

Impacto do ensino remoto emergencial na saúde mental dos docentes

Anne Caroline do Nascimento Silva¹ 

Alan Francisco da Costa Lima Júnior² 

Rita di Cássia de Oliveira Angelo³ 

Resumo

Dentre as medidas nacionais de contingenciamento à COVID-19, a suspensão das aulas presenciais e implementação do ensino remoto emergencial impuseram uma rápida adequação dos docentes às tecnologias de informação e comunicação, transferindo a sala de aula para as telas dos equipamentos eletrônicos. A jornada de trabalho aumentou e se sobrepôs às rotinas doméstica e familiar. Este estudo de revisão integrativa da literatura objetivou delinear as principais dificuldades decorrentes do ensino remoto e o impacto na saúde mental dos docentes universitários. A coleta de dados foi realizada nas bases PubMed e SciELO utilizando os descritores “saúde mental”, “docente” e “COVID-19” combinados entre si pelo operador booleano *AND*. Foram incluídos artigos publicados entre 2020-2022, referentes a estudos observacionais completos e de livre acesso. Após análise, com leitura na íntegra, foram selecionados seis artigos. Os resultados demonstraram que, aliadas aos temores da pandemia, as mudanças na rotina laboral constituíram fatores de intensificação de transtornos mentais comuns, apontando para uma epidemia silenciosa de adoecimento mental docente.

Palavras-chave: Profissionais da educação; Saúde mental; Ensino superior.

Abstract

Impact of emergency remote teaching on the mental health of teachers

Among the national contingency measures against COVID-19, the suspension of face-to-face classes and the implementation of emergency remote teaching imposed a rapid adaptation of teachers to information and communication technologies, taking the classroom to the screens of electronic equipment. The workload increased and overlapped with domestic and family routines. This integrative literature review study aimed to outline the main difficulties arising from remote teaching

* O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES), Código de Financiamento 001. Agradecemos à Fundação de Amparo à Ciência e Tecnologia do Estado de Pernambuco (FACEPE), pelo custeio da bolsa do acadêmico.

¹ Universidade de Pernambuco, Recife, PE, Brasil.

² Universidade de Pernambuco, Recife, PE, Brasil.

³ Universidade de Pernambuco, Recife, PE, Brasil.

and the impact on the mental health of university professors. Data collection was carried out in PubMed and SciELO databases using the descriptors “mental health”, “faculty” and “COVID-19” combined with the Boolean AND operator. Articles published between 2020-2022, referring to complete open access observational studies, were included. After analysis, with full reading, 6 articles were selected. The results showed that along with the fears of the pandemic, changes in the work routine were factors for the intensification of common mental disorders, pointing to a silent epidemic of mental illness in teachers.

Keywords: Education professionals; Mental health; Higher education.

Resumen

Impacto de la educación a distancia de emergencia en la salud mental de los docentes

Entre las medidas de contingencia nacional ante el COVID-19, la suspensión de las clases presenciales y la implementación de la educación a distancia de emergencia impusieron una rápida adaptación de los docentes a las tecnologías de la información y la comunicación, trasladando el aula a las pantallas de los dispositivos electrónicos. La jornada laboral aumentó y se sobrepuso a las rutinas domésticas y familiares. Este estudio de revisión integradora de la literatura buscó exponer las principales dificultades derivadas de la educación a distancia y el impacto en la salud mental de los profesores universitarios. La recolección de datos se realizó en las bases de datos PubMed y SciELO utilizando los descriptores “salud mental”, “docentes” y “COVID-19” combinados con el operador booleano AND. Se incluyeron artículos publicados entre 2020-2022, referentes a estudios observacionales completos y de acceso abierto. Después del análisis, con lectura completa, se seleccionaron 6 artículos. Los resultados demostraron que, de acuerdo con los temores de la pandemia, los cambios en la rutina de trabajo constituyeron factores que intensificaron los trastornos mentales comunes, apuntando a una epidemia silenciosa de trastorno mental en los docentes.

Palabras clave: Profesionales de la educación; Salud mental; Enseñanza superior.

Introdução

As medidas emergenciais declaradas pela Organização Mundial da Saúde (OMS), a partir da instituição do caráter pandêmico da COVID-19 em dezembro de 2019, impactaram em todos os âmbitos da sociedade (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE, 2020). Diante da inexistência de planos estratégicos de combate à doença, as principais medidas econômicas, políticas, sociais e sanitárias adotadas em todo o mundo tinham como foco o distanciamento social, a proteção da coletividade, a redução da propagação do vírus e a prevenção do esgotamento do sistema de saúde (BRASIL, 2020a; ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE, 2020).

No Brasil, dentre as medidas de contingência, a Portaria Ministerial nº 343 (BRASIL, 2020b) levou ao fechamento temporário das instituições de ensino com a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durasse a pandemia. Diante da nova dinâmica, denominada ensino remoto emergencial (ERE),

novos desafios foram impostos aos professores, como a necessidade de reinvenção de práticas educacionais, sendo necessários: a adaptação repentina às tecnologias digitais (BEZERRA, 2020; SANTOS et al., 2020), a utilização da própria residência como espaço de trabalho (GIL, 2021; LEMOS et al., 2020) e o aumento da carga horária trabalhista diária (LIZANA et al., 2020; MARTINS et al., 2021).

Para além do contexto pandêmico, elementos da dimensão laboral como a precarização do trabalho, o desequilíbrio nas relações socioprofissionais, a violência nas escolas e a elevada carga horária de ensino, pesquisa e extensão já repercutiam negativamente na docência, sendo importantes desencadeadores de transtornos mentais comuns (TMC) (BRUN et al., 2021; CAMPOS et al., 2020).

Os TMC representam quadros menos graves e mais frequentes de transtornos mentais. Os sintomas incluem alterações de memória, dificuldade de concentração e de tomada de decisões, insônia, irritabilidade e fadiga, além de sintomatologia depressiva e de ansiedade (SANTOS, SIQUEIRA, 2010). Tais transtornos estão frequentemente associados a sofrimento psíquico, impactando nos relacionamentos, no desempenho das atividades diárias e na qualidade de vida, sendo preditores para o desenvolvimento de transtornos mais graves (FIOROTTI et al., 2010; CARLOTTO, CÂMARA, 2015).

Neste cenário, a profissão docente constituiu-se como um fator de risco para o desenvolvimento de TMC durante a pandemia, uma vez que a incorporação de novas tecnologias e as mudanças na organização do trabalho e nas interações humanas representaram importantes transformações no cotidiano desta categoria profissional.

Além dos aspectos associados à dinâmica de trabalho, fatores como incerteza sobre o futuro, medo da doença, processos de adaptação, distanciamento da rede socioafetiva, alterações da dinâmica familiar e exposição constante aos noticiários podem ter impactado negativamente no estado psicológico (FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ, 2020).

Nesta conjuntura, considera-se relevante discutir a situação de saúde dos professores universitários durante o ERE, buscando descrever as consequências à saúde mental frente à adaptação ao novo modo de ensino. Em adição, é preciso atentar aos preditores que condicionaram os aspectos socioemocionais específicos dessa categoria profissional, pois estes podem repercutir na qualidade de vida e no sistema educacional como um todo. Nesta perspectiva, este estudo pretende compilar dados

bibliográficos que respondam à seguinte pergunta norteadora: Quais as principais dificuldades decorrentes do ERE e qual o impacto desse novo modo de ensino na saúde mental dos docentes universitários durante a pandemia de COVID-19?

Metodologia

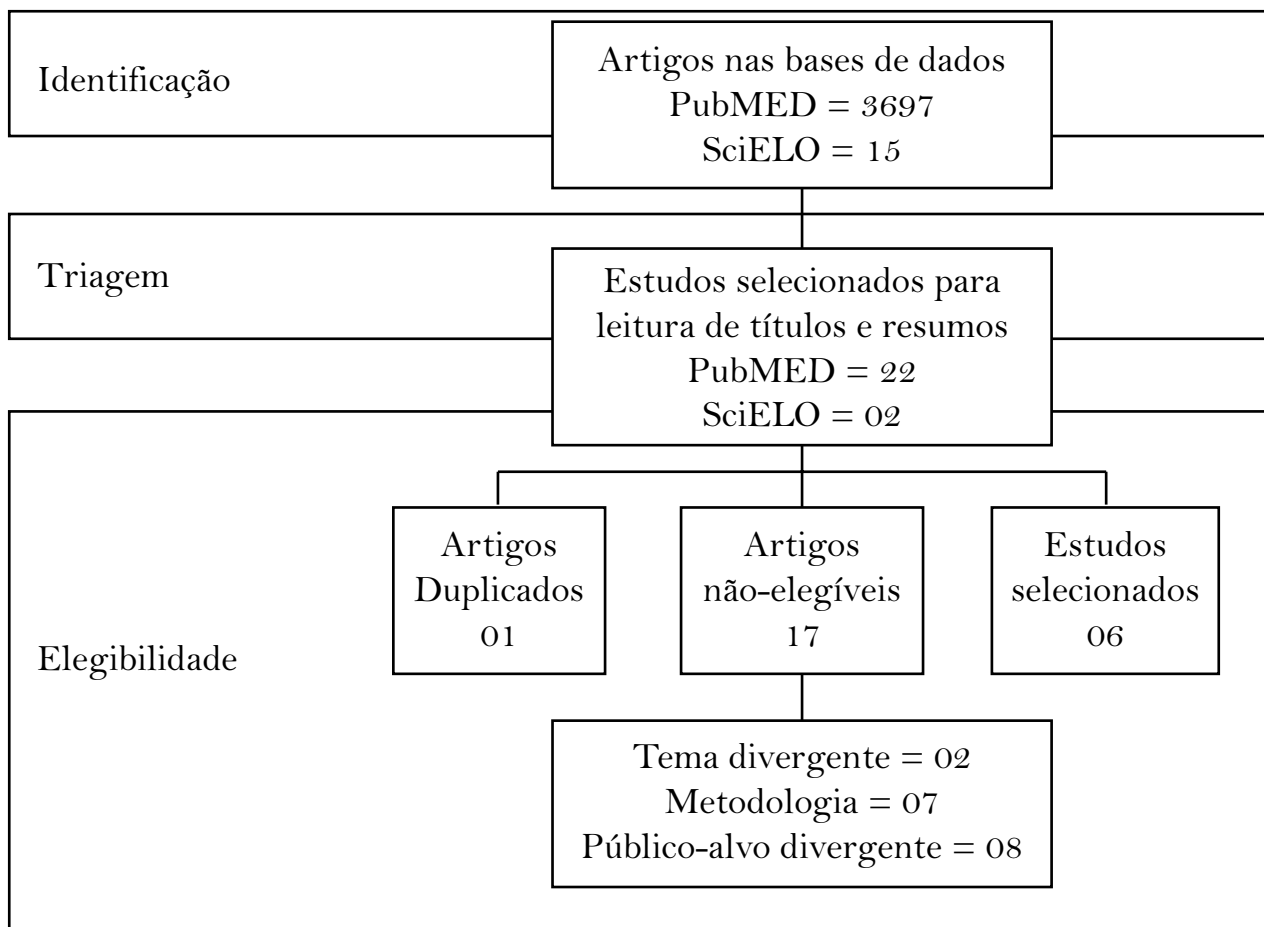
A presente pesquisa trata-se de um estudo de revisão de literatura, no modelo integrativo. Para o percurso metodológico, foi realizada a identificação do problema e das lacunas de pesquisa por meio de levantamento bibliográfico prévio e amplo acerca da saúde mental de docentes universitários no contexto da pandemia de COVID-19. Posteriormente, foi elaborada a questão norteadora a partir da identificação do problema de pesquisa: Quais as principais dificuldades decorrentes do ERE, e qual o impacto desse novo modo de ensino na saúde mental dos docentes universitários durante a pandemia de COVID-19?

A próxima etapa consistiu em um levantamento bibliográfico dos seguintes termos indexados pelas plataformas Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e *Medical Subject Headings* (MeSH): saúde mental (*mental health*); docente (*faculty*) e COVID-19 nas línguas portuguesa, inglesa e espanhola, combinados entre si pelo operador booleano “AND”. A busca de artigos científicos em formato eletrônico presentes nas bases eletrônicas de dados PubMed e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) foi realizada nos meses de outubro e novembro de 2022.

Posteriormente, os artigos encontrados foram selecionados por meio dos seguintes critérios de inclusão pré-estabelecidos: artigos publicados entre os anos de 2020 e 2022, referentes a estudos observacionais sobre o período de ERE no ensino superior; os descritores deveriam constar no título e/ou no resumo; artigos disponíveis em texto completo e de acesso livre, publicados nos idiomas inglês, português e espanhol. Foram excluídos os artigos duplicados; artigos que não permitiam identificar a modalidade de ensino do docente (fundamental, ensino médio, tecnológico e superior); artigos de revisão de literatura e aqueles que não contemplavam o objetivo do estudo.

A análise, com leitura na íntegra e seleção final dos artigos, foi cumprida por dois revisores de maneira sigilosa e independente. A apresentação dos resultados e discussão da pesquisa foi realizada por meio de abordagens temáticas, resultando nesta revisão com seis artigos originais. A Figura apresenta detalhadamente o processo de identificação, triagem e elegibilidade dos artigos.

Figura – Fluxograma do processo de identificação, triagem e elegibilidade da pesquisa.



Fonte: AUTORES (2022).

Os resultados da busca mostram que, embora os descritores ora considerados propiciem ampla possibilidade de busca, poucas produções versam especificamente sobre o tema principal deste trabalho: a condição de saúde mental dos docentes universitários frente à pandemia de COVID-19 e o ensino remoto.

Logo, tendo como base a compreensão do atual cenário pandêmico e a saúde mental dos docentes, este artigo será desenvolvido em dois tópicos: primeiro, os desafios vivenciados pelos docentes em ERE, e em seguida, a saúde mental dos docentes durante o ERE.

Resultados

Após elegibilidade e análise dos estudos, a amostra foi constituída por seis artigos. O Quadro apresenta os artigos selecionados, com a sumarização dos estudos, segundo autoria e data, objetivos, tipo de estudo, instrumentos de pesquisa, quantitativo amostral e principais resultados, a fim de apresentar a síntese dos achados desta revisão.

Todos os estudos elencados possuem delineamento metodológico transversal, são observacionais e descritivos. Em conjunto, esses estudos apresentam dados referentes às condições mentais de 3.195 docentes de instituições de ensino situadas nos continentes América, Europa, Ásia; sendo um estudo realizado nos Estados Unidos (EVANOFF et al., 2021), dois no Brasil (FREITAS et al., 2021; PINHO et al., 2021), um em Portugal (MIGUEL et al., 2021), um na Jordânia (ALMHDAWI et al., 2021) e um em Bangladesh (HOSSAIN et al., 2022). Em quatro estudos, observou-se maior participação de docentes do sexo feminino (EVANOFF et al., 2021; FREITAS et al., 2021; MIGUEL et al., 2021; PINHO et al., 2021).

No que concerne aos critérios de elegibilidade dos participantes de pesquisa, três estudos incluíram apenas docentes universitários (ALMHDAWI et al., 2021; FREITAS et al., 2021; MIGUEL et al., 2021), dois estudos incluíram docentes universitários e escolares (HOSSAIN et al., 2022; PINHO et al., 2021) e um estudo incluiu, além de docentes universitários, funcionários e bolsistas de pós-graduação (EVANOFF et al., 2021). Quanto ao tempo de experiência docente dos entrevistados, observou-se que, nos estudos nacionais (FREITAS et al., 2021; PINHO et al., 2021), o tempo médio foi 10 anos; na Jordânia e em Portugal (ALMHDAWI et al., 2021; MIGUEL et al., 2021) o tempo médio variou entre 13 e 15 anos.

Quanto às informações relativas à COVID-19, no estudo de Pinho et al. (2021), 2,9% (n = 42) dos docentes foram contaminados e desenvolveram a doença, enquanto no estudo de Evanoff et al. (2021), a taxa de ocorrência foi de 16,3%. Além disso, aproximadamente 12% dos docentes portugueses relataram a morte por COVID-19 de pessoas próximas (MIGUEL et al., 2021). Apenas Hossain et al. (2022) trouxeram informações relativas à situação vacinal, com aproximadamente 88% (n = 335) dos docentes imunizados.

No que tange às condições de saúde docente, o estudo de Pinho et al. (2021) observou que 19,5% (n = 258) dos docentes passaram a utilizar medicações para o tratamento de ansiedade, depressão, insônia ou estresse. Em relação a comportamentos e hábitos de vida, Almhdawi et al. (2021) observaram uma prevalência de sedentarismo de 58,9% (n = 176) e aumento do peso durante o confinamento em 34,8% (n = 104) dos docentes. Apenas 27,8% (n = 83) dos entrevistados relataram hábitos alimentares saudáveis.

No que diz respeito às dificuldades decorrentes do ERE, verificou-se que todos os estudos selecionados apresentaram os problemas enfrentados pelos

docentes como aumento da carga horária de trabalho (ALMHDAWI et al., 2021; EVANOFF et al., 2021; FREITAS et al., 2021; MIGUEL et al., 2021); necessidade de rápida adaptação às Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC) (MIGUEL et al., 2021; PINHO et al., 2021); preocupações com a qualidade do ensino e aprendizagem dos alunos (ALMHDAWI et al., 2021; MIGUEL et al., 2021; PINHO et al., 2021); adaptação do ambiente doméstico (ALMHDAWI et al., 2021; PINHO et al., 2021); fatores pessoais (ALMHDAWI et al., 2021; FREITAS et al., 2021; HOSSAIN et al., 2022) e saúde mental da comunidade acadêmica (MIGUEL et al., 2020). Apenas o estudo de Miguel et al. (2021) elencou as vantagens, soluções e desvantagens vivenciadas pelos docentes durante o ERE.

Quadro - Distribuição dos estudos selecionados de acordo com a autoria, ano de publicação, objetivos, tipo de estudo, instrumentos, amostra e resultados.

Autor/Data	Objetivos	Tipo de estudo/ Instrumentos/ Amostra	Resultados
Evanoff et al. (2021)	Estabelecer prevalência de estresse, ansiedade, depressão, exaustão no trabalho, <i>burnout</i> e redução do bem-estar entre docentes e funcionários de uma universidade e centro médico acadêmico durante a pandemia de SARS-CoV-2 e descrever fatores pessoais e relacionados ao trabalho, associados à saúde mental e ao bem-estar.	Tipo de estudo: Transversal Amostra: Docentes universitários (n = 870), funcionários (n = 4.470) e bolsistas de pós-doutorado (n = 210) Local: EUA Instrumentos: Questionário sociodemográfico; DASS-21, PFI.	Prevalência: 13,0% de níveis moderados a altos de estresse; 13,0% de ansiedade; 15,9% de depressão; 34,0% de <i>burnout</i> e 43,0% de exaustão pelo trabalho. 50,4% aumento da carga de trabalho; 69,7% pior bem-estar mental e 81,2% pior bem-estar social. Fatores associados: falta de apoio institucional; estressores familiares e domésticos; idade < 40 anos; exposição à COVID-19; renda familiar insuficiente e sexo feminino.
Miguel et al. (2021)	Identificar os fatores que influenciam a suscetibilidade dos docentes às três dimensões da síndrome de <i>burnout</i> e explorar as percepções dos docentes sobre o ERE durante a crise pandêmica.	Tipo de estudo: Transversal Amostra: Docentes universitários (n = 51) Local: Portugal Instrumentos: Questionário sociodemográfico; CBI; DASS-21; SWLS.	Prevalência: 19,6% de estresse; 15,7% de ansiedade; 17,6% de depressão e 37,3% de <i>burnout</i> . Fatores associados: falta de socialização; desmotivação dos alunos; impossibilidade de realização de aulas práticas e adaptação às TIC sem o devido suporte institucional; desumanização e despersonalização do ensino.
Almhdawi et al. (2021)	Examinar o nível de QVRS durante o ERE e identificar seus preditores ocupacionais relacionados à saúde, durante o bloqueio da COVID-19, entre docentes na Jordânia.	Tipo de estudo: Transversal Amostra: Docentes universitários (n = 299) Local: Jordânia Instrumentos: Questionário demográfico e de estilo de vida, SF-12, DASS 21; NDI e IPAQ.	Prevalência: 17,1% de estresse; 18,7% de ansiedade; e 30,6% de depressão; 58,9% de sedentarismo e 65,9% de aumento da carga horária de trabalho. Fatores associados: cervicalgia; ergonomia ruim e maior tempo destinado ao gerenciamento das demandas de ensino.

Continua

Continuação

Autor/Data	Objetivos	Tipo de estudo/ Instrumentos/ Amostra	Resultados
Freitas et al. (2021)	Estimar a prevalência e os fatores associados aos sintomas da depressão, ansiedade e estresse em professores universitários da área da saúde no período da pandemia da COVID-19.	Tipo de estudo: Transversal Amostra: Docentes universitários (n = 150) Local: Brasil Instrumentos: Questionário sociodemográfico, econômico e trabalhista; DASS-21.	Prevalência: 7,3% de níveis moderados de estresse; 31,3% de níveis moderados a altos de ansiedade; e 44,0% de níveis moderados a altos de depressão. Fatores associados: trabalhar em mais de uma instituição de ensino superior; titulação de mestre ou doutor; idade \geq 40 anos; estado civil solteiro; cor da pele não branca.
Pinho et al. (2021)	Descrever características do trabalho remoto, situação de saúde mental e qualidade de sono na pandemia da COVID-19 em docentes da Bahia.	Tipo de estudo: Transversal Amostra: Docentes escolares e universitários (n = 1.444/ nível superior n = 266) Local: Brasil Instrumentos: Questionário sociodemográficos e de trabalho em geral; SRQ-20; MSQ.	Prevalência: Amostra total - 66,7% de TMC e 82,6% de má qualidade do sono. Docentes universitários - 53,4% de TMC e 67,3% de má qualidade do sono. Fatores associados: alta sobrecarga doméstica; medo de ficar desempregado/a; e não estar capacitado/a para uso de ferramentas digitais.
Hossain et al. (2022)	Avaliar a prevalência de problemas de saúde mental entre professores em Bangladesh e identificar os fatores de risco associados.	Tipo de estudo: Transversal Amostra: Docentes escolares e universitários (n = 381/ nível superior n = 252) Local: Bangladesh Instrumentos: Questionário sociodemográfico; DASS-21.	Prevalência: 6,6% de estresse; 43,7% de ansiedade; e 35,4% de depressão. Fatores associados: residir na zona urbana; professores escolares; saúde autorreferida ruim; medo da COVID-19; excesso de uso de mídias sociais e eletrônicas e idade < 30 anos.

ERE: ensino remoto emergencial; QVRS: Qualidade de Vida Relacionada à Saúde; TIC: Tecnologias da Informação e da Comunicação; DASS-21: Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse; PFI: Índice de Realização Profissional; CBI: *Copenhagen Burnout Inventory*; SWLS: Escala de Satisfação com a Vida; SF-12: *Short Form* de 12 itens; NVI: Índice de Incapacidade do Pescoço; IPAQ: Questionário Internacional de Atividade Física; SRQ-20: *Self-Reporting Questionnaire*; MSQ: *Mini-Sleep Questionnaire*

Fonte: AUTORES (2022).

Os desafios vivenciados pelos docentes em ERE

A partir do estabelecimento das medidas sanitárias no combate à COVID-19, as instituições adotaram o ERE como estratégia temporária para manutenção das atividades de ensino. Os desafios vivenciados pelos docentes nessa conjuntura, podem ser agrupados em quatro subcategorias: aspectos pedagógicos, tecnológicos, sociais e comunicacionais (SANTOS, 2020).

A mudança inesperada do modelo tradicional de ensino para o ERE acarretou o aumento na jornada de trabalho (ALMHDAWI et al., 2021; EVANOFF et al., 2021; FREITAS et al., 2021; PINHO et al., 2021; SOUZA et al., 2021), sobretudo devido à necessidade de reestruturação e adaptação de todo material didático para plataformas *on-line* (ALMHDAWI et al., 2021; CASTRO, QUEIRÓZ, 2020; MIGUEL et al., 2021). Nesse cenário, algumas limitações dificultaram o processo de avaliação do desempenho global do aluno, como a predominância de aulas expositivas (ALMHDAWI et al., 2021; MIGUEL et al., 2021) e a impossibilidade de realização de aulas práticas presenciais (AKOUR et al., 2020; MIGUEL et al., 2020). A urgência em estabelecer o ERE como única medida possível para dar continuidade ao semestre letivo acarretou a aplicação de metodologias que, no geral, não levaram em consideração as especificidades socioeconômicas e cognitivas dos estudantes, bem como as necessidades de pessoas com deficiência (TERRA et al., 2021).

Diante da exigência do uso das TIC para a adaptação repentina ao ERE, a disparidade econômica entre os discentes se tornou ainda mais visível, observada na falta de recursos primordiais ao ensino remoto, como computadores e acesso à internet (ALMHDAWI et al., 2021; MIGUEL et al., 2021). Nesse contexto, a falta de suporte organizacional (MIGUEL et al., 2021; FERRARI, BARROS, 2021; SOUZA et al., 2021) afetou negativamente as condições de trabalho docente, uma vez que as instituições não ofertaram recursos técnicos necessários para a transição, transferindo esse ônus a professores e estudantes (EVANOFF et al., 2021; PINHO et al., 2021; TERRA et al., 2021).

É preciso compreender essas lacunas de maneira multidimensional, pois não se trata apenas de dificuldades no acesso aos equipamentos, que são desiguais entre alunos, professores e familiares, mas também diz respeito à competência tecnológica. Nessa conjuntura, e ainda considerando a permanência endêmica do coronavírus, além de novas e futuras situações pandêmicas, torna-se essencial instituir políticas de promoção ao acesso igualitário à tecnologia, reconhecendo as diferentes dimensões

sociais, econômicas e culturais do país e trabalhando intencionalmente para revertê-las (CARRANZA-MARCHENA, ZAMORA-SÁNCHEZ, 2020).

A intensidade das interações *on-line* durante o ERE implicou a invasão da vida profissional na vida familiar e doméstica dos docentes (AKOUR et al., 2020; ALMHDAWI et al., 2021; EVANOFF et al., 2021; PRADO-GASCÓ et al., 2020). Ademais, o ambiente informal criado pelo ERE favoreceu situações inconvenientes, como a interrupção das aulas por assuntos particulares, invasão da privacidade e interferências dos pais e/ou responsáveis no processo pedagógico (SANTOS, 2020).

Por fim, entre os desafios comunicacionais enfrentados durante o ERE, a impessoalidade das relações evidenciada, por exemplo, pela permanência das câmeras desligadas e pela ausência de diálogos durante as aulas síncronas, despertou a sensação de “monólogos digitais” nos docentes (CASACCHIA et al., 2021; FERRARI, BARROS, 2021; MIGUEL et al., 2021). Tais achados são respaldados por Santos (2020), ao apontar que uma aprendizagem significativa só é possível por meio da interação pessoal, da troca de conhecimentos, da expressão e partilha de sentimentos e emoções, as quais foram desvirtuadas durante o ERE.

O ambiente doméstico foi transformado em um verdadeiro estúdio de gravação, em uma rotina contínua e sem pausas, que chegava a extrapolar a carga horária remunerada. Inseridos na conjuntura pandêmica, essa categoria profissional constituiu uma importante fonte de comunicação, afeto e motivação para os alunos no período de distanciamento social. No entanto, destaca-se que a interação social com os alunos e a intrusão do trabalho nos lares despertou nos docentes uma sensação de perda de vida privada e familiar. Portanto, as responsabilidades laborais, os aspectos da vida pessoal e o estresse intrínseco à pandemia tornaram a profissão docente ainda mais vulnerável ao adoecimento mental.

A saúde mental dos docentes durante a pandemia da COVID-19

Os desafios impostos à comunidade acadêmica durante o ERE intensificaram ainda mais os sinais de TMC nos docentes universitários (LEITÃO, CAPUZZO, 2020; MHEIDLY et al., 2020). Estudos anteriores à pandemia (CARLOTTO, 2011; BUSTAMANTE et al., 2016; COLLADO et al., 2016; LAREDO, 2018) já sinalizavam uma piora na saúde mental da categoria profissional.

A nova dinâmica de trabalho instituída durante a pandemia de COVID-19 agravou o exaurimento mental docente, ocasionando um aumento nos níveis de *burnout* (MEDINA et al., 2021; PEREIRA et al., 2021), ansiedade, estresse, depressão (ALMHDAWI et al., 2021; EVANOFF et al., 2021; FREITAS et al., 2021; HOSSAIN et al., 2022; MIGUEL et al., 2021) e mudanças na rotina do sono (MIGUEL et al., 2021; PINHO et al., 2021).

Neste contexto, verificou-se uma variação percentual de 13% (EVANOFF et al., 2021) a 47,2% (FREITAS et al., 2021) nas taxas de prevalência de sintomas de estresse entre docentes universitários nos estudos compilados nesta revisão. A sintomatologia de estresse foi associada à ampliação da jornada de trabalho que ganhou uma maior fluidez e indeterminação mediante às novas demandas, como excesso de reuniões administrativas (BORTOLAN et al., 2021; TERRA et al. 2021), adaptação às novas tecnologias (ALMHDAWI et al., 2021), maior tempo destinado ao atendimento discente (MIGUEL et al., 2020; TERRA et al., 2021), ter mais de um vínculo empregatício (FREITAS et al., 2021).

Adicionalmente, sinais de estresse combinados com aspectos pessoais como idade (< 30 anos), estado geral de saúde, medo da COVID-19 e uso de mídias sociais e eletrônicos (HOSSAIN et al., 2022) impactaram sobremaneira na qualidade de vida docente, culminando com diminuição da concentração, queda na qualidade do ensino e baixo desempenho no trabalho (FADEL et al., 2019).

Quanto aos sintomas de ansiedade, a presente revisão observou uma variação nas taxas de prevalência entre 13% (EVANOFF et al., 2021) e 47,7% (HOSSAIN et al., 2022). É importante destacar que as mulheres foram mais suscetíveis à sintomatologia ansiosa durante o período pandêmico (EVANOFF et al., 2021; LI et al., 2020; TELES et al., 2020). Tais achados estão relacionados ao acúmulo concomitante de funções, como tarefas domésticas, cuidados com a família, necessidade de adequações ao trabalho remoto e de manutenção da produção acadêmica (ARRUDA, NASCIMENTO, 2021; JALILI et al., 2021; PINHO et al., 2021). Ademais, outras variáveis como baixo suporte familiar e faixa etária (EVANOFF et al. 2021; FREITAS et al., 2021) foram associadas à prevalência de ansiedade entre docentes universitários, com maior gravidade de sintomas observada entre os solteiros e mais jovens.

No período de distanciamento social imposto pela pandemia de COVID-19, a ocorrência de sintomas depressivos em docentes foi associada às dificuldades no

relacionamento com os estudantes durante as aulas remotas, impossibilidade de realização de atividades em laboratório e despesas incorridas para a adaptação ao ensino (CASACCHIA et al., 2021). Outras variáveis também estiveram atreladas a esse transtorno, como preocupações com a exposição a doença (MIGUEL et al., 2021), renda familiar insuficiente (EVANOFF et al., 2020; FREITAS et al., 2021) e dificuldades no relacionamento familiar durante o confinamento (ZHOU et al., 2021). No presente estudo verificou-se elevada prevalência de sintomas depressivos entre os docentes, com taxas variando de 15,9% (EVANOFF et al., 2021) a 50,0% (FREITAS et al., 2021).

Em relação à síndrome de *burnout*, dentre os estudos examinados nesta revisão, observou-se taxas de prevalência de 34,0% em docentes portugueses (MIGUEL et al., 2021) e de 37,3% (ALMHDAWI et al., 2021) em docentes jordanianos. Segundo Miguel et al. (2021), o estresse e a baixa resiliência foram preditores significativos para o desenvolvimento de *Burnout* em docentes universitários no período do ERE. A baixa resiliência durante esse período esteve relacionada à necessidade de superação dos novos desafios e à pressão sofrida por desempenho profissional (LIU et al., 2021).

Em adição, docentes com problemas de sono têm uma suscetibilidade significativamente mais alta para sofrimento psicológico (LEE, CHEN, 2021; LIZHI et al., 2021; ZHOU et al., 2021). No Brasil (PINHO et al., 2021), 82,6% dos docentes entrevistados apresentaram má qualidade do sono durante a pandemia. No estudo de Miguel et al. (2021), a mudança na rotina de sono durante a pandemia foi significativamente associada a níveis mais altos de *burnout*.

Diante do contexto pandêmico, observa-se que os docentes se depararam com um conjunto de exigências que repercutiram no aumento da carga horária não remunerada, dentre elas, a necessidade de adaptação às TIC e a interação ininterrupta com os discentes. Essas mudanças reduziram o tempo dedicado ao descanso, favorecendo, assim, a má qualidade do sono docente. Em se tratando do ensino superior, características adicionais como a cobrança por produtividade acadêmica, baixas remunerações, múltiplos vínculos trabalhistas e a falta de reconhecimento profissional aumentam a vulnerabilidade dos docentes a transtornos do sono (QUEIRÓZ, EMILIANO, 2020; SANCHEZ et al., 2019).

Considerações finais

Este estudo de revisão destacou o impacto das dificuldades tecnológicas, didáticas e psíquicas vivenciadas por professores universitários no período mais rigoroso de distanciamento social imposto pela pandemia de COVID-19. Foram expostos pontos de vulnerabilidade na adaptação ao ensino remoto, como: inabilidade com as tecnologias, dificuldade na gestão do tempo e a desigualdade de acesso tecnológico.

As informações compiladas convergem na discussão de como a pandemia da COVID-19 e os desafios conferidos ao ERE repercutiram na vida e na saúde mental dos docentes universitários. Como se não bastassem as atividades pedagógicas, de pesquisa e extensão, que não cessaram durante a pandemia, muitos docentes precisaram se adequar às tecnologias de informação e comunicação, sozinhos e em tempo hábil para acompanhar a velocidade imposta pelo ERE.

A alta prevalência de TMC, como estresse, ansiedade, depressão e má qualidade de sono, em docentes universitários que trabalharam remotamente mostrou relação com a sobreposição e concomitância das demandas profissionais e da vida pessoal e familiar. Salienta-se ainda que o quadro de adoecimento mental é mais grave dentre os docentes brasileiros.

Com o objetivo de amenizar os impactos negativos da pandemia, é primordial o investimento em prevenção do adoecimento docente, priorizando as ações de promoção à saúde organizacional e o estímulo a mecanismos de enfrentamento e autocuidado. Outrossim, a crise sanitária evidenciou a necessidade da inserção de profissionais da saúde no âmbito educacional, a fim de assegurar a promoção do bem-estar no contexto laboral, a prevenção de agravos à saúde mental, e por conseguinte, a garantia da qualidade do ensino.

Referências

AKOUR, A. et al. The impact of the Covid-19 pandemic and emergency distance teaching on the psychological status of university teachers: a cross-sectional study in Jordan. *The American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*, Arlington, v. 103, n. 6, p. 2391-9, 2020. <https://doi.org/10.4269/ajtmh.20-0877>

ALMHDAWI, K. A. et al. University professors' mental and physical well-being during the Covid-19 pandemic and distance teaching. *Work*, [S. l.], v. 69, n. 4, p. 1153-61, maio 2021. <https://doi.org/10.3233/WOR-205276>

ARRUDA, R. L.; NASCIMENTO, R. N. A. Narrativas de resiliências: implicações da pandemia na prática docente de mulheres. *Revista Brasileira de Pesquisa (Auto)Biográfica*, Salvador, v. 6, n. 18, p. 720-39, maio/ago. 2021. <https://doi.org/10.31892/rbpab-2525-426X.2021.v6.n18.p720-739>

BARBOSA, R. E. C. et al. Back pain occurred due to changes in routinary activities among brazilian schoolteachers during the Covid-19 pandemic. *International Archives Occupational Environmental Health*, Cham, v. 95, n. 2, p. 527-38, mar. 2022. <https://doi.org/10.1007/s00420-021-01793-w>

BEZERRA, I. M. P. Estado da arte sobre o ensino de enfermagem e os desafios do uso de tecnologias remotas em época de pandemia do coronavírus. *Journal of Human Growth and Development*, Santo André, v. 30, n. 1, p. 141-74, dez. 2020. <https://doi.org/10.7322/jhgd.v30.10087>

BORTOLAN, G. M. Z. et al. Análise da experiência do trabalho remoto em home office de professores do ensino superior. *Ergodesign & HCI*, Rio de Janeiro, v. 9, n. 2, p. 141-57, dez. 2021. <https://doi.org/10.22570/ergodesignhci.v9i2.1612>

BRASIL. Lei N° 13.979, de 6 de fevereiro de 2020. Dispõe sobre as medidas para enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional decorrente do coronavírus responsável pelo surto de 2019. *Diário Oficial da União*, 7 fev. 2020a.

BRASIL. Ministério da Educação. Portaria N° 343, de 17 de março de 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do novo Coronavírus - Covid-19. *Diário Oficial da União*, 18 mar. 2020b.

BRUN, L. G; MONTEIRO, J. K.; ABS, D. Work and common mental disorders in private education teachers: theoretical model. *Paidéia*, Ribeirão Preto, v. 31, set. 2021. <https://doi.org/10.1590/1982-4327e3113>

BUSTAMANTE, A. et al. El burnout en la profesión docente: un estudio en la escuela de bioanálisis de la Universidad de Carabobo Sede Aragua, Venezuela. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, Madrid, v. 62, n. 243, p. 111-21, abr./jun. 2016.

CAMPOS, T.; VÉRAS, R. M.; ARAÚJO, T. M. Trabalho docente em universidades públicas brasileiras e adoecimento mental: uma revisão bibliográfica. *Revista Docência do Ensino Superior*, Belo Horizonte, v. 10, p. 1-19, 2020. <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2020.15193>

CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout em professores: prevalência e fatores associados. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, v. 27, n. 4, p. 403-10, dez. 2011. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722011000400003>

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Prevalence and risk factors of common mental disorders among teachers. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, Madri, v. 31, n. 3, p. 201-6, 2015. <https://doi.org/10.1016/j.rpto.2015.04.003>

CARRANZA-MARCHENA, P.; ZAMORA-SÁNCHEZ, G. Desafíos y oportunidades en tiempos del Covid-19: contexto pedagógico desde la Universidad Nacional y la Universidad Estatal a Distancia. *Innovaciones Educativas*, San José, v. 22, p. 162-70, out. 2020. <https://doi.org/10.22458/ie.v22iEspecial.3154>

CASACCHIA, M. et al. Distance education during Covid 19: an Italian survey on the university teachers' perspectives and their emotional conditions. *BMC Medical Education*, London, v. 21, p. 1-17, jun. 2021. <https://doi.org/10.1186/s12909-021-02780-y>

CASTRO, E. A.; QUEIROZ, E. R. Educação a distância e ensino remoto: distinções necessárias. *Revista Nova Paideia*, Brasília, v. 2, n. 3, p. 3 - 17, set. 2020. <https://doi.org/10.36732/riep.v2i3.59>

COLLADO, P. A. et al. Condiciones de trabajo y salud en docentes universitarios y de enseñanza media de Mendoza, Argentina: entre el compromiso y el desgaste emocional. *Salud Colectiva*, Lanús, v. 12, n. 2, p. 203-20, jun. 2016. <https://doi.org/10.18294/sc.2016.710>

EVANOFF, A. B. et al. Work-related and personal factors associated with mental well-being during the Covid-19 response: survey of health care and other workers. *Journal of Medical Internet Research*, [S. l.], v. 22, n. 8, ago. 2021. <https://doi.org/10.2196/21366>.

FADEL, C. B. et al. Processo de trabalho e disposição ao estresse entre docentes de ciências biológicas e da saúde. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental*, Rio de Janeiro, v. 11, n. 4, p. 843-48, jul./set. 2019. <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2019.v11i4.843-848>

FERRARI, M. A.; BARROS, K. F. Ensino remoto em tempos de pandemia: relatos de docentes de cursos de relações públicas no Brasil. *Olhar de Professor*, Ponta Grossa, v. 24, p. 1-9, maio 2021. <https://doi.org/10.5212/OlharProfr.v24.16015.049>

FIOROTTI, K. P. et al. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Rio de Janeiro, v. 59, n. 1, p. 17-23, 2010. <https://doi.org/10.1590/S0047-20852010000100003>

FREITAS, R. F. et al. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da Covid-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Rio de Janeiro, v. 70, n. 4, nov. 2021. <https://doi.org/10.1590/0047-20850000000348>

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ – FIOCRUZ. *Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia Covid-19: recomendações gerais*. Rio de Janeiro, 2020. Disponível em: <<https://portal.fiocruz.br/documento/saude-mental-e-atencao-psicossocial-na-pandemia-COVID-19>>. Acesso em: 5 nov. 2022.

GIL, M. I. S. Mulher, mãe e professora: desafios e ressignificações na prática docente e na pesquisa em tempos de ensino remoto. *SCIAS: Educação, Comunicação e Tecnologia*, Belo Horizonte, v. 2, n. 2, p. 75-89, 2021. <https://doi.org/10.36704/sciaseducomtec.v2i2.5036>

HOSSAIN, M. T. et al. Mental Health Status of Teachers During the Second Wave of the COVID-19 Pandemic: A Web-Based Study in Bangladesh. *Frontiers in Psychiatry*, v. 13, 2022.

JALILI, M. et al. Burnout among healthcare professionals during Covid-19 pandemic: a cross-sectional study. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, Berlin, v. 94, n. 6, p. 1345-52, ago. 2021. <https://doi.org/10.1007/s00420-021-01695-x>

LAREDO, J. B. Calidad educativa en las instituciones de educación superior: evaluación del síndrome de burnout en los profesores. *Revista Ibero-Americana de Pesquisa e Desenvolvimento Educacional*, Guadalajara, v. 8, n. 16, p. 516-34, jan./jun. 2018. <https://doi.org/10.23913/ride.v8i16.356>

LEE, Z.; CHEN, I. The association between problematic internet use, psychological distress, and sleep problems during Covid-19. *Sleep Epidemiology*, Amsterdam, v. 1, dez. 2021. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2021.100005>

LEITÃO, K. S.; CAPUZZO, D. B. Impactos do burnout em professores universitários no contexto da pandemia de Covid 19. *Revista Humanidades e Inovação*, Palmas, v. 8, n. 40, set. 2020.

LEMOS, A. H. C.; BARBOSA, A. O.; MONZATO, P. P. Mulheres em home office durante a pandemia da Covid-19 e as configurações do conflito trabalho-família. *Revista de Administração de Empresas*, São Paulo, v. 60, n. 6, p. 388-99, nov./dez. 2020. <https://doi.org/10.1590/S0034-759020200603>

LIU, F. et al. Exploring the relationships between resilience and turnover intention in chinese high school teachers: considering the moderating role of job burnout. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Basel, v. 18, n. 12, p. 6418, jun. 2021. <https://doi.org/10.3390/ijerph18126418>

LIZANA, P. A. et al. Low interest in physical activity and higher rates of obesity among rural teachers. *Work*, v. 67, n. 4, p. 1015-22, dez. 2020. <https://doi.org/10.3233/WOR-203351>

LIZHI, X. et al. Factors associated with preference of psychological intervention and mental status among chinese teachers during coronavirus disease 2019: a large cross-sectional survey. *Frontiers in Psychiatry*, Lausanne, v. 19, jul. 2021. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.704010>

MARTINS, A. C. B. L. et al. A experiência de professores no ensino remoto: dilemas, saúde mental e contextos de trabalho na pandemia. *Expressa Extensão*, Pelotas, v. 26, n. 2, p. 260-272, maio/ago. 2021. <https://doi.org/10.15210/ee.v26i2.20468>

MEDINA, H. R. B. et al. the influence of work-family conflict on burnout during the Covid-19 Pandemic: the effect of teleworking overload. *International Journal Environmental Research and Public Health*, v. 18, n. 19, set. 2021. <https://doi.org/10.3390/ijerph181910302>

MHEIDLY, N.; FARES, M. Y.; FARES, J. Coping with stress and burnout associated with telecommunication and online learning. *Frontiers in Public Health*, Lausanne, v. 8, nov. 2020. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.574969>

MIGUEL, C. et al. Impact of Covid-19 on medicine lecturers' mental health and emergency remote teaching challenges. *International Journal Environmental Research and Public Health*, v. 18, n. 6792, jun. 2021. <https://doi.org/10.3390/ijerph18136792>

_____. *OMS declara emergência de saúde pública de importância internacional por surto de novo coronavírus*. Notícias, 30 jan. 2020. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/news/30-1-2020-who-declares-public-health-emergency-novel-coronavirus>>. Acesso em: 20 nov. 2022.

PEREIRA, S. M. A.; HECKTHEUER, F. R.; ESTÁCIO NETO, F. Burnout e tecnoestresse no trabalho docente universitário no Brasil. *EDUCA: Revista Multidisciplinar em Educação*, Porto Velho, v. 8, p. 1-15, dez. 2021. <https://doi.org/10.26568/2359-2087.2021.6560>

PINHO, P.S. et al. Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da COVID-19. *Trabalho, Educação e Saúde*, Rio de Janeiro, v. 19, ago. 2021. <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00325>

PRADO-GASCÓ, V. et al. Stay at home and teach: a comparative study of psychosocial risks between Spain and Mexico during the pandemic. *Frontiers in Psychology*, Lausanne, v. 11, set. 2020. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.566900>

QUEIRÓZ, M. F. F.; EMILIANO, L. L. Ser docente no Século XXI: o trabalho em uma universidade pública brasileira. *Revista Katálysis*, Florianópolis, v. 23, n. 3, set./dez. 2020. <https://doi.org/10.1590/1982-02592020v23n3p687>

SANCHEZ, H. M. et al. Impacto da saúde na qualidade de vida e trabalho de docentes universitários de diferentes áreas de conhecimento. *Ciências & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 24, n. 11, nov. 2019. <https://doi.org/10.1590/1413-812320182411.28712017>

SANTOS, E. G.; SIQUEIRA, M. M. Prevalência dos transtornos mentais na população adulta brasileira: uma revisão sistemática de 1997 a 2009. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Rio de Janeiro, v. 59, n. 3, p. 238-46, 2010. <https://doi.org/10.1590/S0047-20852010000300011>

SANTOS, E.; LIMA, I.S.; SOUSA, N.J. “Da noite para o dia” o ensino remoto: (re) invenções de professores durante a pandemia. *Revista Brasileira de Pesquisa (Auto)Biográfica*, Salvador, v. 5, n. 16, p. 1632-48, dez. 2020. <https://doi.org/10.31892/rbpab-2525-426X.2020.v5.n16.p1632-1648>

SANTOS, H. M. R. Os desafios de educar através da Zoom em contexto de pandemia: investigando as experiências e perspectivas dos docentes portugueses. *Práxis Educativa*, Ponta Grossa, v. 15, p. 1-17, ago. 2020. <https://doi.org/10.5212/PraxEduc.v.15.15805.091>

SOUZA, G. H. S. et al. Educação remota de emergência (ERE): um estudo empírico sobre capacidades educacionais e expectativas de ensino durante a pandemia do Covid-19. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, Vargem Grande Paulista, v. 10, n. 1, set. 2021. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i1.11904>

TELES, R. et al. Perceived stress and indicators of burnout in teachers at portuguese higher education institutions (HEI). *International Journal Environmental Research and Public Health*, v. 17, n. 9, maio 2020. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093248>

TERRA, A. D. G. et al. A pandemia e a precarização das condições de trabalho dos docentes de ensino superior. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 9, jul. 2021. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i9.18344>

ZHOU, J. et al. The prevalence and correlative factors of depression among chinese teachers during the Covid-19 outbreak. *Frontiers in Psychiatry*, Lausanne, v. 12, jun. 2021. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.644276>

Submissão em: 06/10/2022

Aceito em: 10/12/2022

Sobre os autores

Anne Caroline do Nascimento Silva

Programa de Pós-Graduação em Formação de Professores e Práticas Interdisciplinares da Universidade de Pernambuco.

E-mail: annecaroline.nascimento@upe.br

Alan Francisco da Costa Lima Júnior

Bacharelado em Medicina da Universidade de Pernambuco *Campus Serra Talhada*

E-mail: alan.costa@upe.br

Rita di Cássia de Oliveira Angelo

Programa de Pós-Graduação em Formação de Professores e Práticas Interdisciplinares da Universidade de Pernambuco.

E-mail: rita.angelo@upe.br