



KEYTSON DANYLLO DA SILVA PINTO

RAYKO SAYMON MOURA

**Impactos da Covid-19 na saúde mental dos professores de uma escola
pública de Guanambi - Bahia**

Guanambi-BA

2024

Keytson Danyllo da Silva Pinto

Rayko Saymon Moura

Trabalho de conclusão de curso, apresentado ao Curso de Graduação em Medicina das FIP Guanambi, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Medicina.

Orientador: Prof. Gabriel Alves Ferreira.

Coorientadora: Jany Rodrigues Prado

Guanambi-BA

2024

DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)

P659i Pinto, Keytson Danyllo da Silva
Impactos da Covid-19 na saúde mental dos professores
de uma escola pública de Guanambi – Bahia / Keytson
Danyllo da Silva Pinto; Rayko Saymon Moura; orientador
Gabriel Alves Ferreira. - Guanambi, BA, 2023.
13 f.

Trabalho de conclusão de curso (Bacharel em
Medicina) — Faculdades Integradas Padrão-
FIPGuanambi/Afya, 2023.

1. Docência. 2. Pandemia de Covid-19. 3. Saúde
mental. I. Moura, Rayko Saymon. II. Ferreira, Gabriel
Alves, orient. III. Prado, Jany Rodrigues, orient. IV. Título.

CDU
613.86:616-036.21

Bibliotecária: Raphaela Mota Pereira Veloso – CRB-5/2056

FACULDADES INTEGRADAS PADRÃO – FIPGUANAMBI
COORDENADORIA DE PESQUISA/COPPEXII
CURSO DE MEDICINA

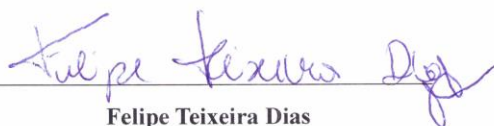
DECLARAÇÃO DE DEFESA DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

No dia 01 de dezembro de 2023, na sala APG 5, compareceram para defesa do Trabalho de Conclusão de Curso, requisito para a conclusão do curso de Medicina, os/as estudantes: Rayko Saymon Moura e Keytson Danyllo da Silva Pinto cuja pesquisa apresenta como título, **“Impactos da COVID-19 na saúde mental de professores de uma escola pública de Guanambi-Bahia”** Constituíram a Banca Examinadora: o/a orientador (a), Prof. Gabriel Alves e avaliadores, Prof. Charles Neris Moreira e Profa. Jany Prado Rodrigues Após a apresentação e as observações dos membros da Banca Examinadora, ficou definido que o trabalho foi considerado **aprovado**. Eu, Felipe Teixeira Dias, Coordenador de Pesquisa e TCC Institucional, lavrei a declaração para apreciação dos setores e demais interessados.

Guanambi/BA, 26 de Fevereiro de 2024.

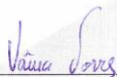
Responsáveis:

Felipe Teixeira Dias
COORDENADOR DA COPPEXII
FIPGUANAMBI-AFYA



Felipe Teixeira Dias

Coordenador de Pesquisa e TCC



Vânia Torres

Diretora Acadêmica

Vânia Torres
DIRETORA ACADÊMICA
FIPGUANAMBI-AFYA

Impactos da Covid-19 na saúde mental dos professores de uma escola pública de Guanambi - Bahia

Impacts of Covid-19 on the mental health of teachers in a Guanambi public school - Bahia

Impactos del Covid-19 en la salud mental de los docentes en um escuela pública de Guanambi - Bahia

Gabriel Alves Ferreira¹, Jany Rodrigues Prado², Keytson Danyllo da Silva Pinto³, Rayko Saymon Moura⁴.

RESUMO

Objetivo: Analisar os impactos da COVID-19 na saúde mental dos professores de uma escola pública da cidade de Guanambi - BA, sudoeste baiano. **Métodos:** Estudo descritivo exploratório, de abordagem qualitativa, focado na análise de conteúdo e pautado em entrevistas semiestruturadas, mediante aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa. A amostra compreendeu a colaboração de dez professoras da educação básica com idade entre 34 e 49 anos, após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão. **Resultados:** Foram identificadas quatro Unidades Temáticas principais, sendo elas a ansiedade generalizada; a diminuição de alcance e resultados educacionais; o fortalecimento de laços profissionais e familiares, e, por fim, a busca por aperfeiçoamento/autodesenvolvimento e ampliação do consumo cultural. No que se refere às principais estratégias de tratamento/manejo dos problemas emocionais e de saúde identificados no período pandêmico destacaram-se a psicoterapia (47%), tratamento medicamentoso orientado por psiquiatras (31%) e a prática de terapias alternativas (22%). **Conclusão:** O presente estudo evidencia que a pandemia de Covid-19 afetou significativamente a dinâmica profissional e doméstica das professoras, impactando em eixos considerados negativos e positivos. Conclui-se que a pandemia exigiu dos profissionais da educação resiliência, com o gerenciamento de sobrecargas laborais e emocionais, provocando adaptações e ressignificações.

Palavras-chave: Docência, Pandemia de Covid-19, Saúde mental.

ABSTRACT

Objective: To analyze the impacts of COVID-19 on the mental health of teachers at a public school in the city of Guanambi - BA, southwest Bahia. **Methods:** Exploratory descriptive study, with a qualitative approach, focused on content analysis and based on semi-structured interviews, with approval from the Research Ethics Committee. The sample comprised the collaboration of ten basic education teachers aged between 34 and 49 years old, after applying the inclusion and exclusion criteria. **Results:** Four main Thematic Units were identified, namely generalized anxiety; the decrease in educational reach and results; the strengthening of professional and family ties, and, finally, the search for improvement/self-development and expansion of cultural consumption. With regard to the main treatment/management strategies for emotional and health problems identified during the pandemic period, psychotherapy (47%), drug treatment guided by psychiatrists (31%) and the practice of alternative therapies (22%) stood out. **Conclusion:** The present study shows that the Covid-19 pandemic significantly affected the professional and domestic dynamics of teachers, impacting aspects considered negative and positive. It is concluded that the pandemic required resilience from education professionals, with the management of work and emotional overloads, causing adaptations and new meanings.

¹ Gabriel Alves Ferreira - Médico de Família e Comunidade pelo Grupo Hospitalar Conceição

² Jany Rodrigues Prado - Mestra em Educação e Professora pelas Faculdades Integradas Padrão - FIPGUANAMBI/Afya

³ Keytson Danyllo da Silva Pinto - Graduando em Medicina pelas Faculdades Integradas Padrão - FIPGUANAMBI/Afya

⁴ Rayko Saymon Moura - Graduando em Medicina pelas Faculdades Integradas Padrão - FIPGUANAMBI/Afya

Keywords: Teaching, Covid-19 Pandemic, Mental health.

RESUMEN

Objetivo: Analizar los impactos de la COVID-19 en la salud mental de profesores de una escuela pública de la ciudad de Guanambi - BA, suroeste de Bahía. **Métodos:** Estudio descriptivo exploratorio, con enfoque cualitativo, centrado en el análisis de contenido y basado en entrevistas semiestructuradas, con aprobación del Comité de Ética en Investigación. La muestra estuvo compuesta por la colaboración de diez docentes de educación básica con edades entre 34 y 49 años, luego de aplicar los criterios de inclusión y exclusión. **Resultados:** Se identificaron cuatro Unidades Temáticas principales: ansiedad generalizada; la disminución del alcance y los resultados educativos; el fortalecimiento de los vínculos profesionales y familiares, y, finalmente, la búsqueda de superación/autodesarrollo y ampliación del consumo cultural. Respecto a las principales estrategias de tratamiento/manejo de los problemas emocionales y de salud identificados durante el periodo de pandemia, destacaron la psicoterapia (47%), el tratamiento farmacológico guiado por psiquiatras (31%) y la práctica de terapias alternativas (22%). **Conclusión:** El presente estudio muestra que la pandemia de Covid-19 afectó significativamente la dinámica profesional y doméstica de los docentes, impactando aspectos considerados negativos y positivos. Se concluye que la pandemia exigió resiliencia de los profesionales de la educación, con la gestión del trabajo y sobrecargas emocionales, provocando adaptaciones y nuevos significados.

Palabras clave: Docencia, Pandemia Covid-19, Salud mental.

INTRODUÇÃO

O COVID-19, vírus transmitido por gotículas através de indivíduos contaminados, sendo caracterizado como pandemia no início de 2020, levando a aproximadamente 15 milhões de mortes pelo mundo e 700.000 mortes no Brasil. O vírus tem grande impacto no sistema respiratório, acarretando febre, tosse, dispneia e em casos mais graves insuficiência respiratória aguda com repercussões hemodinâmicas. Porém o poder de infecção do vírus não se limita ao sistema respiratório, desencadeando medo, angústia, ansiedade, insônia e depressão, ou seja, afetando a saúde mental como um todo (PRADO *et al.*, 2020).

Superando taxas de mortalidade das gripes periódicas e ausência de imunização para a mesma, demandando elevado número de leitos hospitalares e consequentemente sobrecarregando os serviços de saúde, principalmente os serviços terciários (hospitalares/UTI), a pandemia da COVID-19 afeta diretamente o comportamento dos indivíduos em todos os setores produtivos, aumentando a insegurança em todos os aspectos da vida, ou seja, perspectivas individuais e coletivas consequentemente deteriorando os relacionamentos interpessoais (FARO *et al.*, 2020).

O COVID-19 impactou de forma direta no estresse emocional e síndrome de *Burnout* (processo crônico e gradual de exaustão, falta de motivação para o trabalho e produtividade reduzida) nos docentes, juntamente com problemas relacionados ao sono, abuso de medicamentos, sentimento de esgotamento e transtornos de humor (SOUZA; NOVAES; ZIRPOLI, 2021).

Segundo a OMS, a saúde mental é definida como um estado de bem-estar no qual cada indivíduo realiza seu próprio potencial de lidar com o estresse normal da vida, pode trabalhar de maneira produtiva e é capaz de contribuir com sua comunidade e sua capacidade de recuperar-se (OMS, 2022).

A complexidade das atividades de ensino educacional dos docentes de escola pública demanda ações plurais em um universo de conhecimentos e habilidades, onde pode ocorrer sobrecarga emocional, haja vista cargas horárias intensas de trabalho e as novas adaptações impostas pela pandemia do COVID-19, como aulas remotas sem suporte técnico/capacitação/estrutura, sobrecarga de funções e a necessidade de gerenciar os afazeres domésticos constituindo eventos que predispõe ao sofrimento psicoemocional (CAETANO *et al.*, 2022; GOMES *et al.*, 2021; MATIAS *et al.*, 2022).

O consumo de bebidas alcoólicas está constantemente atrelado às condições culturais e sociais no mundo, na maioria das vezes usado como forma recreacional e com o objetivo de alívio de sintomas físicos e mentais no cotidiano, com o impacto da pandemia da COVID-19 acabou por tomar outros rumos. Dessa forma o isolamento social associado à sobrecarga de trabalho desencadeia uma cascata de problemas, a classe dos professores está entre as categorias de profissionais de risco para maior incidência de distúrbios relacionados à saúde mental e, conseqüentemente, para o aumento no consumo de álcool. Condição tal que afeta o padrão de sono, desempenho físico e mental, cuidados com aparência física e alimentação, podendo ainda estar associado ao consumo de outras drogas como tabaco e drogas ilícitas (LEÃO *et al.*, 2022).

As informações a respeito do impacto na saúde mental dos docentes de rede pública pós COVID 19 ainda são escassas, situação constatada após levantamento bibliográfico nas bases de dados no período de fevereiro a junho de 2023, utilizando os descritores "professores, saúde mental e COVID-19" em diversas plataformas digitais (Biblioteca Virtual em Saúde, SciElo, Pubmed). Como filtro, foram analisados artigos completos publicados em português. Deste modo, fez-se necessário um estudo científico com o intuito de fornecer informações sobre os impactos da pandemia COVID-19 sobre a saúde mental dos professores e suas principais conseqüências. O presente estudo pode ser útil para prevenir complicações e uma posterior abordagem terapêutica, prezando, com seus dados e desdobramento, pelo bem-estar desta classe profissional que desempenha um papel tão importante na sociedade brasileira.

Diante desse cenário, objetiva-se analisar os impactos da COVID-19 na saúde mental dos professores de uma escola pública de uma cidade do sudoeste baiano. Especificamente, os objetivos consistem em identificar a recorrência, os principais sinais e sintomas e os diagnósticos associados à saúde mental dos professores de uma escola pública no período pandêmico, além de compreender os fatores do adoecimento referente à saúde mental destes professores durante a pandemia de Covid-19 e quais as principais estratégias de tratamento/manejo dos problemas de saúde identificados, visto que a pandemia da COVID- 19 promoveu mudanças significativas nos relacionamentos interpessoais, na rotina de atividades docentes e isolamento físico, desencadeando novas dificuldades e desafios (MATIAS *et al.*, 2022).

MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo exploratório e de abordagem qualitativa, focado na análise de conteúdo. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética Em Pesquisa das Faculdades Integradas Pitágoras – FIP, conforme nº 6.275.865, respeitando todos os aspectos éticos que permeiam o tema e a dinâmica cotidiana dos colaboradores.

A população foi constituída por 10 (dez) professores de uma instituição pública que atende anos iniciais e finais do ensino fundamental localizada na sede do município de Guanambi - BA, atuantes desde o ano de 2020 (pré-pandemia), que apresentaram quadros de estresse, ansiedade e/ou depressão. Foram adotados como critérios de inclusão: docentes que tenham exercido atividades laborais no período pandêmico; que relataram queixas relacionadas à saúde mental; com idade superior a 18 anos e vínculo empregatício efetivo. Já os critérios de exclusão: docentes em período de licença ou férias; estagiários; familiares, amigos ou conhecidos dos pesquisadores, docentes que não desejarem participar da pesquisa e assinar o TCLE, que não apresentaram queixas relacionadas à saúde mental, que não se sentiram confortáveis com a temática pesquisada e professores que iniciaram suas atividades docentes após período pandêmico.

A coleta de dados foi realizada por meio de uma entrevista semiestruturada composta por 10 questões abertas, abordando o tema "impactos da COVID-19 na saúde mental dos professores de uma escola pública", elaborado pelos pesquisadores. Inicialmente foi esclarecido que todas as informações coletadas teriam sigilo absoluto, conforme resolução do Conselho Nacional de Saúde (CNS) Nº 466 de Dezembro de 2012 e que a participação seria absolutamente voluntária. Após autorização da Secretaria de Educação de Guanambi - BA e a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) as entrevistas foram agendadas, sendo realizadas entre os dias 28 de setembro e 04 de outubro de 2023. As entrevistas foram gravadas pelos pesquisadores e o material, após transcrição, enviado para os entrevistados para aprovação. Com foco nos impactos emocionais e psicológicos, na sequência estão dispostas as perguntas que basearam o levantamento de dados.

Quadro 1. Roteiro de entrevista semiestruturada	
01	Qual ou quais os principais desafios desse período?
02	Qual ou quais questões de saúde mental você passou a sentir ou percebeu que se intensificaram de 2020 para cá?
03	Você tem algum diagnóstico psiquiátrico? Se sente confortável para nos contar qual?
04	Faz psicoterapia, terapias alternativas ou tratamento medicamentoso? Poderia falar um pouco a respeito?
05	Como você se sentiu nos períodos de <i>lockdown</i> ?
06	Como foi sua rotina no período pandêmico?
07	Como foi o seu sentimento no retorno ao trabalho presencial?
08	Qual ou quais estratégias você utilizou para te ajudar nesse período?
09	No cenário da pandemia o estresse relacionado ao trabalho aumentou?
10	O período pandêmico influenciou de alguma forma o relacionamento familiar? De qual forma?

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

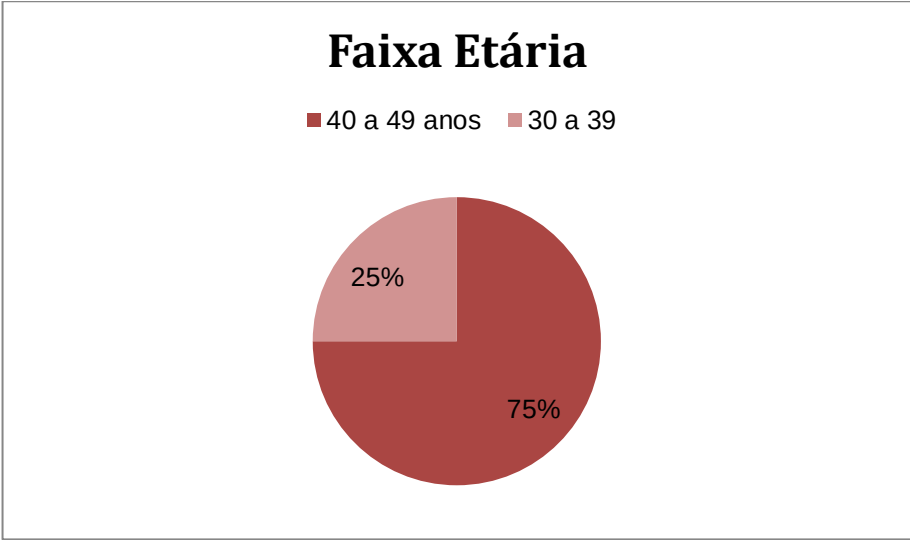
A análise dos dados baseou-se na técnica de análise de conteúdo, conforme os estudos de Minayo (2014). Desta forma, foram sistematizadas em três etapas: ordenação, classificação e análise final dos dados. A ordenação dos dados envolveu a transcrição das entrevistas gravadas e a leitura do material empírico. Tendo como base o referencial teórico e os pressupostos do estudo, passou-se ao levantamento dos temas mais incidentes e relevantes com delineamento das unidades temáticas.

RESULTADOS

Após contato inicial com os professores da escola pública do município de Guanambi - BA, 10 colaboradores foram selecionados como público participante do presente estudo. Todas as participantes auto identificaram-se como do gênero feminino, com idade variante entre 34 e 49 anos. Tal cenário é justificado pela massiva presença de mulheres na educação básica brasileira. De acordo com o Censo Escolar 2022 o corpo docente do país, composto por mais de 2,3 milhões de profissionais, possui nada menos que 1,8 milhões de mulheres, totalizando um percentual de 79,2% de professoras. Na educação infantil, onde se inicia a trajetória escolar regular, elas são praticamente a totalidade dos educadores, representando 97,2%, nas creches e 94,2% na pré-escola (INEP, 2023).

Os dados apontam ainda que a atuação feminina é uma tônica também nas fases seguintes, como o Ensino Fundamental e Ensino Médio. A maioria das professoras do Brasil tem entre 40 e 49 anos (35,2%), faixa etária predominante em todas as etapas de ensino. Mulheres de 30 a 39 anos representam 28,5%, seguidas pelo grupo das que possuem de 50 a 54 anos (12,2%) e das que têm de 25 a 29 anos (8,3%). Docentes com até 24 anos são 3,4% (INEP, 2023). Acerca do grupo colaborador desta pesquisa, no que se refere à faixa etária, podemos constatar equivalência entre os dados nacionais e a referida escola em Guanambi - BA, com a presença dos dois principais grupos etários apontados pelo INEP.

Gráfico 1. Faixa etária do grupo colaborador.



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

Acerca da Covid-19, ressalta-se os impactos do vírus na saúde e na esfera socioeconômica na vida das mulheres brasileiras, com destaque para aspectos como interrupções dos serviços de saúde reprodutiva e materna; o aumento da violência doméstica contra mulheres; os altos índices de mortalidade materna; a sobrecarga feminina nas tarefas domésticas e no cuidado com os outros membros das famílias, além da preponderância de mulheres em setores fortemente afetados pela crise econômica decorrente da Pandemia (ETIENNE, 2021). A análise cuidadosa das entrevistas permitiu chegar a 04 (quatro) Unidades Temáticas Principais:

Quadro 2. Unidades Temáticas selecionadas via Análise de Conteúdo	
Unidade 01	Ansiedade Generalizada
Unidade 02	Diminuição de alcance e resultados educacionais
Unidade 03	Fortalecimento de laços
Unidade 04	Auto aperfeiçoamento e consumo cultural

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

Os principais aspectos que permeiam em cada uma das Unidades supracitadas seguem sistematizados no quadro abaixo:

Quadro 3. Composição das Unidades Temáticas			
Unidade 01	Unidade 02	Unidade 03	Unidade 04
Ansiedade Generalizada	Diminuição de alcance e resultados educacionais	Fortalecimento de laços	Autoaperfeiçoamento e consumo cultural

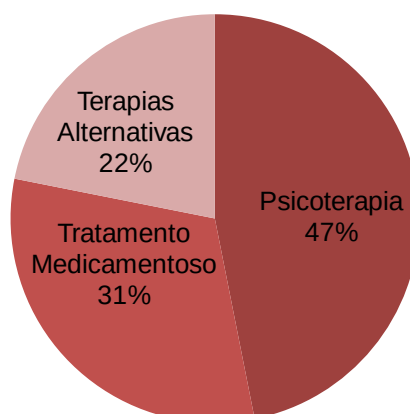
Comportamento acelerado;	Necessidade de readequação do modelo de ensino e desenvolvimento de novas metodologias e habilidades voltadas à tecnologia;	Criação de redes de apoio e orientação entre professores com maior e menor habilidade no uso de tecnologias;	Aumento da preocupação com a saúde física e mental, resultando em mais autocuidado;
Medo de contaminação;			
Tristeza, solidão e impotência devido ao isolamento;	Acesso precário a equipamentos tecnológicos que garantissem a participação e a qualidade das atividades escolares tanto pelos alunos quanto professores;	Maior aproximação e diálogo entre os membros das famílias, fortalecimento de vínculos;	Adoção de terapias alternativas;
Estresse ocasionado pela sobrecarga de funções, especialmente no que se refere às tarefas domésticas e cuidado/atenção com familiares;	Sobrecarga na rotina, sendo necessário conciliar trabalho/educação/dinâmica doméstica de todos os membros da família em um só espaço;	Comportamento coletivo de empatia e acolhimento;	Busca de desenvolvimento espiritual;
Perda de privacidade - alunos, professores e famílias (Home Office), com a inevitável exposição das casas e dinâmicas familiares íntimas;	Dificuldade em manter as crianças interessadas nas aulas por telas;	Autoconhecimento e conhecimento do outro: reconhecer potencialidades e fragilidades nas relações familiares omitidas pela rotina apressada.	Crescimento no consumo de literatura, música e cinema (filmes e séries);
Dificuldade de concentração, tanto por parte dos alunos quanto dos professores.	Evasão escolar: a participação, no sentido de presença dos estudantes caiu consideravelmente.		Ampliação da produção artística, como tocar um instrumento e escrever poesias;
			Investimentos em formação e especialização, com a execução de cursos EAD.

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

No tocante às principais estratégias de tratamento/manejo dos problemas de emocionais e de saúde identificados ao longo da pesquisa, as formas de lidar com os mesmos adotadas pelo grupo de professoras se dividiram em três grupos principais, ilustrados no Gráfico 2.

Gráfico 2. Estratégias de cuidado emocional e de saúde durante a Pandemia.

Tratamentos/Estratégias



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

07 (sete) das 10 (dez) professoras afirmaram ter buscado ajuda e executado sistematicamente formas de tratamento e manejo das mudanças observadas no período pandêmico, em relação à sua saúde mental. Os tratamentos medicamentosos revelados na coleta de dados basearam-se no uso das substâncias Desvenlafaxina, Fluoxetina e Paroxetina, utilizados para equilibrar os níveis de serotonina no cérebro, de modo a tratar sintomas de depressão e ansiedade, devidamente acompanhados por profissionais da área de psiquiatria. Entre as terapias alternativas destacaram-se atividades físicas como o Yoga, a Quiropraxia e o Louvor terapia (Terapia do Louvor), com um caráter mais religioso/espiritual.

DISCUSSÃO

O cenário de instabilidade decorrente da Pandemia de Covid-19 trouxe à tona questões econômicas, sociais, de saúde, culturais, éticas e morais, impactando a vida individual, a vida coletiva e a história do Brasil e do mundo, um contexto que foi agravado pelos medos da humanidade (HAMMERSCHMIDT, BONATELLI E CARVALHO, 2020). A ansiedade generalizada foi majoritariamente citada pelas professoras entrevistadas, como demonstram as falas a seguir:

"Em relação aos alunos houve uma mudança muito brusca com o quadro de ansiedade. A gente não via aluno assim com quadro de ansiedade, mas depois da pandemia, aumentou bastante. Percebi um medo deles, insegurança com a saúde mesmo. Tanto segurança física ou no sentido de pegar alguma doença, de levar para casa alguma doença". (Professora 01).

"É perceptível a ansiedade. A urgência em fazer as coisas o mais rápido possível para se atingir um objetivo". (Professora 02)

"Ansiedade, tanto os alunos quanto nos professores também. Alunos com crise de ansiedade, passando mal até hoje". (Professora 03)

"Tive COVID em 2020, familiares adoeceram, até morreram. Tive medo da morte, medo de ir para o hospital, tive perda de memória. Acho que fiquei com sequelas. Emocionalmente foi muito difícil, fiz terapia." (Professora 04)

"(...) O meu marido tem como profissão a música, acabou desenvolvendo ansiedade por não trabalhar." (Professora 08).

Tratando da saúde mental infantil, faz-se necessário levar em conta a vulnerabilidade emocional dessa população. O distanciamento social, nesta fase, provocou sentimentos de solidão com efeitos na saúde mental expressos em sintomas de ansiedade, depressão, distúrbios no sono e no apetite. Reitera-se que nesta fase do neurodesenvolvimento infantil (Ensino Fundamental) as crianças estão mais vulneráveis a eventos de estresse devido à compreensão limitada da situação, à incapacidade ou dificuldade de formar estratégias de enfrentamento e à dificuldade em expressar seus sentimentos e angústias, resultando em irritabilidade. Dentre as principais estratégias adotadas pelos pais para manejar tais aspectos podemos destacar o acompanhamento psicológico, o estabelecimento de uma rotina escolar/educativa, realização diária de exercícios físicos em âmbito doméstico e a promoção de momentos de lazer, com brincadeiras adaptadas ao espaço disponível (ROMANZINI, BOTTON E VIVIAN, 2022).

De acordo com um resumo científico divulgado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) a Pandemia de COVID-19 desencadeou um aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo, o que levou muitos países a incluírem ações a favor da saúde mental e apoio psicossocial em seus planos de resposta à COVID-19, tendo como principais causas a solidão, o medo de infecção, o luto pela morte de entes queridos, além de preocupações financeiras. O estresse sem precedentes seria uma consequência do isolamento social decorrente da pandemia, relacionados às restrições no âmbito laboral, na busca de apoio dos entes queridos e envolvimento em suas comunidades (OPAS, 2022).

"O meu estresse aumentou devido ao risco de adoecer, que meu marido é funcionário da saúde. Impactou na ausência do meu marido no ambiente residencial, que consequentemente acabou sobrecarregando á mim, para dar conta de tudo em casa". (Professora 10)

"A questão que mais impactou na nova rotina foi a utilização da câmera nas aulas remotas, onde tirou a liberdade e proporcionou situações de constrangimento durante as aulas. Ocorreram situações conturbadas devido perda da privacidade, como o uso de vestimentas inadequadas por parte dos pais, discussões entre pais e alunos. (...) A sobrecarga de serviços (trabalho de casa, funções de professora e papel/função pais de alunos) aumentou a minha carga de ansiedade e estresse, aumentou as expectativas quanto aos resultados frente ao ensino para com os alunos." (Professora 06)

Para além, a sobrecarga de trabalho feminina, já citada nos resultados, é constatada. A necessidade de redefinir alguns limites e comportamentos devido às novas modalidades de trabalho também impactou professores e alunos, que abriram suas casas e sua intimidade uns para os outros, elementos dos quais decorrem a necessidade de desenvolver estratégias como a adoção de protocolos medicamentosos (uso de Desvenlafaxina, Fluoxetina e Paroxetina) e das terapias alternativas (Yoga, a Quiropraxia e o Louvor terapia) constatadas em campo.

Para Voges (2020) o professor foi emergencialmente posto à prova no que se refere às suas capacidades e habilidades com os meios digitais nas transmissões remotas de ensino no período da pandemia, o que provocou uma inevitável desacomodação do lugar que este grupo profissional ocupava. Neste contexto, faz-se de extrema importância observar o discurso dos professores sobre esta experiência, visando proporcionar uma construção dialógica, responsável e ética acerca do trabalho de ensinar, processo resultante em reelaboraões e ressignificações laborais (VOGES, 2020).

Neste sentido, emerge o debate acerca das dificuldades de alcance dos estudantes e da obtenção de bons resultados educacionais, marcado pela necessidade de readequação do modelo de ensino e desenvolvimento de novas metodologias e habilidades voltadas à tecnologia; pelo acesso precário a equipamentos tecnológicos que garantissem a participação e a qualidade das atividades escolares tanto pelos alunos quanto professores; a sobrecarga na rotina, sendo necessário conciliar trabalho/educação/dinâmica doméstica de todos os membros da família em um só espaço; a dificuldade em manter as crianças interessadas nas aulas por telas e a evasão escolar, no sentido de presença dos estudantes caiu consideravelmente, como demonstram os trechos abaixo:

"Alcançar bom número de alunos. Eu e uma colega da áreas de linguagens começamos a gravar vídeos e enviar para os meninos, cantava uma música e enviava, antes mesmos das aulas online, para manter esse vínculo. Então para mim não teve assim um desafio né de

alcançar um bom número de alunos. (...) Havia aquela preocupação de levantar de trocar de roupa, tirar o ambiente de trabalho de dentro do quarto, para não haver mistura com o local de descanso. Foi um pouco difícil na questão das aulas, porque as vezes, chegava alguém em casa, tinha criança e eu preocupada em não atrapalhar a aula.” (Professora 01)

“Reinventar a maneira de dar aula. Porque os recursos preparatórios para os professores atrasaram para chegar. Então, nós tivemos que nos reinventar, usando nossos próprios equipamentos e ao mesmo tempo correr atrás para estudar essas novas tecnologias para conseguirmos darmos aulas para nossos alunos que necessitavam no momento por conta da pandemia.” (Professora 02)

“Dificuldade dos alunos em compreender os conteúdos trabalhados, porque no online não conseguimos alcançar todos. Os alunos ficavam muitos dispersos. Dificuldade em prender a atenção do aluno. Preparar aulas online, também foi uma dificuldade. Alfabetizar crianças por uma tela foi muito difícil” (Professora 03)

“Foi a dificuldade em aprender as tecnologias e encontrar as crianças, em poder alcançar as crianças para dar aula. O aprendizado do aluno, né. Alunos mais leigos. Dificuldade com a tecnologia, porque alguns alunos não tinham esse acesso. (...) Percebemos crianças dispersas, com prejuízo educacional. Houve diminuição na nota do IDEB.” (Professora 04)

“Pela comunidade ser muito carente as crianças não têm muito apoio, ausência de apoio dos familiares e desinteresse por parte dos alunos. A nossa foi a primeira escola a ter aulas virtuais no município, tivemos muita dificuldade na participação das aulas e ausência de suporte/equipamentos.” (Professora 06)

As falas das profissionais da educação colaboradoras desta pesquisa evidenciam uma queda expressiva dos níveis de aprendizado entre os seus alunos. A diminuição da nota do Índice de Desenvolvimento da Educação Básica (IDEB), citada nas entrevistas, é mais um cenário observado a nível nacional: o Brasil registrou piora no aprendizado de estudantes em todos os níveis avaliados, sendo a maior queda registrada na etapa da alfabetização. Segundo dados do Sistema de Avaliação da Educação Básica (SAEB), a queda de 24,5 pontos entre um ano e outro significa que a média brasileira caiu em um nível. Os resultados demonstram que nenhuma das metas esperadas foi atingida, influenciando a criação de um novo plano de metas nacional. Reitera-se que a pandemia ocasionou o fechamento de milhares de escolas em todo o país, sendo que, a maior parte delas adotou de mediação remota ou híbrida e/ou precisou recorrer à reorganizações curriculares com a priorização de determinadas habilidades ou conteúdos (TOKARNIA, 2022).

Além da saúde, a educação foi uma das áreas mais impactadas pela pandemia de Covid-19, gerando diversas consequências. Tomando a dificuldade no acesso às aulas remotas por milhões de estudantes brasileiros interessados em manter-se estudando durante o período de isolamento social, constatou-se um baixo investimento na aquisição de recursos tecnológicos para as instituições públicas. Considerando que, muitas vezes, é a escola que oferece o primeiro contato com essas ferramentas, proporcionando o que é chamada de alfabetização digital, aptidão essencial para a sociedade extremamente conectada em que vivemos na contemporaneidade, este é um problema grave. Do fechamento das escolas decorreu um significativo índice de sujeitos impedidos de acessar o ensino remoto, haja vista sua impossibilidade de adquirir os instrumentos digitais necessários, além da carência de conhecimento quanto à sua utilização efetiva. O saldo é constatação de que a realidade educacional brasileira é marcada pela desigualdade e pela exclusão digital (CHERUTTI, ZUCCHETTI, 2022)

Indo em outra direção, a pesquisa sobre os impactos da pandemia trouxe como aspectos positivos o fortalecimento de laços profissionais e, especialmente, familiares, além do autoaperfeiçoamento e consumo cultural. Foram citadas a criação de redes de apoio e orientação entre professores com maior e menor habilidade no uso de tecnologias; maior aproximação e diálogo entre os membros das famílias, fortalecimento de vínculos; comportamento coletivo de empatia e acolhimento; autoconhecimento e conhecimento do outro, no sentido de reconhecer potencialidades e fragilidades nas relações familiares omitidas pela rotina apressada.

"Alguns colegas eu percebi, aqueles que não tinha afinidade com a tecnologia, ligavam pedindo ajuda para criar salas de aula. (...) Em casa aproximou mais. Teve mais tempo pra ficar juntos, para conversar, para ouvir as histórias." (Professora 01)

"Eu penso que saímos mais unidos e a empatia também, você conseguir enxergar o outro com uma maneira diferente. Saímos valorizando mais o ser do que o ter nesse período. Fiz muitas chamadas de vídeos com parentes que estavam em outros espaços." (Professora 02)

"Foi bom no sentido de ter mais contato. Em poder acompanhar minhas filhas, mais tempo de conversar. Mais contato com a família, proximidade, se alimentar na mesma mesa." (Professora 03)

"Aumentou o vínculo com os filhos e familiares, o diálogo aumentou." (Professora 09).

"O lado positivo foi a união com a família. Ficar mais próximos com os filhos. Cuidei da minha saúde, isso foi bom." (Professora 05)

O Ministério da Saúde (BRASIL, 2020) chegou a publicar uma cartilha de orientações gerais de caráter preventivo tratando das manifestações psicopatológicas mais comuns em um contexto pandêmico, listando as reações e comportamentos mais comuns e as estratégias de cuidado psíquico em situações de pandemia. Dentre elas encontram-se algumas das estratégias utilizadas pelas professoras, como "manter ativa a rede socioafetiva, estabelecendo contato, mesmo que virtual, com familiares, amigos e colegas" (p. 05) e "reduzir o tempo que passa assistindo ou ouvindo coberturas midiáticas" (p.05).

Atentando para as particularidades e diferentes realidades de cada núcleo familiar, defende-se que o fortalecimento dos laços familiares é um elemento crucial para uma convivência saudável. Nota-se uma diminuição gradativa do investimento na convivência familiar de alguns anos para cá, alimentando uma dinâmica em que os indivíduos vivem mais isoladamente e tornam-se mais vulneráveis social e psiquicamente. Deste modo, o *lockdown* tornou-se algo favorável ao investimento em atividades integralizantes entre os membros das famílias brasileiras, sendo um terreno fértil para a adoção de novos hábitos aproximadores e fortalecedores de vínculos, como demonstram as falas (PROGEP, 2020).

Já a questão da auto aperfeiçoamento e consumo cultural tem como pilares o cuidado com a saúde física e mental, justificado pela prática de exercícios físicos e a busca pela psicoterapia, com a adoção de terapias alternativas, já listadas na seção de resultados; o crescimento no consumo de literatura, música e cinema e a busca de desenvolvimento em diferentes setores da vida, como o espiritual, o artístico e o acadêmico.

"Eu gosto muito de música. Então foi um tempo que usei para aprofundar meu conhecimento, no teclado que eu já tocava." (Professora 01)

"Montei meu local de trabalho e privacidade. Comecei ler livros. Tinha medo de pegar COVID, eu e minha família íamos pra roça." (Professora 03)

"Fazia caminhada, lia livros, assistia filmes. Fiz cursos à distância." (Professora 04)

"Aumentou a prática de leitura, utilizou plataformas de streaming, séries e filmes, e eu não acompanhava jornais devido ao elevado número de notícias ruins." (Professora 08)

"Retomei a prática de escrever poesia e assistir séries e filmes." (Professora 10)

O que podemos observar é que a promoção de debates virtuais com temas pertinentes ao autocuidado pode auxiliar a sociedade na construção de uma autorreflexão mais holística diante dos diversos desafios causados pela pandemia do novo coronavírus. Iniciativas de profissionais das mais diversas áreas do conhecimento utilizando uma visão holística ofertaram ferramentas que auxiliaram na autorreflexão sobre a importância do autocuidado na pandemia, contribuindo para a construção de uma rede sustentável de pessoas que buscam o autodesenvolvimento pessoal em uma realidade onde a população foi convocada a rever posturas e hábitos, com foco em adaptar-se à novos modos de vida, especialmente no que se refere à promoção da saúde física e mental (PAIXÃO et al., 2021).

As profundas mudanças nas cadeias produtivas da economia da cultura, haja vista que seus bens de consumo são serviços que dependiam fortemente da aglomeração de pessoas, trouxeram novos formatos, a

exemplo das *lives*, apresentações artísticas transmitidas ao vivo. Em 2020 houve um salto na demanda por consumo cultural por meio da internet, que já era crescente nos últimos anos. Aponta-se também que o apreço à cultura e seu consumo foi significativamente elevado, de modo que o grau de importância da cultura na vida pessoal durante a pandemia passou a ser considerado "grande". Este consumo foi estimulado ainda pela praticidade e amplo repertório que as plataformas de *streaming* oferecem hoje. A prática da leitura também cresceu. Tais aspectos reforçam a relevância de que o poder público atue como agente das políticas culturais, ampliando o acesso da população em todas as classes sociais e amparando artistas que sofreram drasticamente os impactos do isolamento nos níveis laboral e econômico (CASTRO, CARVALHO, 2021).

Por fim, constata-se que a pandemia revolucionou prioridades e dinâmicas de vida, exigindo dos profissionais da educação - e de toda a população mundial - adaptações e ressignificações nos mais diversos âmbitos, sendo a saúde e a educação os segmentos mais afetados.

CONCLUSÃO

O presente estudo evidencia que a pandemia de Covid-19 afetou significativamente a dinâmica profissional e doméstica das professoras colaboradoras desta pesquisa, impactando em eixos considerados negativos, tal como eixos positivos. A partir das 10 (dez) questões e 10 (dez) entrevistas aplicadas foram identificadas quatro (04) Unidades Temáticas principais, sendo elas a ansiedade generalizada; a diminuição de alcance e resultados educacionais; o fortalecimento de laços profissionais e familiares, e, por fim, a busca por aperfeiçoamento, no sentido do autodesenvolvimento em diferentes setores da vida, como o espiritual, o artístico e o acadêmico e a ampliação significativa do consumo cultural. No que se refere às principais estratégias de tratamento/manejo dos problemas emocionais e de saúde identificados no período pandêmico destacaram-se a psicoterapia (47%), tratamento medicamentoso orientado por psiquiatras (31%) e a prática de terapias alternativas (22%). Conclui-se que a pandemia revolucionou prioridades e dinâmicas de vida, exigindo dos profissionais da educação resiliência, com o gerenciamento de sobrecargas laborais e emocionais, provocando adaptações e ressignificações nos mais diversos âmbitos, de modo que a educação foi um dos segmentos mais afetados socialmente.

REFERÊNCIAS

1. BRASIL, Ministério da Saúde. Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19. Cartilhas. Brasília: Fio Cruz, 2020.
2. CAETANO, Luciana Maria; SOUZA, Jaqueline Maria; COSTA, Rodney Querino Ferreira et al. A saúde mental dos professores: a espiritualidade como estratégia protetiva em tempos de pandemia. Revista Saúde e Pesquisa. V. 15.n.2. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.17765/2176-9206.2022v15n2.e10334>. Acesso em: 07 de junho de 2023.
3. CASTRO, Flávia Lages; CARVALHO, Maria Luiza. Consumo de cultura na pandemia. Pol. Cult. Rev., Salvador, v. 14, n. 1, p. 239-265, jan./jun. 2021.
4. CHERUTTI, Tauana; ZUCCHETTI, Dinorá. Educação e tecnologia: o acesso de estudantes de camadas populares à aprendizagem durante a pandemia. Revista Conhecimento Online, 2, 236–257. 2020. DOI <https://doi.org/10.25112/rco.v2.3029>.
5. ETIENNE, Clarissa F. COVID-19 tem impactos “devastadores” sobre as mulheres, afirma diretora da OPAS. OPAS - Organização Pan-Americana da Saúde. 2021. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/26-5-2021-covid-19-tem-impactos-devastadores-sobre-mulheres-afirma-diretora-da-opas>. Acesso em: 10 de novembro de 2023.

6. FARO, André; BAHIANO, Milena de Andrade; NAKANO, Tatiana de Cássia et al. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Revista Estudo Psicologia Campinas*. V. 37. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>. Acesso em: 07 de junho de 2023.
7. GOMES, Nardilene Pereira; CARVALHO, Milca Ramaiane da Silva; SILVA, Andrey Ferreira et al. Saúde mental de docentes universitários em tempos de covid-19. *Revista Saúde Sociedade*. São Paulo. V. 30.n.2. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902021200605>. Acesso em: 07 de junho de 2023.
8. HAMMERSCHMIDT, Karina Silveira de Almeida; BONATELLI, Lisiane Capanema Silva; CARVALHO, Anderson Abreu. Caminho da Esperança nas Relações Envolvendo os Idosos: Olhar da Complexidade sobre Pandemia da Covid-19. *Texto & Contexto Enfermagem*. 2020, v. 29. DOI <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0132>.
9. INEP - Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. Professoras são 79% da docência de educação básica no Brasil. Ministério da Educação. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/assuntos/noticias/institucional/professoras-sao-79-da-docencia-de-educacao-basica-no-brasil>. Acesso em: 08 de novembro de 2023.
10. LEÃO, Ana Cláudia Alves; SILVA, Nayra Suze Souza; MESSIAS, Romerson Brito et al. Consumo de álcool em professores da rede pública estadual durante a pandemia da COVID-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. V. 71.n.1. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000368>. Acesso em: 07 de junho de 2023.
11. MATIAS, Aline Bicalho; FALCÃO, Márcia Theresa Couto; GROSSEMAN, Suely et al. A pandemia da COVID-19 e o trabalho docente: percepções de professores de uma universidade pública no estado de São Paulo, Brasil. *Revista Ciência e Saúde Coletiva*. V. 28. página 537-542. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232023282.11972022>. Acesso em: 07 de junho de 2023.
12. MINAYO, M. C. de S. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. (14.ed.), São Paulo: Hucitec, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232007000400030>. Acesso em: 07 de junho de 2023.
13. OPAS - Organização Pan-Americana da Saúde. Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo. 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em>. Acesso em: 10 de novembro de 2022.
14. PAIXÃO, Maria Auxiliadora Tavares et al. Autocuidado: uma visão holística em tempos de pandemia. *Extramuros. Revista de Extensão da UNIVASF, Petrolina*, v. 1, n. 3, p. 219-243, 2021.
15. PRADO, Amanda Dornelas; PEIXOTO, Bruna Cristina; SILVA, Andréa Mara Bernardes et al. A saúde mental dos profissionais de saúde frente a pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*. V. 46. 2020.
16. PRÓ-REITORIA DE GESTÃO DE PESSOAS - PROGEP. Convivência familiar no contexto da pandemia da Covid-19. Universidade Federal da Paraíba - UFPB. 2020. Disponível em: <https://progep.ufpb.br/progep/contents/em-destaque/convivencia-familiar-no-contexto-da-pandemia-da-covid-19>. Acesso em: 12 de novembro de 2023.
17. ROMANZINI, Andréia Vedana; BOTTON, Letícia Thomasi Jahnke; VIVIAN, Aline Groff. Repercussões da pandemia da Covid-19 em crianças do Ensino Fundamental. *Saúde Debate*. Rio De Janeiro, V. 46, N. Especial 5, P. 148-163, Dez 2022. DOI: 10.1590/0103-11042022E513.
18. SOUZA, Maria Eduarda Iglésias Berardo; NOVAES, Nathaly Maria Ferreira; ZIRPOLI, Bianca Berardo Pessoa. O impacto da pandemia por COVID-19 na saúde mental dos professores: revisão sistemática da literatura. *Revista eletrônica Scielo*. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.48075/rt.v17i1.30387>.
19. TOKARNIA, Mariana. Em meio à pandemia, aprendizagem cai nas escolas do país. Agência Brasil. 2022. Disponível: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/educacao/noticia/2022-09/em-meio-pandemia-aprendizagem-cai-nas-escolas-do-pais>. Acesso em: 15 de novembro de 2022.
20. VOGES, Márcia Neve. O impacto da pandemia no trabalho do professor: uma discussão ergo-dialógica sobre a atividade laboral em plataformas de ensino. *CIET - Congresso Internacional de Educação e Tecnologias*. 2020. Disponível em: <https://cietenped.ufscar.br/submissao/index.php/2020/article/download/1364/1031>. Acesso em: 02 de novembro de 2023.