

## SAÚDE MENTAL DOS DOCENTES DURANTE O PERÍODO DA PANDEMIA COVID-19

Vythória Duarte Wagner<sup>1</sup>  
Zuleika Leonora Schmidt Costa<sup>2</sup>

**Resumo:** Este estudo teve como objetivo realizar uma revisão da literatura narrativa sobre a Saúde Mental dos docentes durante o período da Pandemia, no qual foi realizado um levantamento bibliográfico exploratório nas seguintes bases eletrônicas: Google Acadêmico; Biblioteca eletrônica Scielo; Biblioteca virtual de saúde Pepsic bvsalud.org; autores de artigos científicos e livros. O problema de pesquisa buscou identificar a saúde mental dos docentes durante o período da pandemia. Concluiu-se que os docentes necessitam de apoio multidisciplinar destacando-se por já ser uma profissão que acarreta estresse e cansaço, com a Pandemia os desafios vividos tiveram um impacto significativo na vida dos mesmos.

**Palavras-chave:** Saúde Mental dos Docentes na Pandemia. Fatores de Risco durante a Pandemia no Trabalho dos Docentes. Esgotamento Profissional no exercício da Atividade Docente.

**Abstract:** *This study aimed to carry out a review of the narrative literature on the Mental Health of teachers during the Pandemic period, in which an exploratory bibliographic survey was carried out in the following electronic databases: Google Scholar; Scielo electronic library; Pepsic Virtual Health Library bvsalud.org; authors of scientific articles and books. The research problem sought to identify the mental health of teachers during the pandemic period. It was concluded that teachers need multidisciplinary support, standing out because it is already a profession that causes stress and fatigue, with the Pandemic the challenges experienced had a significant impact on their lives.*

**Keywords:** *Mental Health of Teachers in te Pandemic. Risk Factors during the Pandemic in Teachers' Work. Professional Exhaustion in the Teaching Activity.*

### Introdução

Atualmente, muito se tem discutido sobre a saúde mental dos docentes, pois durante o período da Pandemia é possível perceber que a grande maioria

<sup>1</sup> Graduada em Psicologia - UNICNEC

<sup>2</sup> Professora orientadora - UNICNEC.

deste público vem adoecendo mentalmente no exercício de suas funções, ou seja, tornou-se visível e discutido que os docentes estavam vivenciando inúmeras dificuldades nesse momento de preocupação mundial.

A pandemia trouxe um período muito difícil onde os docentes tiveram que se reinventar e aprender a conviver de maneira remota e com muitas “perdas”, tanto no profissional quanto em alguns casos no pessoal, como amigos, familiares e conhecidos.

Considerando que os docentes passaram a demonstrar um adoecimento mental por diversos fatores: estresse, cansaço, ansiedade, desvalorização, medo, frustrações etc., estabeleceram o presente estudo que visão discutir a temática posta em questão.

Diante dessa preocupação percebe-se que os docentes necessitam de uma escuta qualificada para tratar sua saúde mental que está pedindo socorro. Sabemos que ainda há uma precariedade de profissionais no ambiente escolar e que não tem um apoio multidisciplinar<sup>3</sup> para amparar os docentes em suas demandas/necessidades.

É nesse cenário que nos questionamos: Por que os docentes estão adoecendo no âmbito escolar? E como está a saúde emocional dos docentes no retorno presencial das aulas neste período de pandemia? Essas perguntas são questões que nos fazem refletir e nos instiga a realizar uma revisão bibliográfica sobre a saúde mental dos docentes durante o período da Pandemia, apresentando novos conhecimentos sobre esse assunto.

Nesse contexto, a proposta de trabalho visa apresentar conceitos, argumentos e posicionamentos, baseando-se em artigos e obras bibliográficas Com autores como: Nóvoa, Alvim (2021); Freud (1970/1996); Lacerda e Junior (2021); entre outros, para obter respostas as perguntas tão pertinentes nos dias atuais.

---

<sup>3</sup> No que refere-se a equipe multidisciplinar destacamos a inserção de outros profissionais de apoio no espaço escolar, com foco neste trabalho para a atuação do profissional psicólogo(a).

Por isso, esse estudo baseia-se nessa pesquisa bibliográfica, no qual através de uma revisão sobre a saúde mental dos docentes explanarei novos conhecimentos sobre esse assunto.

### **Objetivo**

A presente pesquisa tem por objetivo compreender sobre a saúde mental dos docentes durante o período da pandemia Covid-19 que se mostrou debilitada com o que foi vivenciado e estamos vivenciando concernente a pandemia (Covid-19). Busca-se identificar os desafios da educação sobre novas práticas, sobrecarregados pelo ensino remoto, cobrança por produtividade, estresse, ansiedade e preocupação a respeito da reabertura segura das escolas em momento delicado e vulnerável. Todos esses fatores podem desencadear um estresse ocupacional decorrente da dificuldade do indivíduo em atender as demandas do seu trabalho, correndo risco de desenvolver a Síndrome de Burnout nos docentes podendo haver grandes impactos na saúde mental.

Os professores precisam cuidar, mas também necessitam de cuidados, podemos indagar onde está a Psicologia escolar e Apoio Multidisciplinar no meio da pandemia?

Assim a pesquisa está centrada em identificar e mapear fatores que ilustrem os cuidados com a saúde mental dos docentes, relacionando com o risco da defasagem escolar pós-pandemia.

### **Metodologia**

Trata-se de um estudo de revisão narrativa da literatura de estudos qualitativos. A pesquisa foi realizada durante os meses de agosto a outubro de 2022, com recorte temporal entre os anos 2019 a 2022.

A revisão da literatura narrativa, quando comparada à revisão sistemática, apresenta uma temática mais aberta; dificilmente parte de uma questão específica bem definida, não exigindo um protocolo rígido para sua confecção;

a busca das fontes não é pré-determinada e específica, sendo frequentemente menos abrangente. “A seleção dos artigos é arbitrária, provendo o autor de informações sujeitas a viés de seleção, com grande interferência da percepção subjetiva”. (CORDEIRO et. al. 2007, p.428).

Realizou-se uma busca bibliográfica exploratória nas seguintes bases eletrônicas: Google Acadêmico (<https://scholar.google.com.br>), Biblioteca eletrônica Scielo ([www.scielo.org](http://www.scielo.org)), Biblioteca virtual de saúde (<http://pepsic.bvsalud.org/>), autores especializados através de artigos científicos e revistas especializadas, para o embasamento crítico da proposta de revisão. Estabeleceram-se dois critérios para refinar os resultados: Por primeiro, uma análise preliminar do material bibliográfico foi feita através de leitura exploratória do resumo de cada artigo que definiu quais textos se enquadravam na temática saúde mental dos docentes durante a Pandemia Covid-19. Em segundo, uma leitura completa dos artigos selecionados buscou localizar informações relacionadas ao objetivo deste estudo. Foram utilizados, como critérios de inclusão, estudos qualitativos, sendo artigos de revisão, dissertações entre os anos de 2019 a 2022 e livros, que fossem publicados em português e estivessem disponíveis na íntegra atendendo à temática relacionada à pesquisa.

Foram utilizados os descritores: (1) Saúde Mental dos Docentes na Pandemia (2) Fatores de Riscos durante a Pandemia no Trabalho dos Docentes (3) Esgotamento Profissional no exercício da atividade Docente.

Como critérios de exclusão, foram utilizados estudos de revisão, estudos de reflexão, relatos de experiências, teses e dissertações, manuais, livros e artigos que não estavam disponibilizados na íntegra e/ou referiam-se a outras categorias de profissionais. Para a captação das publicações selecionadas, foram utilizados os links disponíveis diretamente nas bases de dados e no portal em que o artigo foi publicado.

## Resultados e Discussão

A busca inicial da palavra chave **“Saúde Mental dos Docentes na Pandemia”** localizou na Base de Dados do Google Acadêmico 381 resultados, na Base de Dados SCIELO 11, na Base de Dados PEPSIC 0. A busca pelo termo **“Fatores de Risco durante a Pandemia no Trabalho dos Docentes”** localizou no Google Acadêmico 1.290 resultados, SCIELO 1 e PEPSIC 0. O termo **“Esgotamento Profissional no exercício da Atividade Docente”** encontrou no Google Acadêmico 209 resultados, SCIELO 0 e PEPSIC 3, cabe ressaltar que alguns artigos se repetiam e ambos os termos foram buscados com os filtros de tipo de artigo e ano temporal indicado. Foi utilizado um número maior de palavras chaves, devido à dificuldade em encontrar artigos relacionados à temática específica. Assim, após leituras e análise, 14 artigos foram escolhidos, sendo 10 do Google Acadêmico, 4 da SCIELO e 5 livros digitais. Para a análise e interpretação dos artigos selecionados, foi utilizado o conteúdo da temática.

Os demais artigos que foram descartados abordavam a saúde mental durante a pandemia, porém em outras categorias: alunos; médicos; enfermeiros; e equipes de enfermagem ou relacionados a outros assuntos que não se encaixavam na temática da pesquisa.

A partir da análise das 19 publicações selecionadas, observou-se que grande parte dos artigos é de abordagem qualitativa, de modo que a maioria pertencente à categoria artigo de revisão e dissertação. As categorias profissionais mais investigadas são as de professores e profissionais da saúde, destaca-se que a maior parte das produções é recorrente da área da Psicologia e as publicações datam dos anos de 2019 (0 publicações), 2020 (5 publicações), 2021 (7 publicações), 2022 (4 publicações), 2006 (publicado) Livro, autor: José Carlos Libâneo; 1996 (publicado) Livro, autor: Dr. Sigmund Freud; 2010 (publicado) Artigo, autores: Ana Lúcia Pellegrini Pessoa dos Reis, Sônia Regina Pereira Fernandes, Almira Ferraz Gomes.

**Tabela 1.** Artigos utilizados para fundamentação teórica do presente artigo.

Artigos utilizados	Plataforma	Palavra de Busca	Link do Artigo:	Autores
Saúde psicológica docente em tempos de pandemia: uma breve revisão de literatura	Google Acadêmico	Saúde Mental dos Docentes na Pandemia	<a href="https://downloads.editoracientifica.com.br/article/s/220207881.pdf">https://downloads.editoracientifica.com.br/article/s/220207881.pdf</a>	Francisco Alex Rodrigues, Maria Socorro da Silva Pereira Amando, Sara Paixão da Silva, Marianne Louise Marinho Mendes.
O Impacto da Pandemia por Covid-19 na Saúde Mental dos Professores: Revisão Sistemática da Literatura	Google Acadêmico	Saúde Mental dos Docentes na Pandemia	<a href="https://tcc.fps.edu.br/bitstream/fpsrepo/1158/1/O%20Impacto%20da%20Pandemia%20por%20Covid-19%20na%20Sa%c3%bade%20Mental%20dos%20Professores_Revis%c3%a3o%20Sistem%c3%a1tica%20da%20Literatura.pdf">https://tcc.fps.edu.br/bitstream/fpsrepo/1158/1/O%20Impacto%20da%20Pandemia%20por%20Covid-19%20na%20Sa%c3%bade%20Mental%20dos%20Professores_Revis%c3%a3o%20Sistem%c3%a1tica%20da%20Literatura.pdf</a>	Maria Eduarda Iglésias Berardo de Souza, Nathaly Maria Ferreira Novaes, Bianca Berardo Pessoa Zirpoli.
Desafios e efeitos do ensino remoto emergencial na educação superior durante a pandemia de covid-19: uma revisão sistemática da literatura	Google Acadêmico	Saúde Mental dos Docentes na Pandemia	<a href="https://repositorio.ifrj.edu.br/xmlui/bitstream/handle/20.500.12083/135/SAMUELLE%20NEVES%20GOMES%20WILLIAMES.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">https://repositorio.ifrj.edu.br/xmlui/bitstream/handle/20.500.12083/135/SAMUELLE%20NEVES%20GOMES%20WILLIAMES.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y</a>	Samuelle Neves Gomes Williames, Evelyn Morgan Monteiro, Fábio Contrera Xavier.
Relação entre saúde emocional e qualidade de vida no trabalho de professores universitários: revisão da literatura	Google Acadêmico	Fatores de Risco durante a Pandemia no Trabalho dos Docentes	<a href="https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/17756/14399">https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/17756/14399</a>	Evelyn Schulz Pignatti, Catarina Maria Gomes Duarte da Silva.

Saúde mental dos professores de ensino superior: uma revisão da literatura	Google Acadêmico	Fatores de Risco durante a Pandemia no Trabalho dos Docentes	file:///C:/Users/Windows/Downloads/Sa%C3%BAde+mental+dos+professores+de+ensino+superior+uma+revis%C3%A3o+da+literatura.pdf	Ana Paula de Araujo Fernandes, Paulo Roberto Ribeiro Marinho, Maria Luiza Gava Schmidt.
Professorado, autocuidado e impactos da pandemia da Covid-19 no contexto da educação superior: um estudo de revisão	Google Acadêmico	Fatores de Risco durante a Pandemia no Trabalho dos Docentes	<a href="https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/220308343.pdf">https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/220308343.pdf</a>	Ana Paula Barbosa Silvestre, Braulley Joseph Freire Santos, Renata Louise Ferreira Lemos, Marianne Louise Marinho Mendes.
ESTRESSE OCUPACIONAL, SÍNDROME DE BURNOUTE DOCÊNCIA UNIVERSITÁRIA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA PRODUÇÃO ACADÊMICO-CIENTÍFICA BRASILEIRA	Google Acadêmico	Esgotamento Profissional no exercício da Atividade Docente	<a href="https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/14007/20574">https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/14007/20574</a>	Luciana Luiz de Souza, Aline Venceslau Vieira de Lima.
A psicologia na escola, uma ação de saúde mental para o corpo docente: uma revisão bibliográfica	Google Acadêmico	Esgotamento Profissional no exercício da Atividade Docente	<a href="https://acervomais.com.br/index.php/saude/articloe/view/4559/2816">https://acervomais.com.br/index.php/saude/articloe/view/4559/2816</a>	Caroline Fardin Araujo, Liana Regina Lima Silva, Naiara Henrique Lima Faro, Evan Pereira Barreto, Aline Batista Pacheco Reis, Valdete Leonídio Pereira, Vânia Rocha Jordão, Sandra Ferreira Paz, Edna Maria de Oliveira Honório, Sandra Pacheco Benevides.

SÍNDROME DE BURNOUT E O TRABALHO DOCENTE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA	Google Acadêmico	Esgotamento Profissional no exercício da Atividade Docente	file:///C:/Users/Windows/Downloads/747-1589-1-SM.pdf	Priscila Stasiak, Bruno Pedroso, Miguel Archanjo de Freitas Júnior, Gonçalo Cassins Moreira do Carmo, Cristina Ide Fujinaga.
Covid-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários	Biblioteca eletrônica Scielo	Saúde Mental dos Docentes na Pandemia	<a href="https://www.scielo.br/j/rb-smi/a/b3TVbVHcCZRxkVZPFPK6PHF/?lang=pt">https://www.scielo.br/j/rb-smi/a/b3TVbVHcCZRxkVZPFPK6PHF/?lang=pt</a>	Geórgia Maria Ricardo Félix dos Santos, Maria Elaine da Silva, Bernardo do Rego Belmonte.
Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da Covid-19	Biblioteca eletrônica Scielo	Saúde Mental dos Docentes na Pandemia	<a href="https://www.scielo.br/j/te-s/a/fWjNP9QqhbGQ3GH3L6rjswv/?lang=pt">https://www.scielo.br/j/te-s/a/fWjNP9QqhbGQ3GH3L6rjswv/?lang=pt</a>	Paloma de Sousa Pinho, Aline Macedo Carvalho Freitas, Mariana de Castro Brandão Cardoso, Jéssica Silva da Silva, Lívia Ferreira Reis, Caio Feliipe Dias Muniz, Tânia Maria de Araújo.
OS PROFESSORES DEPOIS DA PANDEMIA	Biblioteca eletrônica Scielo	Saúde Mental dos Docentes na Pandemia	<a href="https://www.scielo.br/j/es/a/mvX3xShv5C7dsMTLKTS75PB/">https://www.scielo.br/j/es/a/mvX3xShv5C7dsMTLKTS75PB/</a>	António Nóvoa, Yara Cristina Alvim.
A história, autores e atores: compreensão do mundo, educação e cidadania	Livro Digital	Saúde Mental dos Docentes na Pandemia	<a href="https://imprensa.ufc.br/pt/a-historia-autores-e-atores-compreensao-do-mundo-educacao-e-cidadania/">https://imprensa.ufc.br/pt/a-historia-autores-e-atores-compreensao-do-mundo-educacao-e-cidadania/</a>	Rui Martinho Rodrigues.
EDUCAÇÃO REMOTA EM TEMPOS DE	Livro Digital	Saúde Mental dos	<a href="https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/601699/2/Editora%20BA">https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/601699/2/Editora%20BA</a>	Tiago Eurico de Lacerda, Raul Greco Junior.

<p> PANDEMIA  ENSINAR,  APRENDER E  RESSIGNIFICAR  A EDUCAÇÃO</p>		<p> Docentes na  Pandemia</p>	<p> GAI%20-  %20Educa%C3%A7%C  3%A3o%20Remota%20  em%20Tempos%20de  %20Pandemia.pdf</p>	
<p> Didática</p>	<p> Livro Digital</p>	<p> Saúde  Mental dos  Docentes na  Pandemia</p>	<p> <a href="https://www.professorrenato.com/attachments/article/161/Didatica%20Jose-carlos-libaneoobra.pdf">https://www.professorrenato.com/attachments/article/161/Didatica%20Jose-carlos-libaneoobra.pdf</a></p>	<p> José Carlos Libâneo.</p>
<p> REFLEXÕES E  DESAFIOS DAS  NOVAS  PRÁTICAS  DOCENTES EM  TEMPOS DE  PANDEMIA</p>	<p> Livro Digital</p>	<p> Saúde  Mental dos  Docentes na  Pandemia</p>	<p> <a href="http://www.ccta.ufpb.br/editoraccta/contents/titulos/educacao/reflexoes-e-desafios-das-novas-praticas-docentes-em-tempos-de-pandemia/reflexoes-e-desafios-das-novas-praticas-docentes-em-tempos-de-pandemia.pdf">http://www.ccta.ufpb.br/editoraccta/contents/titulos/educacao/reflexoes-e-desafios-das-novas-praticas-docentes-em-tempos-de-pandemia/reflexoes-e-desafios-das-novas-praticas-docentes-em-tempos-de-pandemia.pdf</a></p>	<p> JANINE MARTA  COELHO  RODRIGUES,  PRISCILA MORGANA  GALDINO DOS  SANTOS.</p>
<p> O Futuro de uma  Ilusão, O mal-estar  na civilização e  outros trabalhos</p>	<p> Livro Digital</p>	<p> Saúde  Mental dos  Docentes na  Pandemia</p>	<p> <a href="https://conexoesclinicas.com.br/wp-content/uploads/2015/01/freud-sigmund-obras-completas-imago-vol-21-1927-1931.pdf">https://conexoesclinicas.com.br/wp-content/uploads/2015/01/freud-sigmund-obras-completas-imago-vol-21-1927-1931.pdf</a></p>	<p> Dr. Sigmund Freud.</p>
<p> Pandemia, as  reinvenções  educacionais e o  mal-estar docente:  uma contribuição  sob a ótica  psicanalítica</p>	<p> Google  Acadêmico</p>	<p> Saúde  Mental dos  Docentes na  Pandemia</p>	<p> file:///C:/Users/Windows/Downloads/18323-81572-1-PB%20(1).pdf</p>	<p> Michel Douglas  Pachiega, Débora  Raquel da Costa  Milani.</p>
<p> Estresse e fatores  psicossociais</p>	<p> Biblioteca  eletrônica  Scielo</p>	<p> Fatores de  Risco  durante a  Pandemia no  Trabalho dos  Docentes</p>	<p> <a href="https://www.scielo.br/j/pcp/a/8VdqxG3rYm37knTdFCxXqtm/?lang=pt">https://www.scielo.br/j/pcp/a/8VdqxG3rYm37knTdFCxXqtm/?lang=pt</a></p>	<p> Ana Lúcia Pellegrini  Pessoa dos Reis,  Sônia Regina Pereira  Fernandes, Almiralva  Ferraz Gomes.</p>

### Saúde Mental no Período Pandêmico

No início da Pandemia os docentes se depararam com uma nova estratégia de ensino, ou seja, tiveram que se reinventar nas práticas pedagógicas. O momento que já não estava sendo fácil e com situações vivenciadas em todos os setores (profissional, pessoal, financeiro, etc.) passou a ser considerado novo e desconhecido, refletindo em todos os níveis de ensino.

Os professores tiveram medo e em alguns momentos angústias, pois o novo às vezes assusta, e para isso esse “reinventar” seria criar novas estratégias e metodologia de ensino, sendo de forma repentina.

A Pandemia trouxe mudanças e novas estratégias para o ensino, no ano de 2020 tudo mudou e começou com maior intensidade a era digital, onde de forma inesperada o que estava acomodado teve que se reinventar e a sociedade vivenciar novos tempos. São “acontecimentos” que ocorrem em sociedades que já reconhecem a necessidade de transições e dispõem dos “instrumentos” para concretizá-las (Nóvoa; Alvim, 2021).

Os docentes com as alterações ocorridas do ensino presencial para o remoto são desafiados e instigados a se adequarem às atribuições, encarar um novo perfil profissional e com isso novas cobranças para que as demandas sejam acolhidas com qualidade de ensino. Para muitas pessoas o fato do professor trabalhar remotamente era muito mais fácil e tranqüila, em razão de que o profissional estava em casa e não trabalhava tanto quanto estar no âmbito escolar. Mas essa visão para o corpo docente está totalmente equivocada, neste período da Pandemia, foi muito difícil, o ritmo do trabalho virtual se torna mais intenso do que nas aulas convencionais, onde o professor teve que criar novas formas de trabalhar, ou seja, as aulas passaram ser online, atendimentos via grupos de Whatsapp, elaboração de material (apostilas) para os alunos, correções das apostilas, etc. O que era apenas 4 horas de sala de aula, onde o professor já estava adaptado com a sua metodologia e prática pedagógica, teve que ser tudo alterado para atender e desenvolver o ensino aprendido dos alunos, exigindo mudanças de práticas que resultam em sofrimento podendo totalizar ao adoecimento mental.

O contexto escolar tem se tornado um ambiente provocador de tensão e estresse, como consequência Isso acarreta o esgotamento mental dos docentes, que se sentem cada vez menos estimulados pelo trabalho, resultando em um círculo vicioso de sofrimento, adoecimento e afastamento. E, além das novas práticas pedagógicas os professores também vivenciaram

“perdas” de pessoas próximas (conhecidos, amigos e familiares), e toda a “pressão que era exigida com cuidados necessários para evitar o Covid-19.

O medo e a insegurança tomaram conta gerando impactos significativos em todos os setores da vida dos docentes e foi inevitável o esgotamento que foi vivido por todos através de cansaço físico e mental de cada docente.

Na pandemia nos deparamos com inúmeras situações que causam o adoecimento do docente, para Pachiega, Milani (2020, p.222) na psicanálise, o termo mal-estar é utilizado quando se refere ao adoecimento psíquico. Freud (1930/1996) em “o mal-estar na civilização, empenha-se em explicar o mal-estar e argumenta que essa forma humana de sofrer sobrevém das relações e vivências intersubjetivas e da influência recebida do mundo externo, principalmente daquelas sobre as quais não temos controle algum”.

### **Fatores de Risco no Exercício da Docência**

No período da Pandemia os professores elaboraram apostilas que eram entregue aos alunos, para que os mesmos não perdessem o contato com a escola e não ficassem sem a continuidade dos estudos. Tinham também aulas online, onde os professores realizavam a chamada de vídeo e ensinavam os alunos, porém, nem todos conseguiam participar das aulas, por diversos motivos. Alguns alunos não tinham acesso à internet o que acabava dificultando a participação dos mesmos. Os professores também ficavam trocando informações com os alunos e pais através de grupos do Whatsapp para não perderem o contato com a escola e entre alunos e professores.

Como cita Lacerda (2020, p.160) “Os professores perceberam que seu papel de educadores não está mais limitado às certas tarefas de sala de aula, exigindo ampliar sua conduta profissional e o caráter motivador”.

Nas quais essas dinâmicas de trabalho têm sobrecarregado os docentes, aqueles que não tinham acesso à internet ou recursos tecnológicos como computadores, não estavam preparados para incluir novas tecnologias, sua

formação não contempla o uso de tecnologias digitais, sendo necessárias atualizações e capacitações a fim de conservar a qualidade do ensino.

Segundo o autor (Silva; Freire 2020, p.113) “outro ponto focal, além dos riscos sanitários que a Pandemia da Covid-19 poderia acarretar, seria o uso das tecnologias de comunicação como aliada, mesmo a despeito do despreparo dos docentes para lidar com tais ferramentas em um contexto emergencial e inovador e fazer acontecer uma aula em tempo real. Talvez isso seja uma utopia para muitos e uma realidade para poucos”.

Diante de tudo isso, houve momentos em que os professores se arriscaram, pois os professores precisaram receber as apostilas para realizar a correção e acompanhar o que o aluno estava conseguindo realizar.

O retorno do presencial também foi um fator de grande risco, pois mesmo com inúmeros casos de Covid-19 foi necessário retornar as aulas presenciais, externando uma autonomia limitada e com insegurança.

Não foi nada fácil, porque o professor além de ter cuidados também precisava exigir dos alunos o distanciamento, evitar o contato, o uso de máscaras, a aglomeração no ambiente escolar, sem contar o cansaço e o adoecimento de professores com problemas físicos e mentais do Pós-Covid-19.

São apontados como fatores contribuintes para o alto nível de estresse da profissão a falta de reconhecimento social e de motivação para o trabalho, más condições de trabalho, problemas referentes à relação com os alunos (envolvimento emocional com seus problemas e também conflitos e problemas comportamentais destes), alta demanda de trabalho (reuniões e trabalhos extraclasse, numerosas classes), necessidade constante de qualificação e atualização, cobrança dos pais e questões relacionadas à administração do tempo. São sintomas relacionados ao desgaste laboral os problemas relacionados ao sono, abuso de medicamentos, sentimento de esgotamento, além de configuração de quadros de transtornos mentais comuns (TMC), como transtornos de humor, dentre eles o estresse (Diehl & Marin; 2016).

Como citamos fatores estressantes e desgastantes, é importante apresentar a Síndrome de Burnout (esgotamento profissional) caracteriza-se como um transtorno psíquico, que está presente na CID10 (Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde), no índice de transtornos mentais e do comportamento referentes ao trabalho. Trata-se de uma síndrome decorrente do estresse crônico no local de atividades nas quais não foram administradas com sucesso. A conduta de educar é extremamente complexa, onde o docente é responsável pelo desenvolvimento de múltiplas capacidades e tarefas direcionadas aos alunos, podendo esses transtornos refletir não somente na sua vida quanto na escola e no processo de ensinar. Segundo Stasiak, (2021, p.2). “Destaca-se que a síndrome de Burnout, caracterizada pelo esgotamento emocional, constantemente se manifesta em indivíduos que trabalham na prestação de serviços às pessoas. Sendo assim, os professores constituem um grupo de risco para o desenvolvimento da síndrome uma vez que tem as relações interpessoais como fator preponderante no desenvolvimento de seu trabalho”.

Sintomas e/ou sinais de adoecimento, abalando tanto no físico quanto no psicológico: cansaço excessivo, distúrbios do sono, dores de cabeça, dores no corpo, estresse, ansiedade, irritabilidade, tensão muscular, alterações no humor, sensação de desgaste físico, sensibilidade emotiva excessiva e entre outras manifestações.

Ainda estamos vivendo tempos de renovação e de reinventar, pois os professores ainda precisam de “ajuda”, ou seja, tratamento para conseguir “superar” e seguir diante de todo esse período pandêmico em que ainda estamos vivendo.

### **Apoio Psicológico para os Docentes**

Hoje percebemos o quão necessário é para os docentes o apoio e o atendimento de uma equipe multidisciplinar, pois muitos docentes sentem-se

adoecidos e com muitos problemas psicológicos que precisam de ajuda para seguir com uma perspectiva de vida melhor e mais tranqüila.

Um dos primeiros impactos da Pandemia na vida escolar dos alunos e professores foi à socialização e o desenvolvimento das pessoas como cita Rodrigues “a educação pode ser concebida como aprendizado da cultura, a socialização da pessoa e o desenvolvimento das potencialidades do educando. Trata-se de um processo tão amplo que pode estabelecer vínculos com todos os processos sociais” (2013, p.88).

É necessário dar a devida visibilidade aos problemas concernentes a essa categoria profissional em prol de compreender o trabalho docente no campo da saúde mental, a fim de contribuir para estudos que direcionem as implementações de práticas de prevenção e promoção à saúde, além de estratégias de intervenção na saúde docente em diferentes níveis de ensino quando previr necessidade. O fortalecimento de vínculos afetivos e familiares exterioriza-se como necessário para o bem-estar, além disso, ter tempo para o lazer é tão importante quanto ter o momento de comprometimento.

Libâneo (1994) quando diz que “Não há sociedade sem prática educativa e nem prática educativa sem sociedade” (p.17). Essa citação condiz muito com o que vivemos na Pandemia, pois nem sempre o que o professor ensina é assimilado pelo aluno e para isso é necessário buscar estratégias e metodologias para transformar o que foi transmitido em novos conhecimentos.

### **Considerações Finais**

Este trabalho pretendeu compreender o adoecimento dos docentes durante o período da Pandemia, ou seja, a saúde mental dos docentes no decorrer desse período ficou estritamente abalada, causando inúmeras situações que prejudicavam o seu desempenho físico e emocional.

Diante desses fatos, foi realizados conceitos, argumentos e posicionamentos através de leituras de alguns autores onde me fizeram concluir que o docente durante a Pandemia, apresentou uma enorme fragilidade e esgotamento, em alguns casos, os mesmos se depararam e vivenciaram situações de riscos e

despreparo para executar o seu trabalho com qualidade e por fim e não menos importante o apoio psicológico/multidisciplinar que a grande maioria não teve em suas escolas, que testifica a eficácia do problema proposto, nos fazendo acreditar que o adoecimento em que os docentes se encontram foi por essas situações que os mesmos tiveram que viver nos tempos de Pandemia, na qual reforça ainda mais o quanto essa profissão é conhecida pelo seu trabalho árduo, desafiador e estressante.

O adoecimento dos docentes é assunto que atualmente é muito discutido e que tem uma necessidade enorme de apoio multidisciplinar, pois é uma classe que mesmo na Pandemia não teve assistência ou “ajuda” e que é assunto muito importante para futuras pesquisas e leituras.

### **Referências bibliográficas**

RODRIGUES, Francisco Alves; SILVA, Sara Paixão; PEREIRA AMANDO, Maria Socorro da Silva; MENDE, Marianne Louise Marinho. **Saúde psicológica docente em tempos de Pandemia: uma breve revisão de literatura.** Educação, Trabalho e Saúde: caminhos e possibilidades em tempos de Pandemia. Científica Digital. Vol.1, Ano 2022.

SOUZA, M. E. I. B. D; NOVAES, N. M. F; ZIRPOLI, B. B. P. SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES NA PANDEMIA: **O Impacto da Pandemia por Covid-19 na Saúde Mental dos Professores: Revisão Sistemática da Literatura.** Boletim De Conjuntura, Pernambuco, v.3, nº1, p.1-26, jul./2021. Disponível em: <https://orcid.org/0000-0002-9542-5700>. Acesso em: 12 abr. 2022.

WILLIAMES, Samuelle Neves Gomes; MONTEIRO, Evelyn Morgan; XAVIER, Fábio Contrera. **Desafios e efeitos do Ensino Remoto Emergencial na Educação Superior durante a Pandemia de Covid-19: uma revisão sistemática da literatura.** Programa de Pós-graduação em tecnologia digital aplicadas ao Ensino do Instituto Federal de educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro- IFRJ; Campus Arraial do Cabo.

PIGNATTI, Evelyn Schulz; DUARTE DA SILVA, Catarina Maria Gomes. **Relação entre saúde emocional e qualidade de vida no trabalho de professores universitários: revisão da literatura.** Braz. J. of Develop, Curitiba, V.6 n°10, p.75058-75075, Outubro, 2020.

FERNANDES, Ana Paula de Araujo; MARINHO, Paulo Roberto Ribeiro; SCHMIDT, Maria Luiza Gava. **Saúde Mental dos Professores de Ensino Superior: uma revisão da literatura.** Revista Cocar, V.16 n°34. Publicado em 15/04/2022.

SILVESTRE, Ana Paula Barbosa; LEMOS, Renata Louise Ferreira; SANTOS, Bralley Joseph Freire; MENDES, Marianne Louise Marinho. **Professorado, autocuidado e impactos da pandemia da Covid-19 no contexto da educação superior: um estudo de revisão.** Psicologia e Saúde: pesquisa, aplicações e estudos interdisciplinares. Científica Digital. Vol.1. Ano 2022.

SOUZA, Luciana Luiz; LIMA, Aline Venceslau Vieira. **Estresse Ocupacional, Síndrome de Burnout e docência universitária: uma revisão sistemática da Produção Acadêmico-Científica Brasileira.** Trabalho (En) Cena; Palmas-TO, 2022.

ARAUJO, Caroline Fardin Araujo; SILVA, Liana Regina Lima; e Col. **A psicologia na escola, um ação de saúde mental para o corpo docente: uma revisão bibliográfica.** Google Acadêmico, 2020. Publicado em <https://doi.org/10.25248/reas.e4559.2020>.

FÉLIX DOS SANTOS, Geórgia Maria Ricardo; SILVA, Maria Elaine; BELMONTE, Bernardo do rego. **Covid-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários.** Revista Brasileira de Saúde Materna Infantil. Scielo; Supl.1; Fev. 2021.

PINHO, Paloma de Souza; FREITAS, Aline Macedo Carvalho; e Col. **Trabalho Remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências**

**em razão da Pandemia da Covid-19.** Trabalho educação e saúde 19. Scielo. Publicado em <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00325>; Ano 2021.

PESSOA DOS REIS, Ana Lúcia Pellegrini; FERNANDES, Sônia Regina Pereira; GOMES, Almiralva Ferraz. **Estresse e fatores Psicossociais.** Psicologia: Ciência e Profissão. Scielo. Publicado em <https://doi.org/10.1590/51414-98932010000400004>; Dez. 2010.

NÓVOA, A; ALVIM, Y. **Covid-19 e o fim da educação: 1870-1920-1970-2020.** Revista História da Educação, [S.L.], V. 25, p.1-19, 2021. <https://doi.org/10.1590/2236-3459/110616>.

RODRIGUES, Rui. **A história, autores: atores: compreensão do mundo, educação e cidadania.** Fortaleza: UFC, 2013.

LACERDA, Tiago Eurico; JUNIOR, Raul Greco. **Educação Remota em Tempos de Pandemia. Ensinar, Aprender e Ressignificar a educação.** Curitiba: Bagai; 2021.

LIBÂNEO, José Carlos. **Prática educativa, pedagogia e didática.** In:\_. Didática. São Paulo: Cortez, 1994, p.15-31.

RODRIGUES, Janine Marta Coelho, SANTOS, Priscila Morgana Galdino. **Reflexões e desafios das Novas Práticas Docentes em tempos de Pandemia.** João Pessoa-CCTA, 2020.

FREUD, Sigmund. **O mal-estar na civilização.** Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud, V.21. Rio de Janeiro: Imago. 1996 (Trabalho original publicado em 1930).

PACHIENGA, Michel Douglas; MILANI, Débora Raquel da Costa. **Pandemia, as reinvenções educacionais e o mal-estar docente: uma contribuição sob a ótica psicanalítica.** Dialogia. São Paulo; n°35. p.220-234, Set/Dez. 2020.