

## ADAPTAÇÃO DO ENSINO POR CONTA DA PANDEMIA DO NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19) COMO SOBRECARGA DE PROBLEMAS EMOCIONAIS EM PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO: UM ESTUDO QUALITATIVO SOBRE O BURNOUT

Apolo Jeter Barbosa da Silva<sup>1</sup>  
Evanildo Amaro da Silva<sup>2</sup>  
Mayra Serley Barreto de Oliveira<sup>3</sup>  
Adriana Valentim Wandermurem<sup>4</sup>

### RESUMO

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

**Palavras-chave:** Docente; Burnout; Pandemia; Saúde mental; Educação.

## ADAPTATION OF TEACHING DUE TO THE NEW CORONAVIRUS PANDEMIC (COVID-19) AS AN OVERLOAD OF EMOTIONAL PROBLEMS IN EDUCATION PROFESSIONALS: A QUALITATIVE STUDY ON BURNOUT

### ABSTRACT

The adaptation of teaching methodologies during the pandemic period contributed to the mental illness and emotional overload of educators. Studies indicate that the teaching profession is one of the most stressful. Among the occupational stressors observed, we can mention: remuneration, school indiscipline, family participation, difficulty in reconciling personal and

<sup>1</sup>Graduado no curso de Bacharelado em Psicologia do Centro Universitário Vale do Jaguaribe. E-mail: apolo.silva@fvj.br

<sup>2</sup>Graduado no curso de Bacharelado em Psicologia do Centro Universitário Vale do Jaguaribe. E-mail: evanildo.amaro@fvj.br

<sup>3</sup>Docente do Centro Universitário Vale do Jaguaribe. Orientadora da Pesquisa. Especialista em Psicodrama Sócio-Educacional e Terapêutico pelo Centro Universitário Sete de Setembro – UNI7 e em Psicologia Existencial Humanista e Fenomenológica pela Faculdade da Região Serrana – FARESE. E-mail: mayra.serley@unijaguaribe.edu.br

<sup>4</sup>Docente do Centro Universitário Vale do Jaguaribe. Orientadora da Pesquisa. Mestre em Ciências Naturais pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte – UERN. E-mail: andriana.valentim@unijaguaribe.edu.br

professional time and working hours. The objective of the research seeks to understand the relationship between the levels of mental exhaustion of basic education teachers in the face of the adaptation of teaching during the COVID-19 pandemic. To obtain this understanding, the methodological approach of triangulation was used, which allows the use of qualitative and quantitative data, using the focus group technique as a means of complementing the application of the Maslach Burnout Inventory (MBI) to collect information. of participants, followed by comparison with data found in recent academic productions. Burnout is chronic work stress that has not been efficiently controlled, a feeling of exhaustion, negative feelings about work and reduced professional effectiveness. Levels of stress that demand attention were noted in the research, highlighting the importance of seeking professional help. It is concluded that this period directly impacted the mental health of the school community as a whole, having effects that will be felt in the long term. Data obtained indicates that occupational stress has increased considerably. The development of further research focused on mental health is necessary to promote quality of life for teachers.

**Keywords:** Teacher; Burnout; Pandemic; Mental health; Education.

## 1 INTRODUÇÃO

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

De acordo com a OMS, a COVID-19 é uma doença infecciosa causada pelo Novo Coronavírus (SARS-CoV-2) e tem como principais sintomas: febre, cansaço e tosse seca. As estatísticas mostram que uma em cada seis pessoas ficaram gravemente doentes e sentem dificuldade respiratória. Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) em 31 de dezembro de 2019, a OMS foi alertada sobre vários casos de pneumonia na cidade de Wuhan, província de Hubei, na República Popular da China. No dia 7 de janeiro de 2020, autoridades chinesas afirmaram ter identificado um novo tipo de coronavírus. Já em 11 de março de 2020 a COVID-19, foi classificada como pandemia, referente à sua distribuição geográfica pelo mundo.

Uma das restrições impostas pela pandemia foi a realização das aulas presenciais. No estado do Ceará as aulas foram suspensas por meio de decreto nº 33.510, de 16 de março de 2020. Todavia com o decorrer dos meses foi percebido a necessidade do retorno, pois um período tão grande sem aulas seria prejudicial aos alunos desde a educação básica ao ensino superior. A medida encontrada para ofertar as aulas obedecendo às medidas de isolamento e

distanciamento social, foi o ensino por meio de plataformas online (remoto). Entretanto, existiram alguns obstáculos para essa modalidade de ensino, dentre eles pode-se elencar o acesso dos alunos ao conteúdo oferecido, em relação às aulas e aos exercícios que não foi igualitária (BARBOSA et al., 2022).

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

De acordo com o Ministério da Saúde (2001) fatores que contribuem para o sofrimento psíquico podem ser ocasionados pelo ambiente de trabalho. Podemos citar ansiedade, problemas no sono, fadiga e estresse, causados por demandas por qualidade e eficiência e ritmos intensos. Alguns desses fatores se assemelham à jornada de trabalho de um profissional da educação. Nascimento e Seixas (2020) apontam que as condições de trabalho, salas sem climatização, necessidade de levar o trabalho para casa, quantidade de alunos acima do ideal, acessibilidade que não atende as demandas, são fatores que contribuem para o adoecimento do profissional da educação.

Dentre as patologias que atingem os docentes, discorremos neste trabalho sobre a Síndrome de Burnout. Segundo Benevides-Pereira (2012) a Síndrome de Burnout é um processo que se desenvolve a partir do estresse ocupacional, à medida que evolui para o estado crônico. É um meio de responder ao estresse com objetivo de superar os problemas decorrentes do mesmo. Características que nos ajudam a definir essa síndrome são: a exaustão emocional, a despersonalização e a reduzida realização pessoal no trabalho.

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

## **2 METODOLOGIA**

A pesquisa realizada se trata de uma triangulação, pois segundo Santos et al. (2020) é um meio de aprimorar o estudo qualitativo, envolvendo olhares distintos, reforçando assim a credibilidade, pois será utilizado mais de um método. Referenciais teóricos, dados e pesquisas

anteriores serão utilizados para serem obtidos mais conhecimentos acerca do que será explorado e aliado a isso a realização de entrevistas com indivíduos que estão em contato ou vivenciando o problema a ser pesquisado. A perspectiva dos entrevistados propicia relatos, experiências e exemplos que podem contribuir com a compreensão e explicações em relação ao tema.

E quanto a forma de abordagem, uma pesquisa qualitativa, tendo em vista que segundo Gil (1996) a interpretação dos dados requer que sejam analisados não só o que é dito pelos sujeitos nas entrevistas, mas também suas reações ao dizer, o modo de reagir e de perceber, ou seja, a subjetividade dos participantes. Permitindo também a compreensão dos detalhes dos dados e informações obtidas em sua complexidade. Para a coleta de dados foi utilizada a técnica de pesquisa qualitativa, do Grupo Focal, que de acordo com Trad (2009), tem por objetivo apreender percepções, sentimentos e opiniões dos indivíduos dentro do grupo, proporcionando assim uma compreensão sobre o tema proposto pelo pesquisador. Os questionamentos do Grupo Focal foram elaborados pelo pesquisador com a devida autorização do Comitê de Ética em Pesquisa.

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

Como instrumento complementar foi utilizado o Inventário em Burnout de Maslach (MBI), o qual foi elaborado por Christina Maslach e Susan Jackson em 1978. Tal instrumento é um dos mais utilizados para avaliar a Síndrome de Burnout, considerando a vivência do trabalho de acordo com as três dimensões que caracterizam a síndrome, a exaustão emocional, baixa realização profissional e despersonalização (CARLOTTO; CÂMARA; OLIVEIRA, 2019).

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

Maslach (MBI). Estes profissionais são na sua maioria do sexo feminino, sendo adultos na faixa etária entre 25 e 50 anos.

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

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

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

### **3 ENTENDENDO O BURNOUT NA EDUCAÇÃO**

A Síndrome de Burnout foi mencionada primeiramente pelo psiquiatra Herbert Freudenberger em 1974, está presente na Classificação Internacional de Doenças CID-11 representada pelo código QD85 (PERNICIOTTI et al., 2020).

Moreno-Jiménez et al. (2002) fazem considerações a respeito das características que constituem o Burnout. A exaustão emocional é a dimensão manifestada por meio do esgotamento dos recursos emocionais. Problemas de sono, dificuldade de atenção e memória, ansiedade, depressão e perturbações gastrointestinais são decorrentes dessa exaustão. Mediante todos esses fatores é considerada a dimensão mais representativa do estresse ocupacional de acordo com Benevides-Pereira (2012).

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

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

#### **4 CONTEXTO EDUCACIONAL**

Diferentes estudos mencionados apontam a prática docente como sendo uma das profissões mais atingidas, no que se refere à saúde mental Diehl e Marin (2016), já identificaram fatores como: organização do trabalho, a falta de reconhecimento, dificuldades motivacionais, a ausência familiar nas atividades escolares, problemas estruturais, como salas superlotadas e sem ventilação. Tais dificuldades atuam como estressores ocupacionais.

A falta de reconhecimento financeiro, em relação a carga de trabalho e o salário é apontado com o maior estressor, aliada a quantidade de horas não reconhecidas como horas trabalhadas, contribuindo para que muitos docentes busquem trabalho em outras escolas ou setores como meio de complementar a renda. (VALE et al., 2015).

Benevides-Pereira (2012), salienta que numa perspectiva histórica a docência era vista como uma vocação, algo que se fazia por amor. Atualmente, além da cobrança na área profissional, existe a cultura de que o professor seja um exemplo no âmbito social, sexual e ambiental. Cobranças que demandam uma profunda exaustão e estresse.

#### **5 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

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

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

De acordo com Barbosa et al., (2020) a mudança de ensino presencial para o ensino remoto permitiu a segurança contra a COVID, entretanto a adaptação do ensino não foi padronizada, tendo em vista a rapidez necessária para sua implementação que ocorreu de forma brusca, como podemos observar com a fala do Participante 09 *“para mim foi um choque imenso, porque eu não sabia, não estava preparada, não sou boa em tecnologia. Tive que me reinventar, me adaptar, foi mesmo um baque”*. Os entrevistados relataram em sua maioria ter dificuldade em lidar com as tecnologias e aplicativos utilizados para dar aula. Dentre os professores, o Participante 05 a esse respeito disse que, *“pelo menos para mim foi um período terrível da minha vida que refletiu na minha família, e refletiu na minha vida pessoal, eu não me sentia realizada em nada, foi um período, assim... bem desafiador”*.

A pandemia afetou o desempenho profissional dos professores e o aprendizado dos estudantes. Com relação aos estudantes, os impactos são a respeito da ausência da alimentação escolar, prejuízos quanto ao aumento do trabalho doméstico, risco de gravidez precoce e o ensino aos alunos portadores de necessidades especiais. Tais aspectos afetaram no período de isolamento social diretamente o trabalho do educador (BARBOSA et al., 2022). Tinham ainda os casos dos alunos em situação de vulnerabilidade social que não tinham acesso à internet em suas residências, não tinham a possibilidade de assistir às aulas virtuais. E até mesmo os que tinham a oportunidade de assistir às aulas, não interagiam.

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

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

As aulas remotas no Ensino Fundamental, devido à dificuldade de acesso, a falta de um local apropriado para assistir às aulas e realizar as atividades tornaram-se obstáculos no aprendizado. A participação dos pais no processo de ensino-aprendizagem tornou-se um ponto muito relevante (CHARCZUK 2020). O participante 06 também aponta que *“a aula era no celular, muito embora muitas vezes a gente tinha alguns relatos de pais que diziam que o aluno nem assistia à aula, ficavam no celular excessivamente”*. Na maioria dos casos, os pais, segundo os professores, não cobravam a participação dos alunos nas aulas, deixavam o filho à vontade com o celular sem supervisão.

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

Os dados obtidos mostram que 40% dos entrevistados diariamente se sentiam excessivamente exaustos ao final da jornada de trabalho, enquanto 50% tinham a mesma sensação semanalmente. Atrelado a isso os participantes relatam que destinaram suas horas vagas e fins de semana às atividades relacionadas ao trabalho. O participante 08 traz a fala de seus colegas de outras escolas, de que *“e eu escuto muitos relatos dos professores que utilizam seus finais de semana para estarem fazendo esses planejamentos”*. Já o participante 03 traz seu relato pessoal, de que *“concordo com ela, eu sou uma das tais, que utiliza o fim de semana ou sábado ou domingo para planejar para dar uma aula bem dada”*.

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

De acordo com os dados obtidos na aplicação do Inventário em Burnout de Maslach (MBI), durante o período da pandemia 70% dos participantes se sentiram esgotados emocionalmente. Cabe destacar que a profissão já é acompanhada por fatores estressores diversos e fatores de risco psicossociais (MORENO-JIMENEZ et al., 2004)

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

Nesse ínterim a saúde mental desses profissionais ficou, de acordo com o participante 10 *“afetada, né? Defasada”*. O participante 01, a respeito do que passou durante esse período sentiu *“umas mudanças de humor repentinas... Eu tiro por mim, às vezes a gente tá com gás todo e de repente a gente se desmotiva, desmorona, não sabe o que tá acontecendo, fica triste sem saber e fica feliz sem saber”*. A desmotivação é um dos possíveis resultados dos níveis elevados de estresse (VALE et al., 2015).

De acordo com os dados obtidos, 60% dos professores costumam tratar diariamente as pessoas ao seu redor como sendo da família, alunos, funcionários, dentre outros. Em relação ao vínculo entre professor e aluno, quando ocorre uma relação harmoniosa, irá promover um bem-estar, tendo em vista que o período maior dentro da escola se passa com o aluno. Quando essa relação é conflituosa, ao tratar os alunos como se fossem filhos e ainda os problemas destes que estão fora de alcance, serão afetados professores e alunos, podendo interferir no rendimento de ambos dentro de sala de aula, propiciando a sensação de frustração, angústia e desgaste mental no professor (CARLOTTO; CÂMARA; OLIVEIRA, 2019).

Na pesquisa realizada os participantes que residiam na localidade apresentaram níveis de estresse mais elevados. A responsabilidade auto imposta de se ser uma referência para as pessoas com quem lidam é sentida diariamente por 70% dos entrevistados. A diferença em relação aos que moram em outros municípios é que o peso de ser uma referência é mantido mesmo após a saída do local de trabalho. Pois a sociedade espera do professor uma postura de formador e exemplo, tendo em vista que a formação do indivíduo como cidadão que em parte era dever da família, está sendo delegada à escola (BENEVIDES-PEREIRA, 2012).

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

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

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

O trabalho remoto afetou diretamente a saúde mental dos docentes, estudos realizados por Pinho (2021), em relação a saúde mental dos profissionais do sexo feminino foi encontrado que 53,7% tiveram crises ansiosas durante o período remoto, 78,0% apresentaram mau humor, 69,0% outros transtornos mentais e 84,6% tiveram problemas em relação ao sono. Desse modo, sugere-se ainda mais estudos a respeito da temática, abrangendo os diferentes gêneros sexuais, faixas etárias e níveis de ensino para identificar os impactos emocionais. Todavia, percebe-se que esse período atuou como fator que desencadeou o aumento de problemas emocionais nos docentes.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho realizou uma pesquisa a respeito do processo de adoecimento mental de profissionais da educação durante o período da pandemia da COVID-19, em relação a adaptação das metodologias de ensino. A saúde mental dos educadores, de acordo com os participantes, é um ponto que ainda requer mais investimentos e políticas públicas. Eles ainda levantaram o ponto que muitos colegas estão sob o uso de medicações para conseguir trabalhar, enquanto outros desistiram de lecionar.

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

diretamente na saúde mental dos profissionais da educação.

Sugere-se futuras pesquisas em campo na temática educacional, a respeito do impacto a curto, médio e longo prazo do período de ensino remoto durante a pandemia no desenvolvimento escolar e na saúde mental dos professores. Estudos em campo sobre as políticas públicas voltadas à saúde mental do educador, buscando práticas adotadas em diferentes cidades que possam ser divulgadas e contribuir para a saúde mental de nosso país como um todo.

## 5 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARBOSA, Alexandre Lucas de Araújo, Anjos, Ana Beatriz Leite dos e Azoni, Cíntia Alves Salgado **Impactos na aprendizagem de estudantes da educação básica durante o isolamento físico social pela pandemia do COVID-19**. CoDAS [online]. 2022, v. 34, n. 4 [Acesso em 16 Outubro 2022] , e20200373. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2317-1782/20212020373>. Epub 27 Jun 2022. ISSN 2317-1782.

BARBOSA, Andreza et al. **Tempo de trabalho e de ensino**: composição da jornada de trabalho dos professores paulistas 1 1 - Este trabalho traz dados de pesquisa desenvolvida com apoio do Fundo de Apoio à Pesquisa da Universidade Metodista de Piracicaba. . Educação e Pesquisa [online]. 2021, v. 47 [Acesso em 21 Outubro 2022] , e235807. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202147235807>. Epub 17 Dez 2021. ISSN 1678-4634.

BATISTA, Jaqueline Brito Vidal et al. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. Revista Brasileira de Epidemiologia [online]. 2010, v. 13, n. 3 [Acessado 15 Novembro 2022] , pp. 502-512. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1415-790X2010000300013>>. Epub 13 Set 2010. ISSN 1980-5497.

BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria Teresa. Considerações sobre a síndrome de burnout e seu impacto no ensino. **Bol. psicol**, São Paulo , v. 62, n. 137, p. 155-168, dez. 2012 . Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0006-59432012000200005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432012000200005&lng=pt&nrm=iso). acessos em 25 set. 2022.

CARLOTTO, Mary Sandra, C MARA, Sheila Gonçalves e OLIVEIRA, Michelle Engers Taube de Intenção de abandono profissional entre professores: o papel dos estressores ocupacionais. **Revista Brasileira de Educação** [online]. 2019, v. 24 [Acesso em 26 Setembro 2022] , e240028. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-24782019240028>. Epub 05 Ago 2019. ISSN 1809-449X.

Charczuk, Simone Bicca Sustentar a Transferência no Ensino Remoto: docência em tempos de pandemia. **Educação & Realidade** [online]. 2020, v. 45, n. 4 [Acesso em 21 Outubro 2022] , e109145. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-6236109145>. Epub 11 Jan 2021. ISSN 2175-6236.

Controladoria e Ouvidoria Geral do Estado. **CGE**, 2020. Disponível em: <https://www.cge.ce.gov.br/decretos-estaduais/> Acesso em: 17 de out de 2021.

DIEHL, Liciane; MARIN, Angela Helena. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. **Est. Inter. Psicol.**, Londrina, v. 7, n. 2, p. 64-85, dez. 2016. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2236-64072016000200005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072016000200005&lng=pt&nrm=iso). acessos em 25 set. 2022.

Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde / Ministério da Saúde do Brasil, **Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil**; organizado por Elizabeth Costa Dias; colaboradores Idelberto Muniz Almeida et al. – Brasília: Ministério da Saúde do Brasil, 2001.

Estudo sobre a Lei do Piso Salarial. **Portal MEC**, 2012. Disponível em: [http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com\\_docman&view=download&alias=10241-estudo-sobre-lei-piso-salarial&Itemid=30192](http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=10241-estudo-sobre-lei-piso-salarial&Itemid=30192). Acesso em: 08 de nov. de 2021.

GIL, A.C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas; 1996.

Histórico da pandemia de Covid-19. **Paho.org**, 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>. Acesso em: 11 de out de 2021

MEIRA, T. R. M.; CARDOSO, J. P.; VILELA, A. A.; AMORIM, C. R.; ROCHA, S. V.; ANDRADE, A. N.; FREIRE, D. S. **Percepções de professores sobre trabalho docente e repercussões sobre sua saúde**. Revista Brasileira em Promoção da Saúde, Fortaleza, n. 27, v. 2, p. 276-282, abr./jun. 2014. Disponível em: <http://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/2595/pdf> Acesso em: 03 nov. 2022.

MORENO-JIMENEZ, Bernardo et al. **A avaliação do Burnout em professores**. Comparação de instrumentos: CBP-R e MBI-ED. Psicologia em Estudo [online]. 2002, v. 7, n. 1 [Acesso em 25 Setembro 2022], pp. 11-19. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-73722002000100004>. Epub 13 Dez 2004. ISSN 1807-0329.

NASCIMENTO, Kelen Braga do; SEIXAS, Carlos Eduardo. O adoecimento do professor da Educação Básica no Brasil: apontamentos da última década de pesquisas. **Revista Educação Pública**, v. 20, nº 36, 22 de setembro de 2020. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/20/36/josepho-adoecimento-do-professor-da-educacao-basica-no-brasil-apontamentos-da-ultima-decada-de-pesquisas>.

PERNICIOTTI, Patrícia et al. **Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde**: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. Rev. SBPH, São Paulo, v. 23, n. 1, p. 35-52, jun. 2020. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-08582020000100005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582020000100005&lng=pt&nrm=iso). Acesso em 03 nov. 2022.

PINHO, Paloma de Sousa et al. **Trabalho remoto docente e saúde**: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da Covid-19. Trabalho, Educação e Saúde [online]. 2021, v. 19 [Acesso em 7 Novembro 2022], e00325157. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00325>.

SANTOS, Karine da Silva et al. **O uso de triangulação múltipla como estratégia de validação em um estudo qualitativo**. Ciência & Saúde Coletiva [online]. 2020, v. 25, n. 2

[Acesso em 12 Setembro 2022] , pp. 655-664. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020252.12302018>. Epub 03 Fev 2020. ISSN 1678-4561.

SOUZA, Farney Vinícios Pinto. **Adoecimento mental e o trabalho do professor: um estudo de caso na rede pública de ensino**. Cad. psicol. soc. trab., São Paulo , v. 21, n. 2, p. 103-117, dez. 2018 . Disponível em:

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-37172018000200001&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-37172018000200001&lng=pt&nrm=iso). acesso em 25 set. 2022.

TRAD, Leny A. Bomfim. **Grupos focais: conceitos, procedimentos e reflexões baseadas em experiências com o uso da técnica em pesquisas de saúde**. Physis: Revista de Saúde Coletiva [online]. 2009, v. 19, n. 3 [Acesso em 13 Dezembro 2021] , pp. 777-796. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312009000300013>. Epub 18 Dez 2009. ISSN 1809-4481.

VALE, Silvia Fernandes do, MACIEL, Regina Heloisa e CARLOTTO, Mary Sandra **Propriedades psicométricas da escala de percepção de estressores ocupacionais dos professores (EPEOP)**. Psicologia Escolar e Educacional [online]. 2015, v. 19, n. 3 [Acesso 26 Setembro 2022] , pp. 575-583. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-3539/2015/0193906>. Epub Sep-Dec 2015. ISSN 2175-3539.