria, e o tratamento é depreciativo de acordo com Moreno-Jimenez *et al.* (2002). Essa atitude de falta de empatia pode ser considerada um mecanismo de defesa, por não se envolver emocionalmente com outras pessoas.

A falta de realização pessoal no trabalho é caracterizada por Batista (*et al.*, 2010) como sendo uma tendência do docente de se perceber e se avaliar de modo negativo. O seu desenvolvimento profissional é um motivo de insatisfação, atrelado ao sentimento de ineficácia e ineficiência, por conseguinte sua autoestima sofre declínio.

A síndrome de Burnout, afeta negativamente a qualidade de vida e de ensino do profissional. No estudo realizado por Batista *et al.* (2010), na cidade de João Pessoa na Paraíba, com o objetivo de avaliar a prevalência da Síndrome de Burnout, nas escolas municipais com professores de Ensino Fundamental 1, obtiveram os dados de que 33,6% dos professores tinham alto nível de exaustão emocional, 8,3% alto nível de despersonalização e 43,4%, baixo nível de realização profissional.

Souza (2018) menciona também que muitas das vezes os profissionais, em decorrência de recursos escassos destinados à área da educação, precisam se utilizar do próprio salário para conseguir desenvolver o próprio trabalho. Situações como essa, inviabilizam determinadas atividades que poderiam enriquecer as práticas, vivências pedagógicas e construir um ambiente mais agradável de aprendizado para os alunos. A sobrecarga além de física e emocional atinge a área econômica, que irá interferir nas outras áreas.

2.2 CONTEXTO EDUCACIONAL

Diferentes estudos mencionados apontam a prática docente como sendo uma das profissões mais atingidas, no que se refere à saúde mental Diehl e Marin (2016), já apontavam fatores como o modo como é organizado o trabalho, a falta de



reconhecimento, dificuldades motivacionais, a ausência familiar nas atividades escolares, problemas estruturais, como salas superlotadas e sem ventilação. Tais dificuldades atuam como estressores ocupacionais.

A falta de reconhecimento financeiro, em relação a carga de trabalho e o salário é apontado com o maior estressor, aliada a quantidade de horas não reconhecidas como horas trabalhadas, contribuindo para que muitos docentes busquem trabalho em outras escolas ou setores como meio de complementar a renda. (Vale *et al.*, 2015). O que leva a redução do tempo que seria utilizado para a formação profissional, especializações e novas graduações. Levando em consideração também a exaustão e desgaste de tantas horas necessárias para o trabalho em si, horas complementares, correções, avaliações, planejamentos, formações, planos e reuniões.

Segundo Nascimento e Seixas (2020), quando levamos em consideração que o docente exerce um papel significativo para a formação e desenvolvimento cognitivo, emocional e social de alunos da pré-escola ao ensino superior. E que também exercerá um papel que pode inspirar aos jovens a ingressarem na prática docente ou em outras áreas, podemos considerar que o impacto de seu adoecimento irá repercutir não só no indivíduo, mas também na área social.

Benevides-Pereira (2012), salienta que numa perspectiva histórica à docência era vista como uma vocação, algo que se fazia por amor. Era vista com bons olhos, mas não se tinha o olhar semelhante às outras profissões, e aliado à prática ser mais voltada ao público feminino, a remuneração não era semelhante a um salário, e sim a uma ajuda. E enquanto, por um lado, a sociedade como um todo continua a cobrar resultados, altos índices de rendimentos. Ainda existe também a cultura de que o professor seja um exemplo no âmbito profissional, social, sexual e ambiental. Cobranças que demandam uma profunda exaustão e estresse.

Outro ponto a ser levado em consideração é que o educador, muita das vezes atua como confidente. Escuta de seus alunos problemas e situações que os mesmos não conseguem falar a respeito com os pais. Problemas sociais e emocionais que o profissional não recebeu treinamento para lidar, e que segundo Benevides-Pereira (2012), a falta de suporte para solucionar tais problemas acaba ficando ainda mais sobrecarregado emocionalmente.



3 METODOLOGIA

A pesquisa realizada se trata de uma triangulação, pois segundo Santos *et al.* (2020) é um meio de aprimorar o estudo qualitativo, envolvendo olhares distintos, reforçando assim a credibilidade, pois será utilizado mais de um método. Referenciais teóricos, dados e pesquisas anteriores serão utilizados para serem obtidos mais conhecimentos acerca do que será explorado e aliado a isso a realização de entrevistas com indivíduos que estão em contato ou vivenciando o problema a ser pesquisado. A perspectiva dos entrevistados propicia relatos, experiências e exemplos que podem contribuir com a compreensão e explicações em relação ao tema.

E quanto a forma de abordagem uma pesquisa qualitativa, tendo em vista que segundo Gil (1996) a interpretação dos dados requer que sejam analisados não só o que é dito pelos sujeitos nas entrevistas, mas também suas reações ao dizer, o modo de reagir e de perceber, ou seja, a subjetividade dos participantes. Permitindo também a compreensão dos detalhes dos dados e informações obtidas em sua complexidade

Para a coleta de dados foi utilizada a técnica de pesquisa qualitativa, do Grupo Focal, que de acordo com Trad (2009), tem por objetivo apreender percepções, sentimentos e opinião dos indivíduos dentro do grupo, proporcionando assim uma compreensão sobre o tema proposto pelo pesquisador. Os questionamentos do Grupo Focal foram elaborados pelo pesquisador com a devida autorização do Comitê de Ética em Pesquisa.

A pesquisa ocorreu em uma cidade do Litoral Leste do estado do Ceará, em escola também do interior, pois a dificuldade de acesso à instituição e o esforço para complementar a carga horária, trabalhando em outras instituições é também um ponto a ser observado, pois o fator ida/volta do trabalho é um dos 21 pontos de estresse (Carlotto *et al.*, 2019). A população foi composta por docentes da Educação Básica da rede de ensino público municipal. O município tem 49 escolas públicas incluindo a Educação Infantil, divididas em cinco polos. A escola onde foi realizada a pesquisa é uma das maiores do polo de número cinco.

Como instrumento complementar foi utilizado o Inventário em Burnout de Maslach (MBI), o qual foi elaborado por Christina Maslach e Susan Jackson em 1978.



Tal instrumento é um dos mais utilizados para avaliar a Síndrome de Burnout, considerando a vivência do trabalho de acordo com as três dimensões que caracterizam a síndrome, a exaustão emocional, baixa realização profissional e despersonalização (Carlotto *et al.*, 2019).

A amostragem foi feita por conveniência, tendo como plano de recrutamento: inicialmente, a escolha dos profissionais para entrevistas, sendo estes homens e mulheres, levando em conta os que trabalharam na escola durante o período da pandemia e serem professores da Educação Básica. A pesquisa foi dividida entre: 1) realização do Grupo Focal utilizando as Perguntas Gerais; e 2) aplicação do questionário, Inventário em Burnout de Maslach (MBI). Estes profissionais são na sua maioria do sexo feminino, sendo adultos na faixa etária entre 25 e 50 anos.

A análise dos dados se deu por meio de uma análise qualitativa, onde as falas e relatos dos educadores, realizadas no grupo focal a respeito do burnout foram transcritas. Os dados obtidos por meio do Inventário serão organizados em gráficos e estes dados e relatos obtidos foram comparados com outros dados obtidos na revisão bibliográfica.

A pesquisa científica seguiu os preceitos éticos obedecendo a Lei de Pesquisa com seres humanos. Para a realização da pesquisa na unidade escolar foi realizado o envio da Carta de Anuência à instituição de ensino, buscando a autorização para a realização. Os participantes que aceitaram participar assinaram em duas vias o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, ficando com uma das cópias. Aos participantes foi esclarecido a possibilidade de desistir de participar em qualquer momento da pesquisa e também solicitar a não divulgação de sua fala sem prejuízos para nenhuma das partes. Foram também adotados codinomes nas transcrições para manter o sigilo e a confidencialidade dos participantes.

Dentre os riscos que envolvem a pesquisa realizada estão: a percepção de questões emocionais que sejam necessárias acompanhamento profissional; suscitar alteração da percepção em relação à satisfação, realização pessoal ou profissional do trabalho. E ainda a ocorrência da quebra de sigilo e a divulgação de informações do grupo focal por parte dos participantes.



Na pesquisa houve também a parceria com assistente social e psicólogo responsáveis pela escola, para que houvesse a observação das demandas e o acompanhamento com os profissionais que fosse necessário.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A realização da pesquisa visou proporcionar a compreensão sobre saúde mental no trabalho, propiciando conhecimento e desenvolvendo conhecimento sobre a área e contribuir para a percepção sobre como estava a saúde mental dos educadores nesse período.

A pesquisa realizada com os profissionais da educação foi composta por 90% de participantes do sexo feminino, tais dados são semelhantes com a literatura que apontam a predominância das mulheres nesse contexto profissional (Carlotto *et al.*, 2019). Em nosso país a maioria dos profissionais da Educação Infantil, Educação Básica I e II são do sexo feminino.

A mudança de ensino presencial para o ensino remoto permitiu a segurança contra a COVID, entretanto a adaptação do ensino não foi padronizada, tendo em vista a rapidez necessária para sua implementação, ocorreu de forma brusca (Barbosa *et al.*, 2022). Podemos observar com a fala do Participante 09 “para mim foi um choque imenso, porque eu não sabia, não estava preparada, não sou boa em tecnologia. Tive que me reinventar, me adaptar, foi mesmo um baque”. Os entrevistados relataram em sua maioria ter dificuldade em lidar com as tecnologias e aplicativos utilizados para dar aula. Dentre os professores, o Participante 05 a esse respeito disse que, “pelo menos para mim foi um período terrível da minha vida que refletiu na minha família, e refletiu na minha vida pessoal, eu não me sentia realizada em nada, foi um período, assim... bem desafiador.”

A pandemia afetou o desempenho profissional dos professores e o aprendizado dos estudantes. Com relação aos estudantes, os impactos são a respeito da ausência da alimentação escolar, prejuízos quanto ao aumento do trabalho doméstico, risco de gravidez precoce, e o ensino aos alunos portadores de necessidades especiais. Tais aspectos afetaram no período de isolamento social diretamente o trabalho do educador (Barbosa *et al.*, 2022). Tinham ainda os casos dos alunos em situação de vulnerabilidade



social que não tinham acesso à internet em suas residências, não tinham a possibilidade de assistir às aulas virtuais. E até mesmo os que tinham a oportunidade de assistir às aulas, não interagiam.

E quando eu peguei uma escola que não sabia nem quem era ninguém, não sabia nem o nome dos alunos direito, não sabia assim... realmente para falar com quem, quem era aquele aluno? Eles não falavam. Com eles era um bem complicado essa turma que eu peguei. Então, foi mais difícil ainda porque eu não sabia nem quem eram os alunos e eles não ligavam a câmera. (Participante 06).

A falta de participação, de contato e interação, segundo os professores participantes gerou um sentimento de insegurança, aliado a dificuldade em lidar com as tecnologias necessárias para ministrar as aulas. Pois no contexto presencial podia chamar o aluno para conversar e compreender suas dificuldades, chamar os responsáveis para contribuir e participar mais ativamente na vida escolar do aluno. Esse período exigiu uma maior participação dos responsáveis na vida escolar dos filhos (Charczuk 2020).

Mas eu não me adaptei, é tanto que eu me sentia triste profundamente todos os dias, para mim era uma dificuldade para que eu fosse para frente do computador para ensinar. Para mim eu estava fazendo uma coisa que não era ensinar, eu não me sentia professora[...] E aquilo dentro de mim não existia mais e não existia mais aquele amor, aquele desejo por ensinar. (Participante 06)

Concordante com esse relato e considerando a participação dos alunos, outro ponto é destacado pelo participante 06, que “quando eu chegava na tela do computador eu dizia “bom dia” e não havia nenhuma resposta. Nós vimos que estavam conectados e eu ficava... Quem está do outro lado? Quem está me assistindo? Porque eles não ligavam a câmera”. A falta de participação dos alunos gerou ainda mais prejuízos, principalmente dificuldade na leitura, escrita e matemática, que irão interferir diretamente no desempenho nas demais disciplinas, a curto e a longo prazo (Barbosa et al., 2022).

As aulas remotas no Ensino Fundamental, devido à dificuldade de acesso, falta de um local apropriado para assistir as aulas e realizar as atividades tornaram-se obstáculos no aprendizado. A participação dos pais no processo de ensino-aprendizagem tornou-se um ponto muito relevante (Charczuk 2020). O participante 06 também aponta que “a aula



era no celular, muito embora muitas vezes a gente tinha alguns relatos de pais que diziam que o aluno nem assistia à aula, ficavam no celular excessivamente”. Na maioria dos casos, os pais, segundo os professores, não cobravam a participação dos alunos nas aulas, deixavam o filho à vontade com o celular sem supervisão.

Comparando com a Educação Infantil os professores realizaram alguns apontamentos. O participante 09 menciona que “na pandemia eu senti uma realidade que eu nunca senti, [...] nunca tive tantas homenagens como eu tive na pandemia, durante 15 anos de ensino, é... eu achei estranho.” Tendo em vista a necessidade da participação mais presente do adulto responsável, a proximidade da realidade propiciou um olhar empático, do esforço profissional e por consequência o reconhecimento desse trabalho (Charczuk 2020).

Os benefícios da participação dos responsáveis são notáveis principalmente no processo de alfabetização. Os professores afirmam que a participação da família é fundamental em todos os períodos escolares, para o desempenho do aluno. No período da pandemia essa participação tornou-se indispensável para o processo de ensino-aprendizagem (Barbosa et al., 2022).

Comigo houve um estreitamento muito grande de laços, assim a gente formou uma grande amizade. Foi até um desafio para elas me ajudar, porque só pelo Meet não dava para gente alfabetizar. No primeiro ano muitos saíram lendo, os poucos que participavam comigo, que realizavam as atividades já saíram lendo. E os que não participavam das atividades em grupo do Meet nem de nada...estão aí, o último resultado não sabe ler, não sabe fazer nada. Não sabe escrever. (Participante 09)

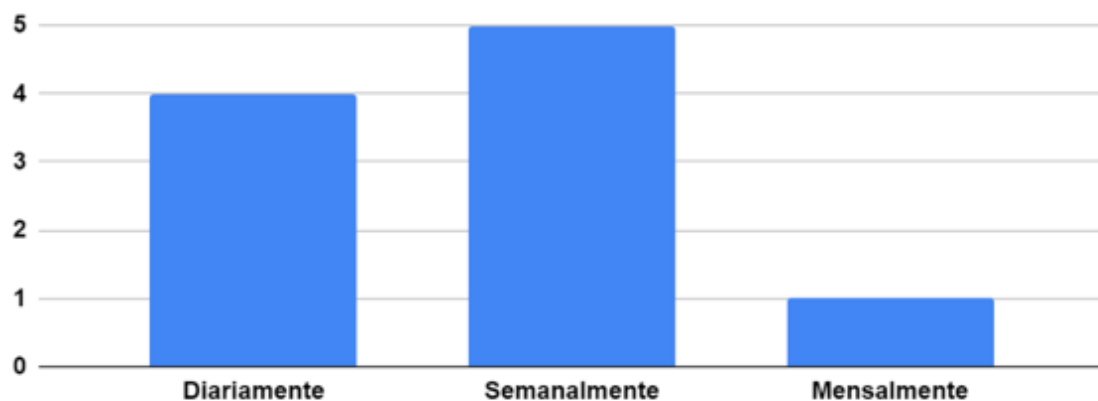
Cabe destacar nessa adaptação a carga horária de trabalho realizada dentro dos lares que ultrapassou muito em relação ao trabalho presencial. Como destaca o participante 05 "não tínhamos hora pra nada, dava 11 horas da noite e tinha mensagem de aluno". A profissão do educador antes mesmo da pandemia já exigia do profissional mais horas de trabalho além da sua remuneração. Tal atitude irá prejudicar tanto a qualidade de vida, quanto o próprio trabalho (Barbosa *et al.*, 2021).



A figura 1 mostra o nível de exaustão física mediante o trabalho, e atrelado a isso nas horas vagas e fins de semana os participantes relatam que esse período se destinava a atividades relacionadas ao trabalho. O participante 08 traz a fala de seus colegas de outras

Figura 1

Sentimento de exaustão ao fim da jornada trabalho.



Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

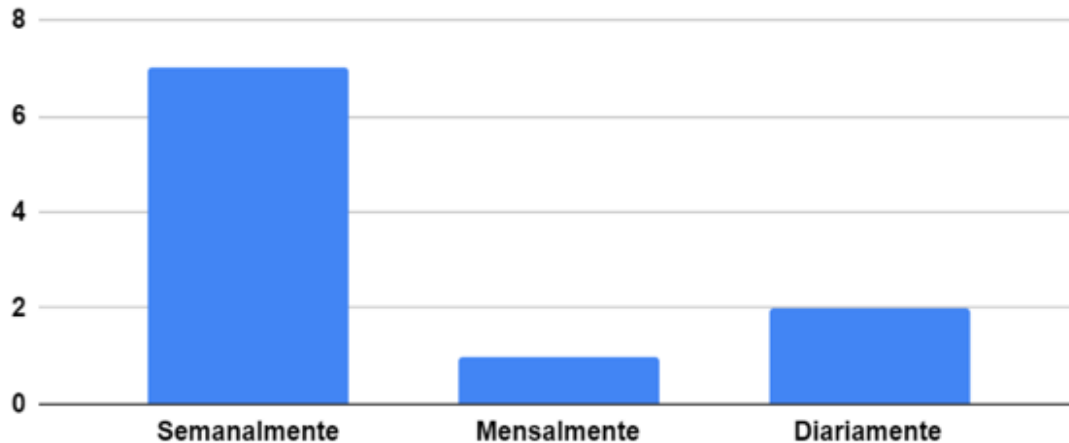
Cabe ressaltar que segundo os entrevistados não houve separação entre vida profissional e pessoal. Durante a coleta de dados foi percebido que o profissional durante o período da pandemia foi afetado por fatores de estresses diversos. O participante 02 relatou que "a gente muitas vezes tinha que preparar uma aula, mas tínhamos uma pessoa doente dentro de casa". Em virtude dos protocolos de isolamento e lockdown as pessoas tiveram de se isolar dentro dos seus domicílios e realizar as atividades de trabalho dentro de seus lares, o que antes já ocorria a atitude de levar o trabalho para casa se tornou obrigatório, demandando ainda mais tempo (BARBOSA *et al.*, 2021).

De acordo com os dados obtidos na aplicação do Inventário em Burnout de Maslach (MBI), podemos observar no gráfico abaixo que 70% dos participantes se sentiram esgotados emocionalmente durante o período da pandemia. Tendo em vista que a profissão já é acompanhada por fatores estressores diversos, e fatores de risco psicossociais (MORENO- JIMENEZ *et al.*, 2004)



Figura 2

Esgotamento emocional em relação ao trabalho.



Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

A família exerce um grande papel quando falamos a respeito da disciplina e organização da sala de aula. O participante 09 relata um desses importantes papéis, o respeito, “se na família eles não têm limites nem respeito, se você não respeita nem seu pai nem sua mãe, escutava muito isso da minha avó, você não respeita mais ninguém.” Esse foi colocado como um dos grandes obstáculos e que tem gerado altos níveis de estresse. Dados anteriores ao período da pandemia já apontavam entre os quatro maiores estressores o mau comportamento dos alunos, o qual supera o valor do salário (VALE *et al.*, 2015). O participante 08 ainda acrescenta que “tem professores que estão quase apanhando dentro de sala e o aluno, ele não quer participar”.

Facci (2019) ao falar a respeito do adoecimento do professor levando em consideração à violência na escola constatou que o que mais contribui para esse adoecimento, são agredidos mediante o desinteresse na transmissão dos conteúdos e principalmente referente ao desrespeito. Os tipos de violência encontrados por Facci (2019) em sua pesquisa foram a violência física entre os alunos, o desrespeito dos alunos frente a cobrança dos professores e a violência verbal.

Nesse íterim a saúde mental desses profissionais ficou, de acordo com o participante 10 "afetada, né? Defasada". O participante 01, a respeito do que passou



durante esse período sentiu “umas mudanças de humor repentinas... Eu tiro por mim, às vezes a gente tá com gás todo e de repente a gente se desmotiva, desmorona, não sabe o que tá acontecendo, fica triste sem saber e fica feliz sem saber.” A desmotivação é um dos possíveis resultados dos níveis elevados de estresse (VALE *et al.*, 2015).

Dentre os professores, o participante 08 se aprofundou mais a respeito da temática da saúde mental no que se refere à percepção do contexto da pandemia e o cuidado com a saúde mental no período da pandemia.

"[...], mas eu vejo ainda muitas lacunas quando se fala da saúde mental do professor [...] a gente ficava cada vez mais impactado, muitos adoeceram e ainda estão doentes, certo? Estão aí enfrentando medicação, estão enfrentando transtorno mesmo. O que vai ser desses profissionais? Nós chegaremos a nos aposentar? A uma aposentadoria de forma saudável e equilibrada? Não digo nem saudável, pelo menos equilibrada. Ou se a gente não vai chegar nem a esse patamar [...]." (Participante 08)

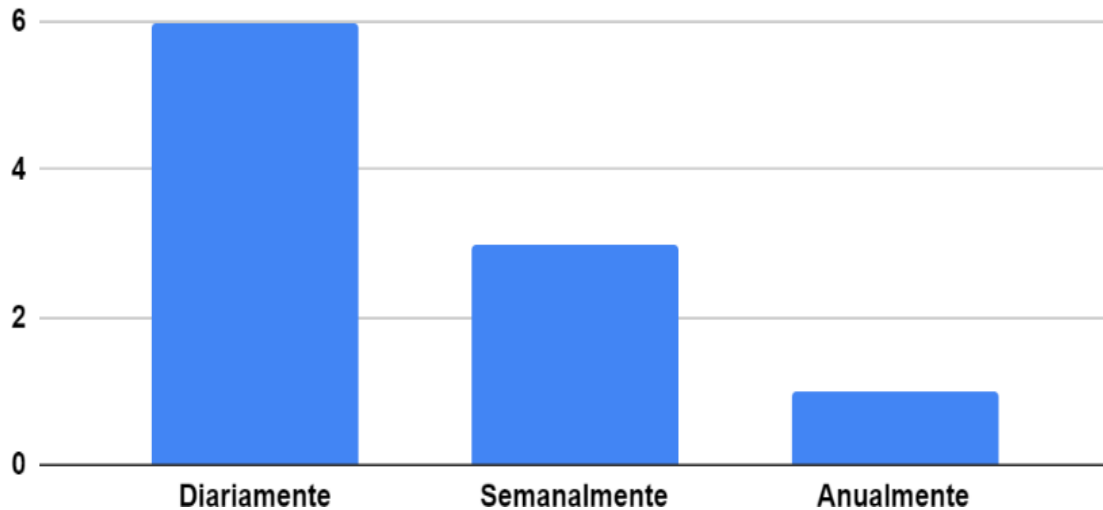
Na figura abaixo podemos observar outra informação importante, de acordo com os participantes, a maioria costuma tratar diariamente as pessoas ao seu redor como sendo da família, alunos, funcionários, dentre outros. Em relação ao vínculo entre professor e aluno quando ocorre uma relação harmoniosa, irá promover um bem-estar, tendo em vista que o período maior dentro da escola se passa com o aluno. Quando essa relação é conflituosa, ao tratar os alunos como se fossem filhos e ainda os problemas destes que estão fora de alcance, serão afetados professores e alunos, podendo interferir no rendimento destes dentro de sala de aula, propiciando a sensação de frustração, angústia e desgaste mental no professor (CARLOTTO; CÂMARA; OLIVEIRA, 2019).

Tenho qualidade de mim e também é um defeito de ser... De estar envolvida na comunidade e me envolver com os problemas deles, eu os considero como meus [...]às vezes algumas famílias interpretam diferente, mas eu gosto mesmo. Eu acho um pouco ruim, o bom é quando você trabalha e consegue separar. Morando numa comunidade trabalhando em outra, porque eu me envolvo demais, eu estou ali fora da calçada, aí vejo os meninos brincando e já quero dizer alguma coisa, aí minha filha diz: “mamãe a senhora não está na escola”. Não, mas eles podem se machucar. Aí eu vejo isso como um defeito. (Participante 03)



Figura 3

Trato algumas pessoas como familiares.



Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

Outro ponto relevante é o deslocamento para o trabalho comparado aos profissionais que residem próximos à escola. A hipótese inicial era que os profissionais que têm de se deslocar de outros municípios teriam níveis de estresse mais elevados. Mas em concordância com dados coletados em pesquisas mais amplas observa-se que o deslocamento ida/volta do trabalho tem baixos índices em comparação com outros estressores ocupacionais (Carlotto *et al*, 2019).

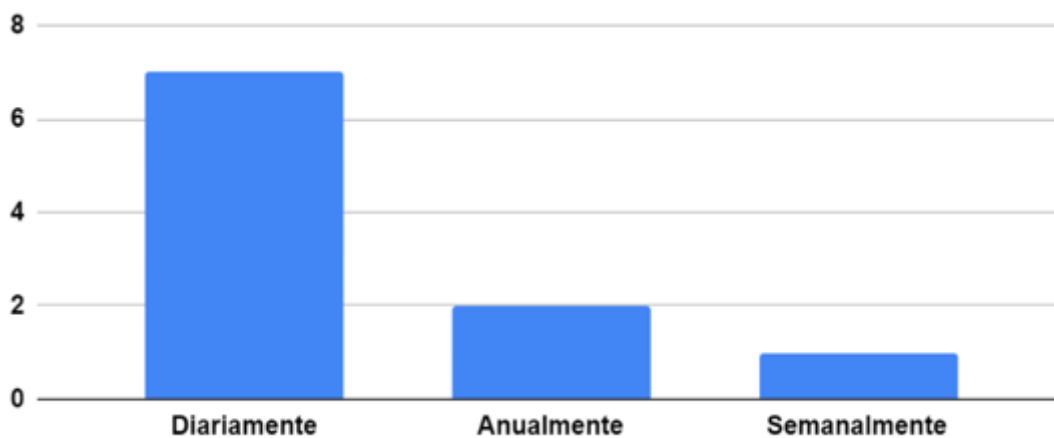
[...]o deslocamento, esse fluxo, é uma forma... não deixa de ser uma forma da gente esquecer situações. A gente vem carregados com tantos problemas, com tantas coisas e quando a gente entra em sala de aula a gente esquece isso é de certa forma é até positivo para gente no sentido de que da gente não internalizar somente coisas negativas ou então só problemas.[...] você às vezes recebe um bom dia um olhar alguma palavra de um aluno que aquilo, aquilo dali te deixa motivado a continuar, a pensar que os problemas existem, mas a gente tem que ter força para poder superar porque se essa força ela não vem, de forma íntima, ela não vem de você infelizmente não é de fora que a gente vai começar a construir [...]mas é como eu digo não deixa de ser uma terapia no sentido de que a gente tem a oportunidade de conviver com várias pessoas. (Participante 08)



Na pesquisa realizada os participantes que residiam na localidade apresentaram níveis de estresse mais elevados. Podemos observar no gráfico abaixo, a responsabilidade auto imposta de se ser uma referência para as pessoas com quem lidam é sentida diariamente por 70% dos entrevistados.

Figura 4

Sentimento de ser uma referência para as pessoas que lida diariamente.



Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

Outra questão em relação a um apontamento dos professores é o horário de planejamento que foi reduzido. Quando questionados sobre continuar a estudar para aperfeiçoar a prática profissional o participante 09 disse que “eu pensava em fazer outra pós, uma área que eu gosto que é alfabetização. Esse ano eu ia entrando, mas quer saber de uma coisa, de noite eu já faço meu planejamento, eu vou fazer que horas as atividades desta pós-graduação?”. A profissão docente em sua organização, feita pelo próprio profissional requer muito tempo para sua execução, utilizando-se do tempo de lazer, fins de semana, período noturno e até mesmo o tempo necessário para a qualificação e atualização profissional (Meira *et al.*, 2014).

Eu tinha até uma frase que utilizava muito, de nunca desistir, Ave Maria eu nunca entrava numa coisa para eu desistir no meio do caminho, nunca, mas na pandemia eu passei por isso e eu desisti. Fiz uma especialização e hoje eu não me vejo com condições de voltar, eu não me vejo assim com o tempo, de sentar e estudar que realmente voltar aqueles estudos, parece que não faz parte mais de mim não dá



mais para o meu psicológico. Eu não me sinto capaz para isso. Nem penso, não vou dizer que penso. (Participante 06)

A vida pessoal é a mais afetada nesse processo, a relação com a família e a vida social do profissional em virtude do pouco tempo disponível para o lazer acaba sendo sacrificada mediante a cobrança do próprio profissional por resultados, como também da própria sociedade (Benevides-pereira, 2012).

Eu me cobro muito porque às vezes eu olho, de vez em quando que não tem o tempo para brincar com os meus filhos, de ficar com eles, fazer coisas realmente que eles gostariam que eu fizesse. E eu não tenho esse tempo. Eu chego em casa e corro para o lado e corro para outro e ajeito uma coisa e outra. Minha vida é assim uma correria [...] vivendo nesse ritmo acelerado direto. (Participante 06)

A necessidade de organizar melhor o tempo é sentida pelos entrevistados. Organizar o tempo de trabalho no decorrer da semana para poder usufruir melhor o fim de semana, participar de atividades prazerosas, se desligar totalmente do trabalho ao chegar em casa e buscar se engajar em atividades religiosas são apontados por Souza (2018) como estratégias para amenizar o estresse e aliviar tensões do trabalho.

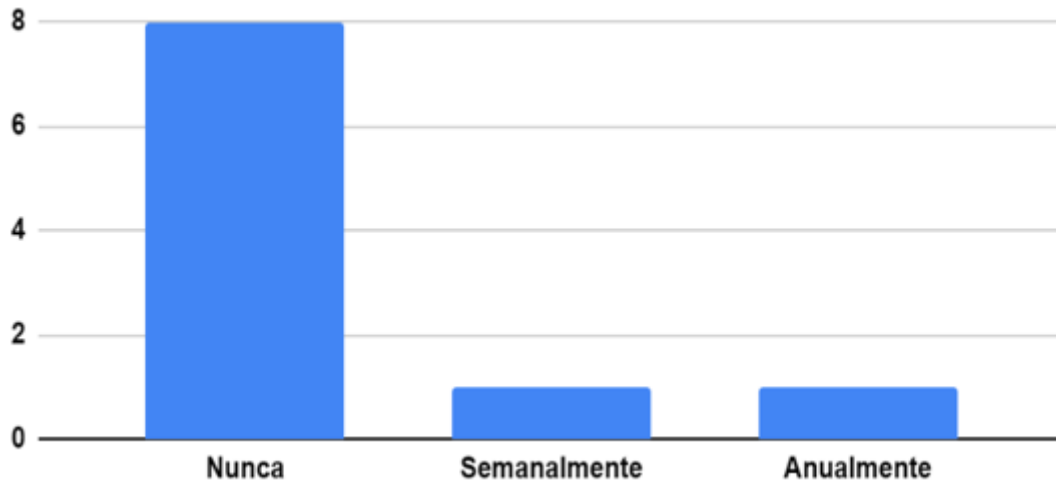
[...] essa questão realmente de você organizar seu tempo é complicada, essa questão de prioridade. Quando se fala da questão de cobrança de família, cobrança pessoal também é muito importante que a gente tente ir se adaptando porque se a gente não se adaptar a gente enlouquece, porque nós ficamos doentes. Por que o professor é um dos que levam muito trabalho para casa, o professor que realmente faz o seu trabalho leva muito trabalho para casa [...]. (Participante 03)

Foi percebido durante a aplicação do Inventário que os participantes, mesmo com os níveis de estresse em relação ao período, ainda tinham um olhar positivo sobre a profissão, acreditam no trabalho que estão desempenhando, mesmo com os diversos obstáculos vivenciados 80% dos professores afirmaram nunca ter tido a sensação de não acreditar na profissão que estava exercendo.



Figura 5

Sentimento de não acreditar mais na profissão que exerce.



Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

Quando questionados a respeito do comparativo entre os alunos antes da pandemia, os participantes foram quase unânimes. Gatti (2020) ao realizar considerações a respeito da reconfiguração dos modelos de ensino-aprendizagem no contexto pós-pandemia fala a respeito da dificuldade de atenção e concentração durante o período remoto. De acordo com os professores essa dificuldade ainda persiste na volta para o ensino presencial.

Não estou sentindo mais como eram antes, que a gente dava nossa aula. Tinha dificuldade como sempre vai ter, mas que aqui e acolá algum prestava atenção e dizia: “não tia a senhora estava falando não sei o quê”, interagia, mas agora não, agora parece que eles estão aqui com a gente, mas ao mesmo tempo em outro lugar, sabe pelo menos aqui na escola [...] estou aqui dando a aula, quando termina de explicar, todo mundo assim... Gente o que foi que eu falei? Aí eu fico me questionando. Valha, eu não estou ensinando mais? Será que não estou ensinando direito? Eu senti isso... Como é que se diz? A questão do celular, eles ficaram mais dispersos[...] (Participante 06).

O trabalho remoto afetou diretamente a saúde mental dos docentes, estudos realizados por Pinho (2021), em relação a saúde mental dos profissionais do sexo feminino foi encontrado que 53,7% tiveram crises ansiosas durante o período remoto, 78,0% apresentaram mau humor, 69,0% outros transtornos mentais e 84,6% tiveram problemas



em relação ao sono. Desse modo, sugere-se ainda mais estudos a respeito da temática, abrangendo os diferentes gêneros sexuais, faixas etárias e níveis de ensino para identificar os impactos emocionais. Todavia, percebe-se que esse período atuou como fator que desencadeou o aumento de problemas emocionais nos docentes.

5 CONCLUSÃO

Este trabalho realizou uma pesquisa a respeito do processo de adoecimento mental de profissionais da educação durante o período da pandemia da COVID-19 em relação a adaptação das metodologias de ensino.

Em relação às características que definem o Burnout foi percebido nesse período por meio da aplicação do Inventário em Burnout de Maslach, níveis que demandam atenção. Tendo em vista que o Inventário não substitui um diagnóstico, foi ressaltado a importância da busca ao profissional especializado para os participantes que obtiveram valores elevados.

A saúde mental dos educadores, de acordo com os participantes, é um ponto que ainda requer mais investimentos e políticas públicas. Eles ainda levantaram o ponto que muitos colegas estão sob o uso de medicações para conseguir trabalhar, enquanto outros desistiram de lecionar.

Desse modo, analisar o adoecimento profissional mediante a adaptação do ensino no período da pandemia realizando comparações dos dados obtidos com a literatura e produções acadêmicas atuais foi um desafio, em virtude de ser um acontecimento ainda recente e estudos ainda estarem em desenvolvimento. Durante o período, em relação ao Burnout são encontrados quantitativos maiores sobre profissionais da saúde. O efeito do impacto da pandemia no contexto educacional a longo prazo ainda tem efeitos desconhecidos em virtude da escassez de estudos no contexto brasileiro. E também a longo prazo a qualidade do ensino poderá afetar diretamente na qualidade da saúde mental dos profissionais da educação.

Sugere-se futuras pesquisas em campo a respeito da temática da educação, a respeito do impacto a curto, médio e longo prazo do período de ensino remoto durante a pandemia no desenvolvimento escolar e na saúde mental dos professores. Pesquisas a



respeito da adaptação das metodologias de ensino, os aspectos positivos que podem ser aperfeiçoados, no uso das tecnologias dentro de sala de aula, tendo em vista que a utilização dessas tecnologias aconteceu de modo repentino, sem formação e preparo.

Estudos em campo sobre as políticas públicas voltadas à saúde mental do educador buscando práticas adotadas em diferentes cidades que possam ser divulgadas e contribuir para a saúde mental de nosso país como um todo.



REFERÊNCIAS

- Barbosa, A. L. de A., Anjos, A. B. L. dos, & Azoni, C. A. S. (2022). Impactos na aprendizagem de estudantes da educação básica durante o isolamento físico social pela pandemia do COVID-19. *CoDAS*, 34(4), e20210188. <https://www.scielo.br/j/codas/a/dx3cPQjhMH4kWm4yB3yrtgp/?lang=pt>
- Barbosa, A., et al. (2021). Tempo de trabalho e de ensino: composição da jornada de trabalho dos professores paulistas. *Educação e Pesquisa*, 47, e237249. <https://www.scielo.br/j/ep/a/CKkcb8c8Jt4wNwhvVsqSptm/?lang=pt>
- Batista, J. B. V., et al. (2010). Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 13(3), 502–512. <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/74MV3CfF8g6vSHjWMQJFqkp/?lang=pt>
- Benevides-Pereira, A. M. T. (2012). Considerações sobre a síndrome de burnout e seu impacto no ensino. *Boletim de Psicologia*, 62(137), 155–168. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432012000200005&lng=pt&nrm=iso
- Brasil. Conselho Nacional de Educação. (2002). *Dá nova redação ao Parecer CNE/CP 21/2001, que estabelece a duração e a carga horária dos cursos de Formação de Professores da Educação Básica, em nível superior, curso de licenciatura, de graduação plena. Parecer CNE/CP nº 28, de 2 de outubro de 2001. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, 18 de janeiro de 2002, Seção 1, p. 31.*
- Carlotto, M. S., Câmara, S. G., & Oliveira, M. E. T. de. (2019). Intenção de abandono profissional entre professores: o papel dos estressores ocupacionais. *Revista Brasileira de Educação*, 24, e240012. <https://www.scielo.br/j/rbedu/a/DZSwRFhNwVZgJD5mYcFR5gQ/?lang=pt>
- Charczuk, S. B. (2020). Sustentar a transferência no ensino remoto: docência em tempos de pandemia. *Educação & Realidade*, 45(4), e105632. <https://www.scielo.br/j/edreal/a/S7dGKjBx7Ch4FxCwVc93pVg/?lang=pt>
- Diehl, L., & Marin, A. H. (2016). Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 7(2), 64–85. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072016000200005&lng=pt&nrm=iso
- Facci, M. G. D. (2019). O adoecimento do professor frente à violência na escola. *Fractal: Revista de Psicologia*, 31(2), 130–142. <https://periodicos.uff.br/fractal/article/view/5647>



- Gatti, B. A. (2020). Possível reconfiguração dos modelos educacionais pós-pandemia. *Estudos Avançados*, 34(100), 29–41. <https://www.scielo.br/j/ea/a/7M6bwtNMMyv7BqzDfKHFqxjh/?lang=pt>
- Gil, A. C. (1996). *Como elaborar projetos de pesquisa* (4th ed.). Atlas.
- Governo brasileiro fracassa na resposta a emergência educacional. (2021). Todos pela Educação. <https://todospelaeducacao.org.br/noticias/governo-brasileiro-fracassa-na-resposta-a-emergencia-educacional/>
- Meira, T. R. M., et al. (2014). Percepções de professores sobre trabalho docente e repercussões sobre sua saúde. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, 27(2), 276–282. <http://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/2595/pdf>
- Ministério da Saúde do Brasil, & Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil. (2001). *Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde*. Ministério da Saúde do Brasil.
- Moreno-Jiménez, B., et al. (2002). A avaliação do Burnout em professores. Comparação de instrumentos: CBP-R e MBI-ED. *Psicologia em Estudo*, 7(1), 11–19. <https://www.scielo.br/j/pe/a/BJRWs9FSj8fN4KGjGt4wszt/?lang=pt>
- Nascimento, K. B. do, & Seixas, C. E. (2020). O adoecimento do professor da Educação Básica no Brasil: apontamentos da última década de pesquisas. *Revista Educação Pública*, 20(36). <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/20/36/josepho-adoecimento-do-professor-da-educacao-basica-no-brasil-apontamentos-da->
- Nascimento, P. M., et al. (2020). Acesso domiciliar à internet e ensino remoto durante a pandemia. Ipea. <http://repositorio.ipea.gov.br/handle/11058/10228>
- Organização Mundial da Saúde, & Organização Pan-Americana da Saúde. (2020). *Folha informativa - COVID-19 (doença causada pelo novo coronavírus)*. https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875
- Perniciotti, P., et al. (2020). Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. *Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar*, 23(1), 35–52. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-8582020000100005&lng=pt&nrm=iso
- Pinho, P. de S., et al. (2021). Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da Covid-19. *Trabalho, Educação e Saúde*, 19, e00322154. <https://www.scielo.br/j/tes/a/fWjNP9QqhbGQ3GH3L6rjswv/?lang=pt>



- Santos, K. da S., et al. (2020). O uso de triangulação múltipla como estratégia de validação em um estudo qualitativo. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(2), 655–664. <https://www.scielo.br/j/csc/a/kvr3D7Q3vsYjrFGLNprptS/?lang=pt>
- Secretaria Estadual de Saúde do Ceará. (2020). Decreto 33.510 - Decreta Situação de Emergência em Saúde e dispõe sobre as Medidas Para Enfrentamento E Contenção Da Infecção Humana Pelo Novo Coronavírus. Diário Oficial do Estado, 16 de março de 2020. Fortaleza: Governo do Estado do Ceará.
- Souza, F. V. P. (2018). Adoecimento mental e o trabalho do professor: um estudo de caso na rede pública de ensino. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 21(2), 103–117. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-37172018000200001&lng=pt&nrm=iso
- Trad, L. A. B. (2009). Grupos focais: conceitos, procedimentos e reflexões baseadas em experiências com o uso da técnica em pesquisas de saúde. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 19(3), 777–796. <https://www.scielo.br/j/physis/a/gGZ7wXtGXqDHNCHv7gm3srw/?lang=pt>
- Vale, S. F. do, Maciel, R. H., & Carlotto, M. S. (2015). Propriedades psicométricas da escala de percepção de estressores ocupacionais dos professores (EPEOP). *Psicologia Escolar e Educacional*, 19(3), 575–583. <https://www.scielo.br/j/pee/a/s3jvtDB8jGWkDzT4g5m96SL/?lang=pt>