

**IMPACTOS DA PANDEMIA NA SAÚDE MENTAL DOS
PROFESSORES DE UM MUNICÍPIO DA REDE PÚBLICA DE ENSINO
DE MINAS GERAIS**

**THE IMPACTS OF THE PANDEMIC ON THE MENTAL HEALTH OF TEACHERS
IN A MUNICIPALITY IN THE PUBLIC EDUCATION SYSTEM OF MINAS GERAIS**

Mariana Nathalia Vieira da Silva ¹

RESUMO: O contexto de pandemia tem afetado significativamente a saúde mental das pessoas, com destaque para algumas classes profissionais, como os docentes. O trabalho em questão teve como objetivo identificar os impactos provocados pela pandemia na saúde mental dos professores da rede pública de ensino de um município no interior de Minas Gerais. Para tanto, foi utilizado para coleta uma entrevista semiestruturada elaborada na plataforma *Google forms* e o link enviado para o grupo de WhatsApp dos professores da rede municipal em questão. Participaram da pesquisa 95 professores. Os dados obtidos foram submetidos à Análise de Conteúdo. Observou-se que o contexto da pandemia produziu mudanças significativas na rotina de trabalho docente, gerando situações de ansiedade, insônia, medo, angústia, o que mostra os atravessamentos no que se refere à saúde mental. Como possibilidade para enfrentar esses acontecimentos os docentes têm buscado acompanhamento psicológico, religioso, práticas de atividades físicas, atendimento médico e psiquiátrico. O afetamento na saúde mental do professor tem se agravado na atualidade, enfatizando as precárias condições de trabalho e a urgente demanda de cuidado e acolhimento a esse público.

Palavras-chave: Pandemia, professores, saúde mental.

ABSTRACT: The pandemic context has significantly affected people's mental health, with emphasis on some professional classes, such as teachers. The work in question aimed to identify the impacts caused by the pandemic on the mental health of teachers in the public school system in a municipality in the interior of Minas Gerais. For this purpose, a semi-structured interview elaborated on the Google forms platform and the link sent to the WhatsApp group of teachers from the municipal network in question were used for collection. 95 teachers participated in the research. The data obtained were submitted to Content Analysis. It was observed that the pandemic context produced significant changes in the

¹ E-mail: mariananathalia@yahoo.com.br - Psicologia UNIPAC

teaching work routine, generating situations of anxiety, insomnia, fear, anguish, which shows the crossings with regard to mental health. As a possibility to face these events, the professors have sought psychological and religious support, physical activity practices, medical and psychiatric care. The impact on teachers' mental health has worsened nowadays, emphasizing the precarious working conditions and the urgent demand for care and reception for this public.

Keywords: Pandemic, teachers, mental health.

INTRODUÇÃO

A pandemia denominada COVID-19, ocasionada pela circulação do vírus SARS-CoV-2 em contexto mundial foi decretada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em 11 de março de 2020, que tem no distanciamento social, a única linha segura de defesa contra o vírus utilizada na maioria dos países do mundo. (Organização Mundial de Saúde -OMS, 2020)

O contexto de pandemia tem afetado significativamente a saúde mental das pessoas em decorrência do medo do contágio, das mudanças repentinas no cotidiano, das novas adaptações exigidas, incertezas, ruptura com a rotina e contato com amigos e familiares, cerceando a liberdade em todos os sentidos. (Enumo, Weide, Vicentini, Araújo, & Machado, 2020).

Saúde mental é um termo que remete a capacidade das pessoas em lidar com os próprios sentimentos pensamentos e emoções, sendo considerados mentalmente saudáveis os sujeitos que conseguem enfrentar os desafios e reagir às exigências impostas pelas crises cotidianas, sem perder as rédeas da própria vida, assumindo uma posição de equilíbrio e resiliência diante das adversidades. (Souza, 2006)

O cenário da pandemia tem produzido drásticas modificações na vida das pessoas. Tem atuado como um forte estressor psicossocial, desencadeando quadros de ansiedade, depressão e sentimentos associados como medo, frustração, tristeza, angústia, lançando a população a um estado de crise não apenas sanitária, mas também emocional. A saúde mental da população mundial se encontra afetada, com consequências já identificadas e com um prognóstico de danos em longo prazo. (Moronte, 2020; Zanol, Neis & Neis, 2020).

Em uma pesquisa sobre saúde mental de trabalhadores home office, a plataforma Workana entrevistou 2.810 profissionais da área, em empresas situadas nas Américas e Europa e constatou que 43,7% dos participantes declararam que trabalhar em casa resultou em impactos psicológicos ou gerou algum sintoma de prejuízo mental. Ainda entre os pesquisados, 24% sentiram dificuldade de se concentrar. 13,2% sentiram ansiedade. 5,8% sentiram solidão e 0,8% sentiram depressão ou claustrofobia. Outro dado revelado pelo estudo foi que em 37% das empresas pesquisadas foi constatado aumento de doenças mentais como depressão ou distúrbios emocionais como a síndrome de burnout. (Sena, 2020)

A pesquisa do Ministério da Saúde realizada com 25.118 indivíduos, entre abril e maio de 2020, reuniu informações sobre a saúde mental do brasileiro durante a pandemia da COVID-19 e mostrou que a ansiedade é o transtorno presente em cerca de 86,5% dos entrevistados; 45,5% apresentam sintomas de transtorno de estresse pós-traumático e 16% apresentam depressão em sua forma mais grave (MEC, 2020).

Um levantamento, realizado em 2020 pelo Conselho Federal de Farmácias, mostra que no ano de realização da pesquisa houve um aumento de 17% na venda de antidepressivos e estabilizadores de humor se comparado ao ano anterior à pandemia. (Américo, 2020). Tal dado mostra o adoecimento mental da população em geral em virtude da pandemia, que tem buscado nos medicamentos uma forma de aliviar estados de estresse e ansiedade.

Desse modo, é possível afirmar que com a pandemia os indicadores de saúde mental da população tendem a ficar negativos, em virtude do aumento dos casos de transtornos mentais apresentados no contexto pandêmico. Cada grupo social foi afetado à sua maneira, a depender dos atravessamentos provocados pela pandemia.

A organização de trabalho, em suas diferentes formas de expressão tem vivenciado múltiplos percalços na busca de superação das intercorrências provocadas pela pandemia. Observa-se transformações relacionadas ao horário de trabalho, salário, organização das equipes, tarefas, procedimentos de segurança, ou seja, foi necessário a construção de uma nova forma de funcionamento da organização trabalhista para que as instituições se mantivessem ativas e produtivas. Contudo, as estratégias adotadas pelas organizações para sobreviverem refletiram nas condições de trabalho, impondo novas exigências. O trabalhador diante do medo do desemprego e das incertezas relacionadas ao mercado de trabalho se submete a situações adversas, o que tem acarretado, cada vez mais, registros de intercorrências que envolvem sinais e sintomas relacionados a patologias psíquicas, e/ou

diagnósticos de transtornos mentais, principalmente transtornos da ansiedade (Farias & Araújo, 2011). Ainda com relação à ampliação dos quadros de adoecimento relacionados ao trabalho no contexto de pandemia, Reis; Araújo, Carvalho, Barbalho & Silva (2006) acrescentam que o adoecimento está associado à forma como o trabalhador se desgasta buscando se adaptar ou responder às novas situações e experiências em virtude da pandemia.

Cada setor foi afetado a seu modo. No estudo em questão elegemos a classe de profissionais da educação, com destaque para o professor. Os professores compreendem uma classe profissional que teve sua carga de trabalho aumentada sendo submetidos a longas jornadas, desafios técnicos no que se refere ao ensino remoto, alto nível de cobrança, o que tem ocasionado um visível esgotamento mental da classe. (Teixeira, 2020, Araújo et al., 2020).

Segundo a Organização Internacional do Trabalho (OIT) a profissão docente é considerada uma das mais estressantes, ensinar se tornou uma atividade desgastante, com repercussões evidentes na saúde física, mental e no desempenho profissional (Reis et al., 2006).

Nesse sentido, a saúde do professor é afetada por situações de envolvimento emocional com problemas com alunos, desvalorização profissional, falta de motivação, baixos salários que levam à uma extensa jornada de trabalho que reduz o tempo para descanso e lazer. (Neves & Silva, 2006)

Comim (2020) afirma que devido às características da profissão, o professor se torna alvo de diversas doenças psicológicas sendo mais suscetíveis principalmente à síndrome de Burnout agravada pela sobrecarga de trabalho para desempenhar a função docente.

Além desta síndrome o professor ainda pode apresentar quadros de dores de cabeça, insônia, distúrbios como depressão, fobias (Reinhold, 2004). O estudo de Aguiar (2010), realizado no estado de São Paulo, com 100 professores, de duas instituições de ensino superior, com idade entre 22 e 55 anos identificou como sintomas apresentados pelos professores tensões musculares, cansaço, irritabilidade e taquicardia.

A pesquisa de Zille & Cremonezi (2013) com 181 gestores educacionais de Minas Gerais, com objetivo de analisar o estresse no trabalho, constatou recorrência de ansiedade, fadiga, angústia e nervosismo. Pereira, Amaral e Scorsolini-Comin (2011) constataram em seu estudo que os sintomas mentais foram mais frequentes que os sintomas físicos, destacando-se

os problemas de memória e tontura. Esses transtornos têm origem na grande carga de responsabilidade, alto nível das cobranças, além da rotina familiar que, com a sala de aula em casa, completam o ambiente estressante dos educadores.

Por ocasião da pandemia Covid-19 a organização do trabalho dos professores passou por mudanças a partir da edição da portaria 345/2020 do Ministério da Educação e Cultura - MEC que autorizou a substituição de aulas presenciais por meios digitais remotos até o término da pandemia e Parecer 05/2020 que determinou a reorganização das atividades escolares e acadêmicas passando os docentes a realizar todo o processo de ensino e aprendizagem através de trabalho remoto. (Brasil, 2020)

Esta configuração significa que os novos contratos docentes e processos de trabalho podem constituir um risco para a saúde, uma vez que o trabalho remoto não é acompanhado de medidas especiais de vigilância e proteção dos trabalhadores. (MEC, 2020)

Dados de um estudo realizado para o instituto TIM com 769 professores de escolas públicas e privadas de 22 estados, no início da pandemia e no final de 2020, mostraram que cerca de 95% dos professores apresentam grande esgotamento emocional associado ao intenso envolvimento profissional, sendo portanto uma das classes profissionais mais propensas ao adoecimento (Comim, 2020)

A pesquisa de Grandisoli; Jacobi; Marchini (2020), realizado pela Universidade de São Paulo, com 19.221 professores da rede estadual de São Paulo entre maio e junho de 2020, mostrou que 53% dos participantes se consideram muito ou totalmente vulnerável a contrair Covid-19 e associaram medo, tristeza, insegurança, ansiedade, angústia e incerteza como os principais sentimentos despertados pela pandemia.

Pesquisa realizada junto à Universidade Federal do Ceará em maio de 2020 revelou que 33% dos 5.800 entrevistados afirmaram trabalhar de oito a mais de doze horas por dia e quase um terço ficou à disposição por mais de cinco dias na semana. (Taveiros Brasil, 2020). Além da sobrecarga de trabalho existe a falta de espaço adequado de trabalho, a divisão do tempo entre as aulas e o cuidado da casa, e a necessidade aquisição de novos equipamentos e acesso à internet com maior velocidade.

Comparando-se a nova e antiga configuração do trabalho docente que passou a ter além da falta de valorização dos professores, controle institucional; tempo, falta de apoio administrativo e responsabilidade pessoal dos professores pelo fracasso do aluno, fatores que

geram diretamente uma sobrecarga de trabalho (Araújo & Carvalho, 2009.). Antes da pandemia um professor cumpria uma carga horária de cerca de 32,5 horas/semana depois da pandemia as jornadas de trabalho do professor superam as 40 horas semanais para ficar à disposição da escola e do aluno (Santos, Silva & Belmonte, 2020).

Esse custo, claro, foi assumido pelos docentes, que agora compartilham o receio de não conseguir dar aulas por dificuldades técnicas e conseqüentemente têm descontos nos salários, sofrer advertências, aliado ao medo do desemprego e a preocupação constante com uma volta precipitada ao trabalho e os conseqüentes riscos de contaminação. (Guimarães & Souza, 2020).

Tais aspectos têm afetado diretamente os professores, exigidos ao máximo nessa nova prática docente que requer experiências inovadoras e que até bem pouco tempo não faziam parte da dinâmica da sala de aula. Na falta de expectativa do retorno às aulas a rotina do trabalho em casa tem gerado no professor o comprometimento permanente com o trabalho, não desvincilhando o pessoal do profissional (Saraiva, 2010, Taveiros Brasil, 2020).

A sala de aula em casa trouxe também outras dificuldades como a necessidade de adaptação ao uso de novas tecnologias, a falta de interação com alunos tanto pelo desinteresse pelas aulas remotas quanto pela falta de acesso completo à internet, o não fornecimento de equipamento por parte da instituição, o excesso de demandas e a falta de orientações claras sobre como os docentes deveriam proceder. (Ochôa, 2020; Saraiva, Traversini & Lockmann, 2020)

Os estudos de Diehl; Marin (2016), Ludermir e Melo Filho, (2002) revelaram que entre os tipos de doenças que mais acometem esses sujeitos estão problemas relacionados ao sono, abuso de medicamentos, episódios depressivos, esgotamento, quadros de ansiedade, alterações no sono, cansaço, o que tem se intensificado no contexto vigente.

Diante do que foi exposto, o trabalho em questão tem como objetivo identificar quais os impactos provocados pela pandemia na saúde mental dos professores da rede pública de ensino de um município no interior de Minas Gerais, a partir de um estudo de caso.

Para fins dessa pesquisa o termo impacto é compreendido como as interferências da pandemia na classe de professores e suas conseqüências.

MÉTODO

Para efetivação da pesquisa foi necessária a realização de uma revisão bibliográfica sobre a temática proposta. A revisão bibliográfica é importante para ampliar o conhecimento sobre o assunto pesquisado, sendo um recurso utilizado que fundamenta as bases teóricas da pesquisa. (Gil, 2002).

A revisão bibliográfica composta por materiais publicados em periódicos foi realizada mediante a busca em portais acadêmicos como Scielo, Bvsalud, LILACS, PePSIC recorrendo aos descritores: “trabalho docente e saúde mental”; “distúrbios mentais e saúde mental no trabalho”; “pandemia e estresse nos professores”; “ensino remoto e professores”; “professores e estresse”; “professores e adoecimento mental”, sendo selecionados artigos publicados entre 2004 e 2021, com os descritores presentes no assunto, somente em português.

Para responder aos objetivos propostos nesta pesquisa foi realizado um estudo de caso com professores da rede pública de educação de um município do interior de Minas Gerais. Os professores estão vinculados à educação básica, atuando na educação infantil, fundamental e médio.

Para tanto foi elaborado um roteiro de entrevista semiestruturada pelo Google forms e o link enviado para o grupo de WhatsApp dos professores da rede municipal de ensino do município em questão. O link foi enviado ao grupo mediante a ajuda da pedagoga responsável pelo setor administrativo da secretaria de educação do município. Dos 751 docentes da atenção básica, vinculados ao grupo de WhatsApp, 95 responderam a entrevista.

De acordo com May (2004) na pesquisa semi estruturada, o entrevistado responde às perguntas dentro de sua concepção, mas, não se trata de deixá-lo falar livremente. O pesquisador não deve perder de vista o seu foco.

A entrevista era composta pelas seguintes questões investigativas: 1- Sua saúde mental mudou com a pandemia? 2- Em quais aspectos percebeu essa mudança? 3- Qual o principal impacto da pandemia na sua saúde mental? 4-Quais mudanças ocorreram na sua rotina de trabalho com a pandemia? 5-Você tem buscado ajuda?

Os resultados encontrados foram submetidos à análise de conteúdo, a qual permite analisar o conteúdo apresentado em um discurso sobre determinado tema, bem como analisá-los à luz do arcabouço teórico que sustenta a pesquisa. Assim, à medida que os dados

coletados são comparados com outros dados já existentes torna-se possível traçar um perfil dos elementos pesquisados a partir da confrontação da realidade presente com os dados obtidos. (Bardin, 2016).

Esse estudo foi submetido ao comitê de ética da plataforma Brasil e encontra-se em fase de apreciação.

RESULTADO E DISCUSSÕES

Passaremos a apresentação do conjunto de resultados obtidos a partir da análise de conteúdo das respostas apresentadas no questionário. Dos 95 professores que responderam ao questionário, três são do sexo masculino e noventa e dois do sexo feminino. Os homens do grupo possuem entre 52 e 57 anos, com tempo de docência de 1 a 37 anos. As mulheres apresentam idade entre 30 a 66 anos, com tempo de serviço de 3 a 31 anos. O grau de escolaridade dos profissionais varia entre graduação (20), pós-graduação (74) e mestrado (1).

No que se refere a modalidade de ensino foram encontrados 48 professores atuando na educação infantil, 46 no ensino fundamental e 1 professor no ensino médio.

Ao serem questionados se a saúde mental mudou com a pandemia 79% responderam que sim e 21% que não. Dos que responderam sim, a principal mudança observada está relacionada à ansiedade (48%), seguida de cansaço (9%), insegurança (13%) e tristeza (5%). Um dos entrevistados ao ser questionado sobre as mudanças na saúde mental respondeu que:

Não tenho ânimo para nada, mal consigo dormir e quando acontece acordo muitas vezes a noite, medo, pânico, falta de energia, falta de perspectiva, insônia.

Sinto pânico, não consigo sair de casa, estou com muito medo de pegar o vírus e trazer para casa, e contaminar os familiares.

A ansiedade pode ser compreendida como um sentimento comum em situações de alto estresse. Essa afirmação pode ser comprovada com os resultados coletados através da pesquisa Saúde Docente realizada com 1.361 professores da rede pública, em Santa Catarina no mês de junho de 2020. A maioria dos docentes entrevistados apresentaram situações de estresse devido a sobrecarga de trabalho, a escola dentro de casa, a falta de equipamentos e acesso adequado para desenvolver as aulas não presenciais (SINTE-SC, 2020).

Segundo Schneiders (2020) esses impactos causados pela pandemia na saúde dos docentes são decorrentes principalmente da sobrecarga de trabalho, invasão de privacidade, precariedade dos recursos digitais e educacionais, que aliados com o distanciamento social debilitaram a saúde mental dos professores. *É muita pressão por parte dos analistas educacionais. Existe muita cobrança, sem aceitação de opiniões ou sugestões.*

Com o ensino remoto e todas as alterações provocadas pela pandemia, a rotina de trabalho mudou drasticamente: *Mudou toda minha rotina. No início eu atendia pais de 7 as 22 horas, ficava a disposição para melhor atender os alunos; planilhas para preencher, relatórios, vídeos para gravar, postar aulas, corrigir atividades no celular individual e no grupo. Isso tudo misturado à rotina da casa. No início foi difícil separar o trabalho do pessoal. Os horários se misturavam muito! Este ano estou organizando melhor meu tempo, trabalho e pessoal.*

Ainda segundo a pesquisa Saúde Docente citada anteriormente, a maioria dos docentes é composta por mulheres (75%) que tiveram que se adaptar para conciliar a vida pessoal com o exercício do magistério, aumentando sua jornada de trabalho para atender a casa, a família e aos compromissos com a escola.

Tenho que fazer tudo em casa, ensinar os filhos, cuidar de todo o trabalho doméstico. A fala da entrevistada em consonância com os dados apresentados pela pesquisa Saúde Docente mostra que a pandemia tem afetado diferentemente os grupos sociais. No caso da presente pesquisa, as mulheres representam a grande maioria dos entrevistados, e concomitante são mais afetadas pelo ensino remoto devido a jornada de trabalho, cuidados domésticos e com os filhos, função atribuída culturalmente a mulher a partir de uma sociedade machista e patriarcal. Desse modo, é importante sinalizar os atravessamentos de gênero que perpassam o ser mulher e docente no contexto da pandemia.

Trabalho home office na rede pública do Estado e outros dias faço rodízio na prefeitura. Você tem que estar sempre à disposição do trabalho. Não tenho sossego pra planejar a minha vida pessoal.

Diante do panorama de adoecimento apresentado pelos sujeitos participantes é fundamental a busca de redes de apoio e solidariedade. Observou-se na pesquisa que quando questionados sobre a busca por ajuda, a maioria apontou que não recorre a nenhum recurso (53%) enquanto (47%) buscaram algum tipo de ajuda para melhorar sua saúde mental.

Dos que buscaram por ajuda capaz de contribuir para melhorar o estado emocional, as mais citadas foram sessões de terapia, ajuda espiritual, atividade física e acompanhamento médico.

A busca por ajuda psicológica contribui significativamente para o fortalecimento de emoções positivas, da autoestima e para a elaboração de estratégias de enfrentamento diante do contexto no qual estamos inseridos. O acolhimento e cuidado psicológico torna-se fundamental no processo de elaboração das emoções. O terapeuta poderá ajudar a lidar com as situações de estresse, problemas emocionais e de comportamento relacionado à conciliação entre trabalho e vida pessoal, no contexto da pandemia. (Emuno, Weide, Vicentini, Araújo & Machado 2020).

Estou participando de um grupo de apoio de estagiárias de Psicologia da UNIPAC. Serão poucos encontros, mas creio que já é um começo. Vai me ajudar. Busco ajuda também nas orações, caminhadas, lazer, ouvir músicas, descansar, alimentar bem e procuro dormir bem.

No início, entrei em estado de sofrimento. Não perdi o controle, mas tive que fazer terapia, faço diariamente meditação, atividade física, me entregando ao máximo ao trabalho e as coisas que me ocupam a mente: livros, lives, estudos, religiosidade, pesquisas, contato com as pessoas que amo... Mas fiquei muito mal quanto ao afastamento de pessoas, trabalho, atividades diárias.

Para Fong (2009), o autoconhecimento leva o indivíduo ao encontro com sua interioridade, trazendo a compreensão sobre as próprias reações diante das situações que causam sofrimento, orientando como fazer a escolha mais consciente e, que possa melhorar sua saúde mental.

Os entrevistados citaram a ajuda espiritual como recurso para lidar com as emoções e ansiedades, comprovando o fato de que a abordagem espiritual inserida na assistência à saúde auxilia no enfrentamento de situações difíceis como a que está sendo vivenciada na pandemia. A espiritualidade ajuda na compreensão dos sofrimentos e na construção de significados e propósito à vida. (Sant'ana, Silva & Vasconcelos, 2020).

A fala dos entrevistados mostra que a espiritualidade pode ajudar no enfrentamento do distanciamento social pela pandemia, *busco ajuda também nas orações; conversas com amigos e familiares, aumentei minha interação com Deus.*

Com relação à prática de atividades físicas para melhorar a saúde mental, um estudo da Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto/USP realizado com 34 participantes, entre fevereiro e julho de 2020, mostrou que os exercícios físicos se tornaram um recurso importante para fortalecer o sistema imunológico e manter a saúde mental, neste período de isolamento social (Siqueira, 2020).

Os entrevistados ainda citaram a busca por assistência médica, e o uso de medicamentos com objetivo de enfrentar as mudanças em suas rotinas profissionais e domésticas ocasionadas pelo distanciamento social.

Esse dado foi comprovado pela pesquisa realizada pelo Conselho Federal de Farmácia (CFF), em setembro de 2020, que apontou um aumento de 13% em relação às vendas de medicamentos estabilizadores de humor e antidepressivos em relação ao ano anterior. Em 2019, foram vendidas mais de 56 milhões de unidades, enquanto esse número subiu para mais de 64 milhões, em 2020. (IQVIA, 2020).

Outra pesquisa feita pela Associação Brasileira de Psiquiatria mostrou um crescimento dos atendimentos psiquiátricos de 25% para quase 83% entre março e novembro de 2020. Esse aumento mostra como a pandemia mudou a rotina das pessoas, afetando também a saúde mental (Azevedo, 2021). A população tem buscado nos medicamentos um recurso imediato diante dos sintomas ansiosos, depressivos e demais atravessamentos na saúde mental.

Como apontado, dos profissionais entrevistados a maioria não procura por ajuda, o que pode estar relacionado a rotina com excesso de trabalho, dificuldades de sair de casa por medo ou questões financeiras, falta de informações e até mesmo por estarem presos na queixa e na posição de vitimização diante do panorama de pandemia vivenciado.

De acordo com Silva e Brito (2021) é importante procurar ajuda antes da situação de adoecimento mental se agravar, pois quanto mais cedo é feito o diagnóstico e iniciado o tratamento a intervenção precoce impede o avanço dos sintomas levando a melhorias do tratamento. Quando o indivíduo demora a tratar sua saúde mental pode haver piora do quadro aumentando a complexidade do tratamento.

CONCLUSÕES

Este estudo buscou identificar os impactos da pandemia na saúde mental dos professores de um município da rede pública de ensino de Minas Gerais, traçando um perfil das condições da saúde mental dos docentes.

Observou-se que a sobrecarga de trabalho imposta aos professores no contexto da pandemia vem afetando a saúde mental, sendo mencionados quadros de ansiedade, insegurança, medo e angústia. Esses quadros se justificam pela sobrecarga de trabalho, alterações na rotina, dificuldades de conciliar os afazeres domésticos com os novos horários de trabalhos, além das condições de isolamento e incertezas impostos pela pandemia.

A busca por diferentes formas de ajuda tem sido o recurso encontrado por parte dos docentes para enfrentarem as condições em que se encontram na conjuntura atual, apesar da maioria ainda não buscar por nenhum recurso, se mantendo presos no sofrimento.

Apesar de não ter como objetivo a generalização dos dados, os resultados apresentados na pesquisa corroboram com pesquisas realizadas no contexto brasileiro, reforçando o quadro de sofrimento mental apresentado pelos docentes, como pode ser observado em Grandisoli; Jacobi e Marchini (2020); Siqueira (2020), Schneiders (2020), Taveiros Brasil, (2020).

A classe de professores se destaca enquanto uma categoria profissional com alto índice de adoecimento mental (Comin, 2020). Esse quadro tem se agravado na atualidade, enfatizando as precárias condições de trabalho e a urgente demanda de cuidado e acolhimento a esse público, tão importante para o desenvolvimento e futuro da sociedade.

REFERÊNCIAS

Aguiar, A. M. R. (2010). O estresse ocupacional do professor do ensino superior: a relação entre os sintomas de estresse e a atividade docente em duas instituições de ensino superior da cidade de Teresina-PI. Dissertação de Mestrado, Instituto de Ciências da Educação, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10437/1204>>

Alves, L. (2020). Educação remota: entre a ilusão e a realidade. *Interfaces Científicas-Educação*, v. 8, n. 3, p. 348-365. Recuperado de <https://periodicos.set.edu.br/educacao/article/view/9251>>

Américo, T. (2021). Venda de antidepressivos cresce 17% durante pandemia no Brasil. 24/02/2021. Recuperado de

<https://www.cnnbrasil.com.br/saude/2021/02/23/venda-de-antidepressivos-crece-17-durante-pandemia-no-brasil>>

Araújo, T. M., Carvalho, F. M. (2009). Condições de Trabalho Docente e Saúde na Bahia: estudos epidemiológicos. *Educação & Sociedade*, Campinas, v. 30, n.107, p. 427-449. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=87313702007pdf>> .

Azevedo, E. (2021). Atendimentos psiquiátricos crescem na pandemia; veja como cuidar da sua saúde mental. 2021. Jornal O Globo on line. 12/05/2021. Recuperado de <https://oglobo.globo.com/sociedade/saude/atendimentos-psiquiatricos-crescem-na-pandemia-veja-como-cuidar-da-sua-saude-mental-1-25011995>

Bardin, L. (2016). Análise de Conteúdo. Tradução: Luís Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70. Recuperado de <https://madmunifacs.files.wordpress.com/2016/09/anc3a1lise-do-contec3bado-apresentac3a7c3a3o.pdf>.

Brasil. Ministério da Saúde. (2001). Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília: Ministério da Saúde. Recuperado de http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/doencas_relacionadas_trabalho_manual_procedimentos.pdf>

Brasil. (2020). Ministério da Saúde. Resultados preliminares de pesquisa sobre saúde mental na pandemia. 01/10/2020. Recuperado de [https://www.canalsaude.fiocruz.br/noticias/noticiaAberta/ministerio-da-saude-divulga-resultados-preliminares-de-pesquisa-sobre-saude-mental-na-pandemia01102020\(...\)html](https://www.canalsaude.fiocruz.br/noticias/noticiaAberta/ministerio-da-saude-divulga-resultados-preliminares-de-pesquisa-sobre-saude-mental-na-pandemia01102020(...)html)>

Brasil. (2020). Portaria nº 345/2020. Ministério da Educação. Recuperado de <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-345-de-19-de-marco-de-2020-248881422%3FinheritRedirect%3D>>

Carlotto, M. S. & Palazzo, L. S. (2006). Síndrome de *burnout* e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v.22, n.5, p.1017-1026. Recuperado de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-0311X2006000500014&lng=en&nrm=iso>

Chôa, V. (2020). Quarentena impõe tele trabalho na educação básica. SINPRO/RS, Porto Alegre, 11 abr. 2020. Recuperado de <https://www.extraclasse.org.br/educacao/2020/04/quarentena-impoe-teletrabalho-na-educacao-basica/>.

Comim, F. (2021). Saúde mental e bem estar dos professores. Recuperado de <https://institutotim.org.br/2021/03/17/estudo-revelou-impacto-da-pandemia-na-saude-mental-e-bem-estar-de-professores/>>

Enumo, S. R. F., Weide, J. N., Vicentini, E. C. C., Araújo, M. F., & Machado, W. L. (2020). Enfrentando o estresse em tempos de pandemia: proposição de uma Cartilha. *Estud. psicol.* Campinas, v. 37, e 200065. Recuperado de

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100502&lng=en&nrm=iso>.

Farias, Mônica Dantas & Araujo, Tânia Maria de. (2011) Transtornos mentais comuns entre trabalhadores da zona urbana de Feira de Santana-BA. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 36, n. 123, p. 25-39, jun. 2011. Recuperado de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0303-76572011000100004&lng=pt&nrm=iso

Ferreira, Leda L. (2019). Lições de professores sobre suas alegrias e dores no trabalho. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 35. Suplemento 1. Recuperado de <http://cadernos.ensp.fiocruz.br/csp/artigo/710/licoes-de-professores-sobre-suas-alegrias-e-dores-no-trabalho>

Freitas, M. E. (2007). A carne e os ossos do ofício acadêmico. *Revista O&S, Salvador*, v. 14, n. 42, p. 187-191. Recuperado de <https://periodicos.ufba.br/index.php/revistaoes/article/view/10906>

Fong, Saulo. N. A importância do autoconhecimento. *Instituto União*. 2009. Recuperado de <http://www.institutouniao.com.br/artigos/autoconhecimento.asp>

Gil, Antônio C.(2008). Métodos e técnicas de pesquisa social. 6. ed. São Paulo : Atlas. Recuperado de <https://ayanrafael.files.wordpress.com/2011/08/gil-a-c-mc3a9todos-e-tc3a9nicas-de-pesquisa-social.pdf>

Grandisoli, E., Jacobi, P. R. & Marchini, S. (2020). Pesquisa Educação, Docência e a COVID-19. Recuperado de <http://www.iea.usp.br/pesquisa/projetos-institucionais/usp-cidades-globais/pesquisa-educacao-docencia-e-a-covid-19>

Guimarães, L. M. S. & Souza, M. N. (2020). Intensificação do trabalho docente em tempos de Coronavírus: uma análise do Programa de Educação a Distância da Rede Estadual de Ensino do Paraná. *Instituto de Pesquisa e Planejamento Urbano e Regional da UFRJ*. Recuperado de [https://ippur.ufrj.br/index.php/pt-br/noticias/outros-eventos/744-intensificacao-do-trabalho-do-cente-em-tempos-de-coronavirus\(...\)pdf](https://ippur.ufrj.br/index.php/pt-br/noticias/outros-eventos/744-intensificacao-do-trabalho-do-cente-em-tempos-de-coronavirus(...)pdf)

IQVIA - Consultoria. (2021). Venda de medicamentos psiquiátricos cresce na pandemia. 10/09/2021. Recuperado de <http://covid19.cff.org.br/venda-de-medicamentos-psiquiatricos-cresce-na-pandemia/>

Moronte, E. A. (2020). Pandemia do novo Coronavírus e o impacto na saúde mental dos trabalhadores e trabalhadoras. In: AUGUSTO, Cristiane Brandão; SANTOS, Rogerio Dutra dos. (Orgs.). *Pandemias e pandemônio no Brasil*. São Paulo: Tirante lo Blanc, p. 219-228. Recuperado de <http://www.defesaclassetrabalhadora.com.br/wp-content/uploads/2020/05/Pandemias-e-pandem%C3%B4nio-no-Brasil.pdf>

Neves, M. Y. R. & Silva, E. S. (2006). A dor e a delícia de ser (estar) professora: trabalho docente e saúde mental. *Estudos e pesquisas em psicologia*, UERJ, RJ, ano 6, n. 1, 1º

semestre. Recuperado de

<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revispsi/article/view/11082/8759>>

Oliveira, C. B. E. & Marinho-Araújo, C. M. (2010). A relação família-escola: intersecções e desafios. *Estudos de Psicologia*, Campinas, v. 27, n. 1, p. 99-108, jan./mar. Recuperado de <https://www.scielo.br/pdf/estpsi/v27n1/v27n1a12>> .

Organização Mundial da Saúde - OMS. (2020). Organização Mundial de Saúde declara pandemia do novo Coronavírus. 11/03/2020. Recuperado de <https://www.unasus.gov.br/noticia/organizacao-mundial-de-saude-declara-pandemia-de-coronavirus>>

Pachiega, M. D. & Milani, D. R. da C. (2020). Pandemia, as reinvenções educacionais e o mal-estar docente: uma contribuição sob a ótica psicanalítica. *Dialogia*, São Paulo, n. 36, p. 220-234, set./dez. Recuperado de <https://periodicos.uninove.br/dialogia/article/view/18323>>

Pereira, H. O. S., Amaral, M. C. & Scorsolini-Comin, F. (2011). Avaliação de sintomas de estresse em professores universitários: qualidade de vida no fazer docente. *Educação: Teoria e Prática*, 21 (37), 71-91. Recuperado de <https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/educacao/article/view/3897/4070>>

Pliacekos Arão Zvy. (2020). Saúde mental e trabalho: saiba como evitar esgotamento profissional no dia a dia. *Entrevista*. Recuperado de <https://www.saude.ce.gov.br/2020/02/27/saude-mental-e-trabalho-saiba-como-evitar-esgotamento-profissional-no-dia-a-dia/>>

Reinhold, H. (2004). O sentido da vida: prevenção de stress e Burnout do professor. Tese de Doutorado, Programa de Pós-graduação em Psicologia, Campinas: PUC. Recuperado de <http://tede.bibliotecadigital.puc-campinas.edu.br:8080/jspui/bitstream/tede/386/1/TESE%20COMPLETA-Doutorado%20-%20Helga%20Heinhold.pdf>>

Reis, E. J. F. B.dos., Araújo, T. M., Carvalho, F. M., Barbalho, L. & Silva, M. O. (2006). Docência e exaustão emocional. *Educação e Sociedade*, v. 27, n. 94, p. 229-253, abr. 2006. Recuperado de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302006000100011&lng=en&nrm=iso>

Sant'ana, G. S. C. D. & Vasconcelos, M. B. A. (2020). Espiritualidade e a pandemia da COVID-19: um estudo bibliográfico. *Com. Ciências Saúde*. 31(3) *Ahead of Prin*. <http://www.escs.edu.br/revistaccs/index.php/comunicacaoemcienciasdasaude/article/download/726/version/414/403/5196>>

Santos, G. M. R. F. dos, Silva, M. E. da & Belmonte, B. do R. (2020). COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*. 21 (Suppl 1), fev. Recuperado de <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/b3TVbVHcCZRxkVZPFPK6PHF/?lang=pt>

Schneiders, C. (2020). O ensino de História no ensino fundamental II em um contexto pandêmico: relato de experiência. In: Palú, Janete, et al. Desafios da educação em tempos de pandemia / organizadores: - Cruz Alta: Ilustração, 2020, pag. 205-216. Recuperado de <https://www.sed.sc.gov.br/documentos/ensino-89>>

Sena, V. (2020). A saúde mental virou prioridade na pandemia. 14/12/2020. Recuperado de <https://exame.com/carreira/estes-graficos-mostram-como-a-saude-mental-virou-prioridade-na-pandemia/>>

Silva, A. G. da & Brito, D. P. (2021). Saúde mental e trabalho. Cartilha. O Globo/Amil. 07/05/2021. Recuperado de http://https://d37iydjzbdkvr9.cloudfront.net/arquivos/2021/05/07/saudemental_ok_vale-1.pdf>

SINTE-SC. Sindicato dos Trabalhadores em Educação de Santa Catarina. (2020). SAÚDE DOCENTE: A saúde do profissional da educação em tempos de pandemia e trabalho remoto. Secretaria de Saúde dos Trabalhadores em Educação do Sindicato dos Trabalhadores em Educação de Santa Catarina - SINTE-SC. 2020. Recuperado de /file_manager/php/.../files/1081/caderno_pesquisa_saude.pdf>

Siqueira, R. (2020). Atividades físicas contribuem para boa saúde mental e imunológica no isolamento social. 29/05/2020. Recuperado de <https://jornal.usp.br/ciencias/atividades-fisicas-contribuem-para-boa-saude-mental-e-imunologica-no-isolamento-social/>> Acesso em: 13 jun. 2021

Souza, M. E. de. (2006). Atenção em Saúde Mental: linha guia. Secretaria de Estado de Saúde. Minas Gerais. Belo Horizonte. Recuperado de <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/1210.pdf>>

Taveiros Brasil, R. (2020). O feitiço da técnica como coisa neutra: ensino remoto e pseudoformação em tempos de pandemia. In: INSFRAN et al. Org. Fraturas expostas pela pandemia: escritos e experiências em educação. Campos dos Goytacazes: Encontrografia, cap. 4, p. 72-90. Recuperado de <http://encontrografia.com/wp-content/uploads/2020/10/ebook-Fraturas-expostas-pela-pandemia.pdf>>

Teixeira, A. L. (2020). Educação, saúde mental e pandemia: algumas considerações. In: INSFRAN et al. Org. Fraturas expostas pela pandemia: escritos e experiências em educação. Campos dos Goytacazes: Encontrografia, 2020, cap. 12, p. 201-213. Recuperado de <http://encontrografia.com/wp-content/uploads/2020/10/ebook-Fraturas-expostas-pela-pandemia.pdf>>

Zanol, K. M., Neis, A. T. M. & Neis, N. M. (2020). Cartilha de apoio à saúde mental do professor durante a pandemia de COVID-19. Recuperado de https://sites.usp.br/lepis/wp-content/uploads/sites/107/2020/07/Cartilha-sa%C3%BAde-mental-professores-revisado.pdf?fbclid=IwAR3GHUIymWYZNUr3OF2736PtUV8otEqkn4ZGIykTrjTkpcH7_NLHXj-h54>

Saraiva, K., Traversini C. & Lockmann, K. (2020). A Educação Em Tempos de COVID-19: ensino remoto. e exaustão docente. *Práxis Educativa*, Ponta Grossa, v. 15, e2016289, p. 1-24. Recuperado de <https://www.revistas2.uepg.br/index.php/praxiseducativa>>

Saraiva, K. (2010). Educação à distância: outros tempos, outros espaços. Ponta Grossa/PR: UEPG. Recuperado de <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/8597/000582097.pdf?sequence=1>>

Zille, L. P. & Cremonesi, A. M. (2013). Estresse no trabalho: estudo com professores da rede pública estadual de Minas Gerais. *Revista Reúna*, v.18, n. 4, p. 111-128. Recuperado de <https://revistas.una.br/reuna/article/view/586/550>>