



08, 09, 10 e 11 de novembro de 2022  
ISSN 2177-3866

## **IMPACTO DA PANDEMIA NA SAÚDE MENTAL DO DOCENTE DURANTE O ENSINO REMOTO EMERGENCIAL: Estudo realizado em uma Instituição Federal de Ensino Superior**

**WELLYNGTON RIBAMAR SILVA POLI**  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS (UFMG)

**LUCINEIA LOPES BAHIA RIBEIRO**  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS (UFMG)

# **IMPACTO DA PANDEMIA NA SAÚDE MENTAL DO DOCENTE DURANTE O ENSINO REMOTO EMERGENCIAL:** Estudo realizado em uma Instituição Federal de Ensino Superior

## **1 INTRODUÇÃO**

No contexto de pandemia, declarada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como emergência de saúde pública de importância internacional. O Brasil foi afetado de forma significativa, com mais de 600 mil óbitos e atingindo o sistema de saúde, a economia, o cotidiano das pessoas e entre outros a educação (BRASIL, 2022; FARIAS *et al.*, 2021). Junto às instituições de ensino foram necessárias as realizações de adaptações aos novos protocolos de saúde, devido à pandemia do coronavírus e em diversas instituições de ensino superior houve a suspensão imediata das atividades acadêmicas presenciais (DOLABELLA, *et al.* 2021; SANTOS, *et. al.* 2021).

Frente a esse cenário foi debatido o aprimoramento do uso de Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDIC) em busca de possibilitar flexibilidade e interação entre estudantes e professores promovendo a continuidade das atividades pedagógicas, formatando-se o Ensino Remoto Emergencial (ERE). A complexa e impositiva transição realizada do ensino presencial tradicional para o ensino remoto emergencial proporcionou uma mudança na dinâmica na vida de trabalhadores de diversas áreas e com os docentes, não foi diferente pois, se depararam com a necessidade de enquadramento das atividades domésticas e de trabalho em uma mesma rotina diária (LOSEKANN; MOURÃO, 2020).

Além da mudança do território de trabalho, às necessidades de adaptação tecnológica, exigências pedagógicas, sobrecarga de tarefas e as necessidades de quebras de paradigmas metodológicos culminaram em um cenário de precarização do trabalho (MONTEIRO; SOUZA, 2020). Neste ambiente precário, o medo tornou-se elemento central da rotina dos docentes, tendo sido até mesmo criado o termo “Covidio-pedago-phobia” para descrever a influência dos medos, do desconhecido, da insegurança do uso das tecnologias avançadas e da fobia social provocada pelo ambiente virtual isolado (EACHEMPATI; RAMNARAYAN, 2020).

Neste panorama, estudos apontam para um crescimento de casos relacionados ao adoecimento mental em professores das diversas categorias, dentre elas, a do professor universitário. O aumento de casos de depressão, ansiedade, estresse e solidão geram impacto negativo na saúde mental e há indícios de consequência no prejuízo do ensino em sala de aula (ARAÚJO, 2020). Ainda assim, existe uma escassez de estudos na comunidade científica que relacionem o sofrimento psíquico e a instabilidade emocional em decorrência do ensino remoto emergencial (SANTOS; SILVA; BELMONTE, 2021).

Deste modo, o presente trabalho tem por objetivo investigar os impactos provocados pelo ensino remoto emergencial na saúde mental de docentes universitários de uma Instituição federal de ensino superior.

Além desta seção introdutória o presente estudo possui outras 4 seções, sendo elas respectivamente, o referencial teórico, a metodologia, a análise dos resultados, e por fim as considerações finais.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

Investigar os impactos na saúde mental requer compreender uma somatória de fatores que se transpõem e interpelam-se entre si, para além dos determinismos psíquicos individuais, investigar a saúde mental parte também da investigação do contexto em que esse público está inserido. Conhecer o histórico, as demandas e o cenário em que o trabalhador docente teve de se inserir é essencial para possui noções quanto aos efeitos na saúde mental. Para além da contextualização é importante entender onde está localizado o debate que possibilite estabelecer o nexo causal entre o ensino remoto emergencial e a saúde mental dos docentes universitários. Deste modo, a presente seção se dividiu em duas subseções, sendo elas: a primeira “Pandemia e o Ensino Remoto Emergencial”; e a segunda “Saúde Mental dos Docentes Universitários na Pandemia”.

### **2.1 Pandemia e o Ensino Remoto Emergencial**

Mediante a circulação do novo coronavírus, a Organização Mundial da Saúde declarou em 30 janeiro 2020 haver confirmação de contágios em vários países, no caso do Brasil, em sete de fevereiro já haviam nove casos em investigação, com elevadas estimativas de transmissibilidade. Além disso, os estudos demonstram que a letalidade do SARS-CoV-2, era majoritariamente associada a pacientes idosos ou à presença de comorbidades que afetam o sistema imunológico, e relativamente poucos estudos clínicos e com muitos casos de hospitalização (LANA *et al.*, 2021).

Para evitar e desacelerar a propagação do vírus foram necessárias a criação de medidas de proteção, distanciamento e isolamento social, tais como: O uso de máscaras e outros equipamentos de proteção individual, distanciamento de no mínimo 2 metros, isolamento no caso de apresentar sintomas, uso de álcool 70%, entre outros (AQUINO *et al.*, 2021). Face ao exposto, o Ministério da Educação brasileiro regulamentou através da Portaria n°544 de 16 de junho de 2020, a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durasse a pandemia de Covid-19 (BRASIL, 2021).

A partir disso, as universidades brasileiras tiveram a possibilidade de retomar as suas atividades através de modelos de ensino remoto. Deste modo as instituições de ensino obtiveram autonomia para definir: a sua estrutura curricular, a disponibilização dos recursos de interatividade para a realização das atividades letivas, e das avaliações, bem como normatizar o estágio curricular e as práticas que exigem laboratórios especializados. Esta reestruturação ocorreu em meio aos diversos indícios de agravamento dos impactos da pandemia na capacidade de aprendizado, na saúde e no bem-estar da comunidade escolar.

Autores apontam que (para os estudantes) predominavam os sentimentos de ruptura da rotina pessoal, incerteza, desconforto emocional e consequências psicológicas: angústia, ansiedade, depressão, abuso de substâncias, dificuldade para dormir e alterações alimentares (SILVA; ROSA, 2021). Quanto aos docentes, foram identificadas necessidades de adaptação da carga horária, das ferramentas de trabalho (estratégias de ensino/ interação com a tecnologia) e até mesmo o esgotamento profissional, em especial, os impactos na saúde mental pelos sinais de ansiedade, cansaço, insegurança, medo e outros (SANTOS, 2020). Neste sentido, a próxima seção apresentará a relação entre saúde mental dos docentes universitários e a pandemia.

### **2.2 Saúde Mental dos Docentes Universitários na Pandemia**

Como exposto anteriormente, com a implementação do Ensino Remoto Emergencial (ERE), a dinâmica de trabalho dos docentes universitários passou por transformações. A mudança de um modelo presencial para um modelo não-presencial desenhado de maneira emergencial e pouco planejada fez com que docentes tivessem pouco tempo para se moldar a este novo cenário. Novas exigências surgiram aos docentes que tiveram de adaptar suas

metodologias, técnicas e aprender novas tecnologias para o trabalho (MONTEIRO; SOUZA, 2020), tudo em meio a um cenário de crise sanitária e humanitária.

É importante compreender a saúde mental dos docentes através da construção do contexto, entendendo que a profissão de docente universitário por ela mesma, já é responsável por chances maiores de desenvolvimento de transtornos mentais e comportamentais como estresse, depressão, ansiedade e *burnout*, quando comparado com demais profissões. Além disso, o cenário político de precarização do trabalho em que se encontram os professores também devem ser levados em consideração como possíveis fatores desencadeadores de prejuízos à saúde mental (MONTEIRO; SOUZA, 2020).

Dentre as formas de continuidade das práticas pedagógicas e administrativas na pandemia adotou-se o teletrabalho, caracterizado pela prestação de serviços fora das dependências convencionais, e uso de tecnologias de informação e de comunicação. De acordo com Losekann e Mourão (2020), o teletrabalho proporcionou um aumento na intensidade do trabalho que passou a invadir, ocupar e dividir espaços com outras atividades do indivíduo, como espaços de convívio familiar e social, podendo gerar diminuição dos espaços para momentos de descanso e ócio, importantes para a reabilitação da saúde física e mental.

Valente *et al.* (2020) discorrem sobre a existência de um aumento da demanda de tempo para a execução do ensino, a necessidade de mais horas para a produção de aulas tornou algo comum para docentes universitários, afirmação corroborada também pelo estudo de Barbosa, Viegas e Batista (2020) em que a maioria dos docentes respondentes da pesquisa relataram um aumento de cerca de 40% de carga de trabalho para a preparação de aulas remotas. Além do aumento na demanda de trabalho no tempo de dedicação para a criação de aulas percebidos pelos docentes, estes trabalhadores em sua maioria tiveram de custear por conta própria a adaptação tecnológica necessária para o ERE, Valente *et al.* (2020) apresentam que dos docentes respondentes, 91,9% possuíam recursos para dar aulas remotas, todavia quando perguntado se haviam recebido incentivos financeiros das instituições que lecionam para a adaptação, 79% deram uma resposta negativa.

Para além das condições do cenário global, e do ambiente de trabalho que o docente está inserido, a prática nas salas virtuais possui uma nova dinâmica laboral ao professor, onde a presença e a interação dos estudantes são inferiores ao que ocorre no ambiente presencial, além disso câmeras fechadas, microfones desligados e a falta de trocas de experiências e debates tornaram-se presentes no cotidiano do ERE (BARBOSA; VIEGAS; BATISTA, 2020). As aulas expositivas se estabeleceram de maneira praticamente unidirecional, sem a ocorrência de interações e partilhas face a face entre estudante e professor, aumentando assim a percepção de isolamento dos docentes ao sentirem que estão falando sozinhos (EACHEMPATI; RAMNARAYAN, 2020; SANTOS; SILVA; BELMONTE, 2021).

Esta experiência de se sentir falando sozinho aparece como sintoma da isolofobia, termo que se refere ao medo do isolamento sentido pelo professor por meio da escassez de interações e discussões com a sala de aula. Sendo este um dos medos e fobias vivenciados por docentes universitários no momento da transição para o ensino remoto emergencial, os quais em conjunto compõem o termo Covidio-pedago-phobia (EACHEMPATI; RAMNARAYAN, 2020).

Além da isolofobia anteriormente mencionada, constituem-se parte do conceito as fobias tais como: A xenofobia a qual refere-se ao medo do desconhecido, neste caso da transição dos quadros aos computadores e do desconforto em aprender uma língua estrangeira, do receio de serem “imigrantes digitais” instruindo as gerações que já são “nativos digitais” em um local desconhecido aos professores; a tecnofobia, o medo da tecnologia avançada e a desconfiança com esses meios; a fobia social, pelo medo de se sentir julgado pelos alunos ao demonstrar dificuldade ou incapacidade de utilizar ferramentas tecnológicas não dominadas (EACHEMPATI; RAMNARAYAN, 2020).

Finalizada esta seção de fundamentação teórica, partimos para os procedimentos metodológicos adotados pela pesquisa.

### 3 METODOLOGIA

A presente pesquisa caracteriza-se como uma pesquisa social pois utiliza de metodologia científica para permitir a obtenção de novos conhecimentos de uma realidade social estudada (GIL, 1989). Quanto a abordagem de investigação, caracteriza-se como qualitativa ao trabalhar com valores e relações sociais que não se podem reduzir a articulações de variáveis (MINAYO, 2002) quanto aos objetivos caracteriza-se como uma pesquisa exploratória, pois tem por estudo o desenvolvimento geral e inicial de um assunto (GIL, 1989)

A técnica de coleta de dados utilizada foi a entrevista, que possibilita a obtenção de dados a respeito do comportamento humano com maior profundidade. O ato da entrevista foi teve como instrumento suporte o roteiro de perguntas semiestruturado, o qual gera uma liberdade ao pesquisador em articular perguntas pré-estabelecidas com questões levantadas durante a entrevista (GIL, 1989). As entrevistas ocorreram de maneira virtual através de videoconferências com duração de aproximadamente uma hora por meio do Microsoft Teams, utilizou-se do auxílio do recurso de gravação para posterior transcrição e análise das respostas. As entrevistas foram realizadas entre 19 janeiro e 02 de fevereiro de 2022.

A busca dos entrevistados se deu de forma não-probabilística intencional através da técnica de amostragem por acessibilidade. A quantidade total de entrevistados foi de 5 docentes universitários de uma instituição de ensino superior federal, com o recorte da população de somente professores do curso de Administração.

Para a compreensão dos dados, utilizou-se como método a análise de conteúdo de Bardin, considerando que a mesma tem por objetivo compreender através de fragmentos de mensagens as características, modelos ou estruturas sociais do objeto de análise (CÂMARA, 2013).

Seguindo preceitos da técnica de análise de conteúdo, a análise dos dados dividiu-se em 3 fases. Na fase de pré-análise, realizou-se a transcrição das entrevistas e a leitura flutuante das mesmas; a partir da leitura flutuante identificou-se 3 temas para organização, sendo eles: os impactos do ERE na saúde mental relacionados à prática docente; ao trabalho; e ao contexto social.

Na segunda fase, a fase de exploração do material, buscou-se codificar e categorizar os dados, para isso, inicialmente foram identificados os sintomas e impactos na saúde mental dos docentes, após a identificação categorizou-se através de um modelo de causalidade em causas e consequências. E por fim as causalidades foram incorporadas aos temas correspondentes. Exemplificando, identificou-se o sintoma de estresse, como **consequência**, que teve como **causa** a sobrecarga de trabalho, esta específica relação de causa e consequência foi alocada no tema “Impactos do ERE na saúde mental relacionados ao **trabalho**”.

Na terceira fase, a fase de tratamento dos resultados, inferências e interpretação, foi feita a análise dos quadros obtidos pela primeira e segunda fase, através da análise das unidades de contexto do texto como um todo para a interpretação dos sintomas e impactos, e posteriormente cruzou-se os achados com os encontrados nos referenciais teóricos abordados.

Visando garantir o sigilo e os aspectos éticos da pesquisa, substituiu-se os nomes dos docentes entrevistados por nomes fictícios. Dito isso, no quadro abaixo observa-se características correspondentes ao perfil dos entrevistados.

**Quadro 1 - Perfil dos Entrevistados**

Nome	Idade em anos	Sexo	Formação	Area de conhecimento (CNPQ)	Especialização	Tempo de docência no ens. Superior	Faixa Salarial em Qtd. Salários Mínimos
------	---------------	------	----------	-----------------------------	----------------	------------------------------------	---

						(em anos)	
Vitor	46-55	Masculino	Comunicação Social	Ciências Sociais Aplicadas	Mestrado: Engenharia de Produção Doutorado: Educação	18	6 a 15
Antônio	46-55	Masculino	Engenharia Agrônômica	Ciências Agrárias	Mestrado e Doutorado em Zootecnia	14	6 a 15
Jorge	46-55	Masculino	Administração	Ciências Sociais Aplicadas e Ciências Humanas	Mestrado: Administração Doutorado: Desenvolvimento Social	18	6 a 15
Henrique	36-45	Masculino	Engenharia Alimentos	Ciências Agrárias	Mestrado: Eng. Alimentos com ênfase em Administração e Estratégia	5	6 a 15
Ricardo	26-35	Masculino	Administração e Letras Inglês	Ciências Sociais Aplicadas e Linguística, Letras e Artes	Doutorado: Administração Mestrado: Administração	7	6 a 15

**Fonte:** Dados da pesquisa.

## 4 ANÁLISE DOS RESULTADOS

Investigar a saúde mental requer uma análise ampla de aspectos da vida do indivíduo, compreender o nexo causal entre ensino remoto emergencial e seus impactos na saúde mental requer analisar dimensões da vida do indivíduo para além do ensino contextualizando-o em seu meio (MONTEIRO; SOUZA, 2020)

Neste sentido, seguindo as divisões dos temas utilizados para a análise de conteúdo, assim como pluralizando o foco de análise para além do ensino (MONTEIRO; SOUZA, 2020). Esta seção será dividida em 3 subseções, sendo elas: Os impactos na saúde mental relacionados à prática docente; os impactos na saúde mental relacionados ao trabalho; e os impactos na saúde mental relacionados ao contexto social.

### 4.1 Impactos na Saúde Mental Relacionados à Prática Docente

Com esses propostos serão apresentadas as principais considerações quanto aos impactos do contexto do Ensino Remoto Emergencial na prática docente dos entrevistados.

Questionados sobre os desafios na transição do ensino tradicional presencial para o ERE, a grande maioria dos entrevistados afirmaram que tiveram acesso aos treinamentos e instruções apropriadas, todavia com consideráveis dificuldades em lidar com as ferramentas tecnológicas, seja na migração dos conteúdos pedagógicos para as plataformas virtuais como na interação com alunos.

Diante da excepcionalidade da substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais, a adaptação tecnológica trouxe sensação de medo do desconhecido, sendo relatado pelos entrevistados Vitor, Jorge e Henrique padrões de insegurança pela necessidade do rápido ajuste.

Conforme demonstrado nos fragmentos das entrevistas abaixo transcritas pode-se vivenciar os desafios impostos aos docentes na adaptação tecnológica durante o ERE.

Excerto 01

Ter que lidar com as ferramentas virtuais e o ensino remoto foi uma novidade para mim que não tinha muita experiência nesse modelo de ensino. [...] Não me senti preparado, embora procurei fazer algumas atualizações e aprender utilizar essas ferramentas [...] busquei formação, treinamentos, mas não me senti preparado (VITOR).

Excerto 02

Eu nunca trabalhei com ensino a distância é EAD e diante da pandemia eu me vi forçado nesse sentido [...] não queria interromper as atividades em função de toda uma dinâmica de trabalho [...] é importantíssimo considerar a cooperação, mas não sou dos mais habilidosos em tecnologia (JORGE).

Excerto 03

Entramos no Remoto forçadamente, por necessidade, de forma abrupta, uma mudança repentina [...] hoje tenho convicção que não sou professor para o Ensino Remoto [...] Muito dos professores não entendiam da parte de informática (gravação/redução de aula), o aprendizado foi na prática (HENRIQUE).

Os entrevistados Antônio e Ricardo relataram não terem dificuldades com as ferramentas de trabalho, por já haver experiências com os instrumentos tecnológicos.

A partir dos excertos, identifica-se evidências de impactos na saúde mental dos docentes, como o sentimento de medo, ao não se sentir preparado para ministrar as aulas no início da adoção do ERE, sentimento que corrobora com os achados de Monteiro e Souza (2020) ao citarem as dificuldades de planejamento e organização dos docentes para se adequar ao novo modelo em um curto espaço de tempo.

Nesse universo comporta-se também a xenofobia descrita por Eachempati e Ramnarayan (2020) a qual refere-se ao medo do desconhecido e da inexperiência. Assim como também a tecnofobia, descrita pelos mesmos autores, como a sensação de insegurança, autocobrança, medo do julgamento e até a fobia social pela inabilidade de manusear ferramentas tecnológicas.

Outra implicação observada foi a insegurança decorrente da perda da validação da prática docente, revelada a partir de falas que evidenciam a sensação de insegurança ao acreditar não estar conseguindo ensinar o conteúdo para os alunos. Com isso, em todos os depoimentos predominam, intercalados, sentimentos de abandono, insegurança, medo e desmotivação.

Excerto 04

Existia uma incerteza, se estou passando tudo de forma correta devido ao tempo curto. Será que está sendo possível os estudantes conseguirem assimilar as coisas? Será que estou percebendo as dificuldades dos estudantes? (VITOR).

Excerto 05

Não há nenhum sentido essa transição, a Instituição não estava preparada para o Ensino Remoto, a dedicação e o aprendizado mudaram muito [...] (ANTÔNIO).

Excerto 06

Ao mesmo tempo o desconhecido como será então? Será que estão me ouvindo bem? Será que estão entendendo? Será que eu preparei minimamente uma aula razoável ou boa? [...] Um efeito de desgaste muito grande, que a aula não foi a apropriada, ou que foi pouco interessante [...] parece que é a sensação de um roubo de energia.” (JORGE).

Excerto 07

O Remoto limita as interações, não sabendo o aproveitamento do aluno [...] já tinha experiência com videoconferências, mas é muito estranho comunicar com o monitor, não abertura de câmera pelo aluno. Nas primeiras aulas ficava falando, sem saber que havia alguém conectado (HENRIQUE).

Excerto 08

No início do ensino remoto eu gravei muitas aulas assíncronas e percebi que para mim era pior, pois eu não tinha nenhum contato com os alunos. Além disso, percebi dificuldade também em diminuir o horário das aulas para adequar ao modelo remoto (RICARDO).

Nesse contexto, a pouca interação dos discentes, a baixa frequência, e a não obrigatoriedade de abertura de recursos audiovisuais (câmeras e microfones) pelos alunos e até mesmo a falta de empatia aparece como um fator desmotivador que alimenta estas angústias e inseguranças. Todos os docentes expuseram novamente a sensação de descrédito de suas atribuições, sendo observados nos depoimentos dos entrevistados Antônio e Jorge, traços de impactos na sua saúde mental ao ter que lidar com o abandono, angústia e frustração.

Excerto 09

Não é fácil dar uma aula e não vê o aluno em frente, professor gosta de aluno [...] (ANTÔNIO)

Excerto 10

A comunicação ela se dá como o corpo comunica, os gestos comunicam e as dinâmicas dentro de sala de aula comunica [...] ficou restrito a voz, imagem [...] preparar aquela aula, chegar entusiasmado, trabalhar o tema, principalmente os temas de maior domínio e interesse, e ao final, as pessoas não se manifestarem [...] a participação é baixíssima (JORGE).



Estas evidências de baixa interação entre professor e aluno foram abarcadas por Barbosa, Viegas e Batista (2020) a partir da identificação de relações unidirecionais, em que não há compartilhamento da “presença” e a troca de experiências, sendo enfatizada maior percepção de docentes de estarem falando sozinhos. Essa escassez de entrosamento também é enfatizada por Eachempati e Ramnarayan (2020) como isolofobia, o medo do isolamento e fobias, que vivenciados no momento da transição para o ensino remoto emergencial pelos docentes universitários é classificada como Covidio-pedago-phobia.

Indagados sobre uma expectativa de retorno iminente das atividades presenciais foram expostos sentimentos de incertezas e apreensão, sobretudo pelo recente aumento das notificações de Coronavírus e a variabilidade sócio geográfica da comunidade universitária.

#### **4.2 Impactos na Saúde Mental Relacionados ao Trabalho**

Para além dos impactos vivência em sala de aula e na dinâmica do ensino, foram encontrados impactos vinculados ao trabalho fora da sala de aula, sejam decorrentes das atividades administrativas, de pesquisa, de extensão, ou até mesmo do próprio preparo para as aulas. Dos fatores encontrados referentes ao trabalho exprime-se a sobrecarga de trabalho neste modelo como um fator desencadeador comum em todas as entrevistas. E como impactos na saúde mental foram descobertos casos de estresse, sentimento de raiva, cansaço, contaminação do tempo de lazer pelo trabalho, crise de pânico e depressão

Na situação analisada, todos os docentes entrevistados apresentaram a sobrecarga de trabalho como um fator intrínseco ao modelo de ensino remoto emergencial. Conforme exemplificado nos trechos das entrevistas com os docentes Vitor e Ricardo.

##### Excerto 11

As aulas assíncronas foi um trabalho brutal, para produzir um vídeo de 20 minutos exige um trabalho grande de preparo[...] dessa forma eu gastava dois dias de trabalho pra uma aula de 20 minutos, dois dias de trabalho [...] O que foi difícil para mim foi a questão do tempo, exigências institucionais e como lidar com as tarefas dentro de casa. Certamente eu trabalhei muito mais que as 40 horas semanais (VITOR)

##### Excerto 12

O professor de modo geral já é sabido que ele costuma trabalhar além da sua carga horária [...] no ensino remoto isso é mais intensificado ainda, acho que isso gerou em mim um impacto muito grande, eu percebi que eu não parava de trabalhar simplesmente. Tirando o momento que eu estava dormindo mesmo, o restante era na frente de um computador. (RICARDO).

A sobrecarga de trabalho no ensino remoto emergencial, foi apresentada pelos docentes, na maioria das vezes, como um elemento desencadeador dos sentimentos e sintomas. Esta sobrecarga de trabalho foi apontada nas entrevistas como resultante do aumento da demanda em vários espaços institucionais, como na preparação das aulas assíncronas, aumento nas atividades administrativas e coordenadoras, atividades de pesquisa e extensão, assim como também por uma redução no tempo disponível devido ao excesso de reuniões.

Estas evidências corroboram com os estudos de Losekann e Mourão (2020) ao afirmarem que o teletrabalho provocou um aumento na intensidade do trabalho além de invadir, ocupar e dividir espaços com outras atividades do indivíduo (Como o tempo para família e amigos). Assim como também possuem consonância com os estudos de Valente *et al.* (2020) e Barbosa, Viegas e Batista (2020) ao indicarem que houve um aumento na carga horária de trabalho para a preparação de aulas remotas. Este aumento de demanda em diversos níveis gerou consequências recorrentes nos docentes como por exemplo o cansaço físico e mental conforme pode ser observado na entrevista com Jorge.

Excerto 13

Mas sinceramente né, eu já cansei, saio do processo muito cansado, cansado fisicamente, cansado mentalmente, essa história do trabalho em casa, por mais que foi possível para o trabalho seguro, mas a carga de trabalho parece que foi triplicado né, não se sabia mais o que era o momento de casa (JORGE).

Este sentimento de cansaço físico e mental alinhado com a perda da paixão em dar aulas, foram sensações encontradas frequentemente nas entrevistas, existe uma percepção de desgaste do docente em continuar neste modelo, e isto reflete-se também na falta de paixão em continuar dando aulas. Este cansaço em continuar neste modelo é um elemento que se repete também nos relatos dos estudos de Honorato e Marcelino (2020).

O compilado dessas circunstâncias envolvendo sobrecarga de tarefas, a falta de participação e interação dos alunos, que se tornaram inerentes ao ERE, fizeram com que, a paixão em dar aulas fosse ocupada pela sensação de obrigatoriedade em cumprir aquela função.

Foram encontrados também sintomas adversos como o estresse, raiva, depressão e crise de pânico, que foram avaliados pelos docentes universitários como elementos que não surgiram com o ensino remoto emergencial, mas que com este modelo, alinhado a questões pessoais, sociais e ao cenário de isolamento social da pandemia, acabaram por desencadear o aumento destas mazelas. Identificando o ERE como um papel intensificador e não como o provocador dos sintomas. Conforme pode ser observado no relato concedido por Ricardo.

Excerto 14

[...] ao ouvir sobre o tema de saúde mental e problemas decorrentes de permanecer em casa. Inicialmente eu achava isso tão distante da minha realidade e pensava que não iria enfrentar isso. Até que o tempo foi passando e quando me assustei estava passando por crise de ansiedade e depressão.[...] Em 2021 passei por algumas crises de ansiedade e pânico e a rotina de ficar em casa gera um impacto em você [...] Eu estava dirigindo um dia e comecei ter taquicardia, falta de ar e sentindo minha garganta fechando, depois descobri que naquele momento eu tive um ataque de pânico, tive sensação que iria morrer [...] Ao buscar tratamento eu descobri que o ERE não é necessariamente a causa de alguns problemas de saúde mental, mas ele pode ser um intensificador de problemas motivados por outras causas raízes. (RICARDO).

A partir do relato de Ricardo são observados alguns sintomas como: Crise de ansiedade, depressão, falta de ar, taquicardia, ataques de pânico. Tais achados corroboram com os estudos de campo e revisões estudadas neste trabalho. Outros autores também encontraram a depressão como uma consequência do ERE na pandemia (LOSEKANN; MOURÃO, 2020; MONTEIRO; SOUZA, 2020; SANTOS; SILVA; BELMONTE, 2021). Assim como também foram encontrados sintomas do ataque ou transtorno de pânico e crises de ansiedade como decorrente da sobrecarga e acúmulo de pressões do ERE (EACHEMPATI; RAMNARAYAN, 2020; LOSEKANN; MOURÃO, 2020; MONTEIRO; SOUZA, 2020).

### **4.3 Impactos na Saúde Mental Relacionados ao Contexto Social**

Durante as entrevistas, foi perceptível o contexto social em que os entrevistados foram submetidos de forma semelhante. Todos ficaram em casa durante um cenário completamente novo que foi a pandemia causada pela Covid-19 que trouxe consequências devido ao isolamento, mas também por causa da cultura social de cada um e suas personalidades.

O Ensino Remoto Emergencial trouxe o trabalho para dentro do domicílio dos professores. Os quais reagiram de formas singulares para se adaptar a esta nova situação. Mesmo que alguns possuíssem algum tipo de experiência, ainda houve dificuldades. Consequente a este cenário e contexto imposto, foi observado que alguns dos indivíduos estudados reduziram suas atividades físicas, aumentaram consumo de álcool e tiveram um

aumento de conflitos familiares. Situações já abordadas em pesquisas recentes que relacionam esses fatores com a quarentena (NEVES, 2021).

Excerto 15

Eu reduzi no começo da pandemia minhas corridas que geraram algumas repercussões à saúde e tive um aumento de consumo de álcool [...] (VITOR).

O consumo de álcool, uma pesquisa realizada pela Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) confirmou que as bebidas alcoólicas são ingeridas para aliviar o estresse do dia a dia. Sendo que, de acordo com a pesquisa realizada pela OPAS, 52,8% dos entrevistados relataram ao menos um sintoma emocional como ansiedade, nervosismo, insônia, preocupação, medo, irritabilidade e dificuldade para relaxar. Para o médico e psicólogo Roberto Debski, fatores como, problemas de relacionamento, dificuldades profissionais, financeiras e medo e preocupações em relação ao adoecimento e morte, geraram um aumento nos níveis de estresse, ansiedade e depressão, com a consequente elevação da ingestão de álcool e drogas (NEVES, 2021).

Excerto 16

Todas as famílias estressaram um pouco, a questão social ficou péssima. mas na sua casa não houve muito impacto, todos levaram de boa, todos tomaram os cuidados necessários, tanto que ninguém até hoje pegou covid. que a família sai mais, ir a clube, cabeça mais leve. [...] (ANTÔNIO).

Por segundo viés, de acordo com a advogada especialista em direito da família, Ana Paula Gimenez, o aumento de conflitos familiares durante a quarentena está relacionado com o medo e estresse gerado pelas dificuldades do período pandêmico. Sendo assim, o aumento de brigas, agressões, divórcios, entre outros, foram relacionados como consequência de situações psicológicas fomentadas pelo contexto (SOUZA, 2020). Fatores presentes nos depoimentos de alguns dos entrevistados que confirmam essa correlação.

Excerto 17

Eu reduzi no começo da pandemia minhas corridas que geraram algumas repercussões à saúde e tive um aumento de consumo de álcool. Depois de um tempo de pandemia eu procurei uma esteira e então comprei uma para lidar da melhor forma possível. [...] Nos primeiros meses tive um aumento de peso (VITOR).

Excerto 18

Comecei a realizar caminhadas para distrair. Eu ia até o parque para caminhar pois esse percurso da minha casa até o parque me fazia bem. Além disso, tive um aumento de peso e então tive que fazer uma reeducação alimentar com adição do exercício físico (RICARDO).

Por fim, a diminuição da frequência de atividades físicas praticadas pelos entrevistados também foi um fator presente nos depoimentos e que podem estar relacionados com ganhos de pesos e evolução de algumas doenças. Assim, estudos alertam para as consequências do confinamento que reduziu de modo considerável o nível de atividades físicas, aumentou os comportamentos sedentários e piorou a qualidade da alimentação das pessoas. Estudos anteriores já mostravam que a inatividade física foi responsável por cerca de 33 milhões de casos de diabetes tipo 2 em 2019 e 5,3 milhões de mortes em 2018, mostrando então os riscos do sedentarismo (FAPESP, 2020).

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo teve como objetivo investigar os impactos provocados pelo ensino remoto emergencial na saúde mental de docentes universitários de uma Instituição federal de

ensino superior. A partir da análise de conteúdo, aplicada aos dados coletados por meio de entrevistas com 5 docentes, foram encontradas consequências diversas relacionadas ao ensino remoto emergencial que se criaram a partir deste, ou que se intensificaram com a adesão desta metodologia de ensino e da mudança no contexto social.

Os achados foram divididos em 3 grandes temas. No primeiro tema, alocaram-se os impactos que se relacionavam à saúde mental e a prática docente, os quais encontrou-se como impactos: A sensação de não conseguir ensinar, as dificuldades de adaptação tecnológica e a pouca interação com os discentes. E a partir destes impactos identificou-se como consequências os sintomas e sentimentos de: Insegurança; medo; abandono; falta de paixão no trabalho; desmotivação; medo do desconhecido; sensação de isolamento; frustração; e angústia.

No segundo tema foram agrupados impactos que se relacionavam a questões do trabalho, dos quais foram encontradas: A sobrecarga de trabalho como uma causa de consequências como o estresse, o sentimento de raiva, crise de pânico, depressão, e a contaminação do tempo de lazer através da perda da distinção dos horários de trabalho e de ócio. No terceiro tema, agrupou-se impactos relacionados ao contexto social do indivíduo, os quais obteve-se como achados diversos: A diminuição das atividades físicas, o aumento no consumo de álcool e também um aumento de conflitos familiares.

A partir destes resultados compreende-se um alinhamento com o que a literatura vem apontando, houve sintonia com sintomas encontrados por autores como Barbosa, Viegas e Batista (2020), Eachempati e Ramnarayan (2020), Honorato e Marcelino (2020), Monteiro e Souza (2020), Losekann e Mourão (2020), Valente *et al.* (2020).

Este estudo teve por limitações a diversidade do perfil dos docentes universitários entrevistados, assim como a análise a qual se limitou aos contextos pessoais dos docentes, não abordando de forma consistente e sistemática as influências do ambiente social, das conjunturas políticas, e da integração das influências do social no individual. Sugere-se para próximos estudos estabelecer análises que busquem estudar como o contexto social se estabelece como fator responsável para o adoecimento mental de docentes universitários.

## REFERÊNCIAS

- AQUINO, Estela M. L. *et al.* Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, [s. l.], v. 25, n. 1, p. 2423-2444, 05 jun. 2021. Mensal. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/4BHTCFF4bDqg4qT7WtPhvYr/?lang=pt>. Acesso em: 08 dez. 2021.
- BARBOSA, Andre Machado; VIEGAS, Marco Antônio Serra; BATISTA, Regina Lucia Napolitano Felício Felix. Aulas presenciais em tempos de pandemia: relatos de experiências de professores do nível superior sobre as aulas remotas. **Revista Augustus**, v. 25, n. 51, p. 255-280, 2020. Disponível em: <https://revistas.unisiam.edu.br/index.php/revistaaugustus/article/view/565/302> Acesso 08 dez. 2021.
- BRASIL. **Ministério da Saúde**. Covid-19: 22.602.506 pessoas estão recuperadas no Brasil. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/informes-diarios-covid-19/covid-19-22-602-506-pessoas-estao-recuperadas-no-brasil>. Acesso em: 04 fev 2022.
- BRASIL. **Ministério da Educação**. Portaria nº 544, de 16 de junho de 2020. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-544-de-16-de-junho-de-2020-261924872>. Acesso em: 23 nov. 2021.
- CÂMARA, Rosana Hoffman. Análise de conteúdo: da teoria à prática em pesquisas sociais aplicadas às organizações. **Gerais, Rev. Interinst. Psicol.**, Belo Horizonte, v. 6, n. 2, p. 179-191, jul. 2013. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-82202013000200003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202013000200003&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 02 fev. 2022.
- DOLABELLA, Ana Clara; MOREIRA, Anna Júlia; RESENDE, Ariadne; MARTINS, Bárbara; RABELO, Nathália. DESAFIOS DO ENSINO REMOTO EMERGENCIAL. **Consciência: A VIRTUALIZAÇÃO DO ENSINO, RESSIGNIFICANDO A APRENDIZAGEM**, Belo Horizonte, v. 1, n. 1, p. 1-6, 26 mar. 2021. Disponível em: <http://www.periodicos.letras.ufmg.br/index.php/ueadsl/article/view/18143/1125614020> Acesso em: 23 nov. 2021.
- EACHEMPATI, Prashanti; RAMNARAYAN, Komattil. Covidio-pedago-phobia. **Medical Education**, v. 54, n. 8, p. 678-680, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7300974/pdf/MEDU-9999-na.pdf>. Acesso em 04 dez. 2021.
- FARIAS, Mário André de Freitas; SANTOS JÚNIOR, Gilson Pereira; MORAES, Humberto Luiz Barros; NASCIMENTO, Solange Melo do. DE ENSINO PRESENCIAL PARA O REMOTO EMERGENCIAL: adaptações, desafios e impactos na pós-graduação. **Interfaces Científicas - Educação**, [S.L.], v. 10, n. 1, p. 180-193, 6 set. 2020. Universidade Tiradentes. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.17564/2316-3828.2020v10n1p180-193>. Acesso em: 08 dez. 2021.
- FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA DO ESTADO DE SÃO PAULO (FAPESP) (São Paulo). **Inatividade física na quarentena pode aumentar as estatísticas de mortes, aponta estudo**. 2020. Disponível em: <https://agencia.fapesp.br/inatividade-fisica-na-quarentena-pode-aumentar-as-estatisticas-de-mortes-aponta-estudo/34766/>. Acesso em: 11 fev. 2022.
- GIL, Antonio Carlos. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 1989. 206 p.
- HONORATO, Hercules Guimarães; MARCELINO, Aracy Cristina Kenupp Bastos. A arte de ensinar e a pandemia COVID-19: a visão dos professores. **REDE-Revista Diálogos em Educação** ISSN 2675-5742, v. 1, n. 1, p. 208-220, 2020.

LANA, Raquel Martins; COELHO, Flávio Codeço; GOMES, Marcelo Ferreira da Costa; CRUZ, Oswaldo Gonçalves; BASTOS, Leonardo Soares; VILLELA, Daniel Antunes Maciel; CODEÇO, Cláudia Torres. Emergência do novo coronavírus (SARS-CoV-2) e o papel de uma vigilância nacional em saúde oportuna e efetiva: surgimiento del nuevo coronavirus (sars-cov-2) y el papel de una vigilancia nacional de la salud oportuna y eficaz. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 00019620, n. 36, p. 1-5, 13 mar. 2021. Mensal. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/sHYgrSsxqKTZNK6rJVpRxQL/?lang=pt>. Acesso em: 08 dez. 2021.

LOSEKANN, Raquel Gonçalves Caldeira Brant; MOURÃO, Helena Cardoso. Desafios do teletrabalho na pandemia Covid-19: quando o home vira office. **Caderno de Administração**, v. 28, p. 71-75, 2020. Disponível em:

<https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CadAdm/article/view/53637/751375150139>. Acesso em: 08 dez. 2021.

MONTEIRO, Bruno Massayuki Makimoto; SOUZA, José Carlos. Saúde mental e condições de trabalho docente universitário na pandemia da COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, p. e468997660-e468997660, 2020. Disponível em:

<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/7660/6644>. Acesso em: 04 dez. 2021.

NEVES, Úrsula. Home / Colunistas / **Consumo de bebidas alcoólicas cresce 93,9% na quarentena**. 2021.

Disponível em: <https://pubmed.com.br/consumo-de-bebidas-alcoolicas-cresce-939-na-quarentena/#:~:text=A%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20Pan%2DAmericana%20da,%C3%A1lcool%20durante%20o%20isolamento%20social>. Acesso em: 11 fev. 2022.

SANTOS, Geórgia Maria Ricardo Félix dos; SILVA, Maria Elaine da; BELMONTE, Bernardo do Rego. COVID-19: emergency remote teaching and university professors' mental health. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, [S.L.], v. 21, n. 1, p. 237-243, fev. 2021. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1806-9304202100s100013>. Acesso em: 08 dez. 2021.

SANTOS, Hugo Miguel Ramos. 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, e2015805, p. 1-17, 2020. Disponível em:

<https://revistas2.uepg.br/index.php/praxiseducativa/article/view/15805/209209213515>. Acesso em: 04 fev. 2022.

SILVA, Simone Martins; ROSA, Adriane Ribeiro. O IMPACTO DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES E O PAPEL DAS INSTITUIÇÕES DE ENSINO COMO FATOR DE PROMOÇÃO E PROTEÇÃO. **Revista Práxis**, Novo Hamburgo, n. 2, mai/ago2021. Disponível em:

<https://periodicos.feevale.br/seer/index.php/revistapraxis/article/view/2446>. Acesso em: 26 out 2021.

SOUZA, Arthur. **Relações familiares podem sofrer desgaste durante quarentena**. 2020. Disponível em:

<https://www.al.sp.gov.br/noticia/?id=408923#:~:text=Para%20Ana%20Paula%2C%20os%20conflitos,cen%C3%A1rio%20mais%20grave%22%2C%20pontuou..> Acesso em: 11 fev. 2022.

VALENTE, Geilsa Soraia Cavalcanti et al. O ensino remoto frente às exigências do contexto de pandemia: Reflexões sobre a prática docente. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, p. e843998153-e843998153, 2020. Disponível em:

<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/8153/7109>. Acesso em 08 dez. 2021.