



CHAMADA ABERTA

rips.unisc

rips.unisc@gmail.com



ARTIGO DE REVISÃO

SAÚDE DO EDUCADOR EM TEMPOS DE PANDEMIA: uma revisão narrativa sobre a saúde mental de profissionais da educação básica

Educator health in pandemic times: a narrative review on the mental health of basic education professionals

La salud del educador en tiempos de pandemia: una revisión narrativa sobre la salud mental de los profesionales de la educación básica

Nathália Quaiatto Félix¹ Pauline Schwarzbold¹ Luísa Gelsdorf¹ Francielle Pasqualotti Meinhardt¹
Cisnara Pires Amaral² Hildegard Hedwig Pohl¹

¹ Universidade de Santa Cruz do Sul; ² Universidade regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões

Autora correspondente: Nathália Quaiatto Félix - quaiattobio@gmail.com

RESUMO

Introdução: o impacto que a pandemia causou na vida das pessoas foi muito grande, tanto no âmbito psicossocial quanto no profissional e está relacionado a algumas síndromes e/ou transtornos psicológicos, como exemplo a Síndrome de *Burnout*. **Objetivo:** verificar a relação entre a pandemia do Covid-19 e a síndrome de *Burnout* em professores da educação básica de escolas públicas e privadas. **Métodos:** trata-se de uma revisão narrativa, onde se utilizou as principais bases de dados para analisar em literatura ampla o tema abordado na pesquisa, sem que se limite à sistematização. **Resultados:** foram discutidas as mudanças do ensino no contexto da pandemia da Covid-19 e os impactos na saúde mental dos profissionais da educação. Essas mudanças, como a reorganização da rotina, o ajuste na estrutura do ensino, mudanças pedagógicas e o acesso ao ensino online por todos, foram geradoras de estresse nos professores e nos alunos. E a responsabilização exclusiva dos professores para que mantivessem a qualidade do ensino durante a pandemia, associada à ausência de capacitações, foram fatores relevantes para o adoecimento dos profissionais. **Conclusão:** pesquisas sobre a Síndrome de *Burnout* em professores de escolas públicas e privadas mostraram que fatores ambientais e individuais quando somados podem desencadear a síndrome de *Burnout*, como, a falta de estrutura física adequada, instrumentos de trabalho adequados, insatisfação profissional, exaustão emocional, contribuindo para o adoecimento. **Palavras-chave:** Covid-19; Ensino; professores; Síndrome de *Burnout*.

ABSTRACT

Introduction: the impact that the pandemic caused in people's lives was very great, both in the psychosocial and professional spheres, and is related to some syndromes and/or psychological disorders, as an example the Burnout Syndrome. **Objective:** to verify the relationship between the Covid-19 pandemic and Burnout syndrome in basic education teachers from public and private schools. **Method:** this is a narrative review, where the main databases were used to analyze the broad literature on the theme addressed in the research, without being limited to systematization. **Results:** the changes in teaching in the context of the Covid-19 pandemic and the impacts on the mental health of education professionals were discussed. These changes, such as reorganization of routine, adjustment in the structure of teaching, pedagogical changes, and access to online learning for all were stressors for teachers and students. And the exclusive responsibility of teachers to maintain the quality of teaching during the pandemic, associated with the absence of training, were relevant factors for teachers' illness. **Conclusion:** research on the Burnout Syndrome in public and private school teachers has shown that environmental and individual factors, when added together, can trigger the Burnout Syndrome, such as the lack of an adequate physical structure, adequate work tools, professional dissatisfaction, and emotional exhaustion, contributing to the illness. **Keywords:** Covid-19; Teaching; teachers; Burnout Syndrome.

RESUMEN

Introducción: el impacto que la pandemia causó en la vida de las personas fue muy grande, tanto en la esfera psicossocial como en la profesional, y se relaciona con algunos síndromes y/o trastornos psicológicos, como ejemplo el Síndrome de *Burnout*. **Objetivo:** verificar la relación entre la pandemia del Covid-19 y el síndrome de *Burnout* en profesores de educación básica de escuelas públicas y privadas. **Método:** se trata de una revisión narrativa, donde se utilizaron las principales bases de datos para analizar la amplia literatura sobre el tema abordado en la investigación, sin limitarse a la sistematización. **Resultados:** fueron discutidos los cambios en la enseñanza en el contexto de la pandemia del Covid-19 y los impactos en la salud mental de los profesionales de la educación. Estos cambios, como la reorganización de la rutina, el ajuste en la estructura de la enseñanza, los cambios pedagógicos y el acceso al aprendizaje en línea para todos fueron factores estresantes para profesores y alumnos. Y la responsabilidad exclusiva de los profesores de mantener la calidad de la enseñanza durante la pandemia, asociada a la ausencia de formación, fueron factores relevantes para el malestar de los profesores. **Conclusión:** la investigación sobre el Síndrome de *Burnout* en profesores de escuelas públicas y privadas ha demostrado que los factores ambientales e individuales, cuando se suman, pueden desencadenar el Síndrome de *Burnout*, como la falta de una estructura física adecuada, herramientas de trabajo adecuadas, insatisfacción profesional y agotamiento emocional, contribuyendo a la enfermedad. **Palabras clave:** Covid-19; Enseñanza; Profesores; Síndrome de *Burnout*.

INTRODUÇÃO

O cenário pandêmico tornou ainda mais tênue a fronteira entre o trabalho e a vida pessoal; impactou diretamente na saúde mental dos trabalhadores que necessitaram mudar o ambiente de trabalho corporativo/institucional para o trabalho remoto, em ambiente doméstico, com destaque para os professores.¹ Em março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou a pandemia de Covid-19, doença causada pelo novo coronavírus. Esse contexto e as condições de trabalho impostas a esses profissionais em decorrência das medidas de distanciamento social, obrigaram o setor de educação a se reinventar e se adequar a novos métodos de ensino-aprendizagem.

No ambiente laboral, os desgastes são impostos ao ser humano basicamente pela organização e pelas exigências do local de trabalho e isso impacta na satisfação sentida pelo trabalhador na execução da sua atividade, podendo variar de acordo com o ambiente, a organização e as condições de execução a que os profissionais são expostos.² Situações de adoecimento e de sofrimento psíquico desencadeiam níveis altos de esgotamento profissional, afetando diretamente a saúde mental dos docentes, levando a síndromes como *Burnout*. Esta síndrome é caracterizada como um estado de esgotamento físico e mental associado ao trabalho de cuidar do outro.³

Parte do adoecimento desencadeado nos professores ocorreu devido às mudanças já citadas e pela associação de outros aspectos multifatoriais. No contexto da pandemia, tudo o que se sabia sobre didática e ensino foi alterado, os professores que antes trabalhavam olhando nos olhos dos alunos passaram a dar aula para uma tela de computador e, por vezes, com as câmeras dos alunos fechadas, dando a impressão de estarem falando sozinhos.^{4,5}

Os estudos relacionados à saúde do trabalhador apresentam diferentes contextos multidisciplinares, uma vez que se objetiva refletir a natureza complexa dos processos de saúde e suas implicações com as dimensões do trabalho na vida das pessoas, especialmente dos educadores, que seguidamente passam por momentos estressantes, trabalham em vários locais diferentes e experienciam uma complexidade de demandas que lhes são impostas cotidianamente. O funcionamento psicológico dos professores tornou-se foco de atenção em particular, uma vez que essa classe de trabalhadores necessitou transformar seu espaço domiciliar em posto de trabalho permanente, assim como os métodos de ensino empregados. Essas mudanças repentinas e o confronto com o desconhecido foram geradores de angústia, ansiedade, pânico e, dependendo da forma como cada pessoa se organizou para lidar com esses sentimentos e a pandemia em si, pode ter desencadeado problemas no âmbito da saúde mental.⁶

Neste cenário, o objetivo desta revisão narrativa foi verificar a relação entre a pandemia do Covid-19 e a síndrome de *Burnout* em professores da educação básica de escolas públicas e privadas. Essa investigação é de extrema importância para subsidiar estratégias de promoção à saúde, no intuito de ajudar a prevenir e minimizar possíveis consequências na saúde mental desses docentes.

METODOLOGIA

Este estudo consistiu em uma revisão narrativa da literatura existente sobre as implicações e mudanças no ambiente de trabalho dos professores da educação básica, tanto em escolas públicas quanto privadas, durante o período da pandemia do Covid-19, e sua possível relação com a Síndrome de *Burnout*. A revisão narrativa é uma abordagem metodológica que permite uma análise ampla e abrangente da literatura existente sobre um determinado assunto, enfatizando a descrição do estado da arte, interpretação e crítica pessoal dos autores envolvidos no estudo, a fim de proporcionar uma visão mais contextualizada e compreensiva dos resultados e implicações dos estudos incluídos na revisão.⁷

Para realizar o levantamento bibliográfico, foram adotados critérios de busca não sistemáticos. A busca ocorreu entre setembro e outubro de 2022. A pergunta de pesquisa norteadora foi: "Quais implicações e mudanças no ambiente de trabalho de professores da educação básica de escolas públicas e privadas, durante a pandemia do Covid-19, ocasionaram a Síndrome de *Burnout*?".

A busca bibliográfica foi conduzida nas bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), *PubMed* e Google Acadêmico, utilizando as seguintes palavras-chave: "*Burnout syndrome*", "*Mental Health*", "*Remote teaching*", "*School Teachers*", "*Workplace environment*". Durante a busca foi utilizado o operador booleano AND para refinar os resultados. Foram incluídos no estudo artigos originais e revisões publicados nas referidas bases de dados entre dezembro de 2019 e setembro de 2022, em português, inglês e espanhol, disponíveis gratuitamente e na íntegra e que contemplassem o tema proposto para esta pesquisa. Na base de dados Google Acadêmico, foi adotado como critério de análise dos 50 primeiros artigos retornados pelos resultados da pesquisa, filtrados por ordem de relevância. Foram excluídos: teses, dissertações, estudos e pesquisas de anais de congressos e boletins informativos, artigos que estivessem fora do período e tema estabelecido, artigos em duplicidade e que não abordassem o tema proposto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da busca digital, foram encontrados 53 estudos: sendo sete no *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), 12 no *PubMed* e 34 no Google Acadêmico. Desses, foram descartados 38 estudos que não atendiam aos critérios de inclusão. Dessa forma, na presente revisão narrativa, analisaram-se 15 estudos pertinentes ao tema proposto. Estes artigos serão discutidos por meio de unidades temáticas referentes às implicações do ambiente e da organização do trabalho na saúde do professor, as mudanças referentes ao ensino no contexto da pandemia do Covid-19 e os impactos na saúde mental e Síndrome de *Burnout* em profissionais da educação.

Implicações do ambiente e organização do trabalho na saúde do professor

O ambiente educacional é constituído por cenários múltiplos, interativos e complexos uma vez que os professores podem experimentar simultaneamente engajamento, alegria e satisfação em suas interações em sala de aula com os alunos, assim como sentimentos de inadequação, cansaço e esgotamento.² Para o professor adaptar-se a este contexto complexo e heterogêneo, ele precisa estar aberto às mudanças desse ambiente já que é elemento fundamental do processo educativo.

Estar aberto a mudanças significou adequar-se ao período pandêmico, exercitando e aprendendo novas habilidades para que fosse possível desenvolver a aprendizagem de forma significativa. Esse período demonstrou claramente as diferenças entre escolas públicas e privadas. As privadas adequaram-se mais rapidamente e exigiram dos professores uma postura de aprendizes diante das novidades impostas, alterando muito rapidamente a metodologia utilizada pelos professores e transferindo a estrutura física da sala de aula para o ambiente doméstico.⁸ Ao mesmo tempo, as instituições municipais e estaduais discutiam a melhor forma de auxiliar os alunos de modo a garantir a aprendizagem e a contemplar as mais variadas realidades vivenciadas por eles.

A grande maioria das escolas públicas reorganizaram-se, num primeiro momento, com a entrega dos materiais de aula por meio online, mas também impressa, para contemplar uma parcela significativa dos alunos que não dispunham de tecnologia para acessar online. Enquanto isso, as escolas privadas exigiram de seus professores conhecimento para mediar a utilização

das tecnologias e criatividade para auxiliar os discentes em suas tarefas escolares. Essa pressão chegou à casa do professor, do aluno, dos pais e da direção. Todos tiveram que se adequar, e muitos não conseguiram lidar com essa pressão, adoecendo de Síndrome de *Burnout*, caracterizada como esgotamento profissional relacionado a um alto nível de estresse causado por demandas no trabalho.⁹

Independente da Instituição, os professores precisaram remodelar suas atividades, além de lidar com inquietações externas como mudança do ambiente presencial para o virtual, assim como a transformação do ambiente doméstico em ambiente de trabalho,⁶ como também, falta de recursos didáticos e desigualdade entre alunos, que influenciam em sua satisfação laboral, em decorrência da sobrecarga de trabalho, exigindo uma nova postura docente.¹⁰ Dessa forma, pode-se definir a satisfação laboral, como um estado emocional resultante de uma avaliação feita por cada sujeito a partir de sua experiência de trabalho, estando relacionada ao contentamento pessoal, motivações individuais e desempenho docente.¹¹

De modo geral, a falta de equilíbrio entre as relações ambientais, demandas situacionais e recursos pessoais ameaçou o bem-estar docente. A pandemia trouxe demandas como distanciamento social, fechamento de setores da economia, adoção do trabalho remoto e medidas de higiene pessoal, impactando diretamente na vida, saúde e trabalho docente, ampliando a precarização do trabalho e abrindo espaços para novos estressores.¹

Estudos brasileiros identificaram que o ensino remoto apresenta dificuldades em relação à ausência de autonomia na tomada de decisões, tarefas repetitivas, longas jornadas de trabalho, desvalorização da atividade profissional e impossibilidade de integração social.¹² Da mesma forma, o mal-estar tem impacto direto na vida dos professores nos aspectos físico, psicológico e social no cenário de suas práticas profissionais.⁶ Pesquisas sobre a Síndrome de *Burnout* em professores mostraram que vários fatores ambientais, como falta de estrutura física adequada, insatisfação profissional, exaustão emocional, bem como fatores individuais, contribuem para o adoecimento.¹³ Nota-se o aumento de docentes apresentando problemas de saúde em decorrência de suas atividades laborais.

Mudanças no ensino no contexto da pandemia do Covid-19

A pandemia do Covid-19 trouxe mudanças na rotina de milhões de pessoas, impondo a necessidade de se realizar isolamento para evitar uma infecção em grande escala na população. O isolamento afetou diferentes profissões no desempenho das atividades laborais, incluindo o setor da educação, as instituições escolares e consequentemente os professores e alunos.^{5,6} No Brasil tal exigência fez com que as aulas presenciais fossem substituídas por meios digitais e remotos a partir das Portarias nº 343 e nº 345 publicadas pelo Ministério da Educação (MEC) em 17 e 19 de março de 2020, respectivamente, sendo aplicadas tanto para as escolas públicas quanto para as privadas.¹⁴⁻¹⁶ Tais acontecimentos tornaram necessários ajustes na estrutura do ensino que refletiu em inúmeras mudanças pedagógicas ocorridas ao longo do tempo da pandemia, impondo adaptações que viabilizassem a continuidade do ensino. Estas transformações foram geradoras de estresse nos professores e nos alunos que necessitaram adaptar-se a uma rotina diferente da habitual.^{19,20}

As escolas públicas e privadas enfrentaram desafios diferentes em relação ao ensino. Uma vez que as escolas privadas possuíam recursos tecnológicos mais avançados, maior flexibilidade nos ajustes curriculares, mais facilidade em implementar estratégias de ensino adaptativas e mais recursos para investir em treinamentos e capacitações para os professores, a transição do ensino presencial para o remoto e a adoção de plataformas de aprendizagem online parecem ter sido mais rapidamente adotadas e consolidadas. Em contraste, as escolas públicas enfrentaram dificuldades na disponibilidade de dispositivos e conectividade confiável, o que impactou o acesso dos alunos ao ensino remoto. Além disso, possuíam processos de tomada de

decisão mais burocráticos e padronizados, o que limitou a capacidade de adaptação rápida e personalizada durante a pandemia.^{6,19}

Um estudo brasileiro quantitativo mostrou que, independentemente do caso, o ensino remoto trouxe a necessidade de transformar o ambiente domiciliar em sala de aula, expondo, em muitos casos, a precariedade da infraestrutura e a sobrecarga de trabalho docente, tornando imprescindível a utilização de recursos próprios, como computador, internet, energia elétrica, entre outros materiais, para continuar lecionando. Essa mudança repentina no ambiente de trabalho exigiu que os professores reaprendessem a ensinar, utilizando novas ferramentas, como aulas por videoconferência, postagens de conteúdo, aplicação de atividades e avaliações em diferentes plataformas virtuais.^{18,19}

O desenvolvimento de competências relacionadas às estratégias didático-pedagógicas do ensino online foi uma das dificuldades encontradas por muitos dos professores que não possuíam habilidades com o meio digital. Além disso, esses profissionais desempenharam suas atividades muito além da carga horária estabelecida, devido ao comprometimento em responder aos alunos e aos pais em qualquer horário, ou desempenhando outras atividades como: planejamento e gravação das videoaulas, correção de provas e exercícios, orientações, participação em cursos e especializações de aperfeiçoamento e atividades burocráticas que as escolas estabeleceram para documentar as aulas e notas dos alunos.^{6,20}

Um estudo sobre a insatisfação com o trabalho entre os professores do estado de Minas Gerais/Brasil mostrou que a ausência de interação com os alunos, que por vezes desativavam suas câmeras e microfones, deixava nos professores a sensação de estarem falando sozinhos, fortalecendo um ensino unidirecional de aprendizagem. Diante disso, é perceptível que o isolamento social, as transformações na rotina de trabalho e as adaptações das metodologias de ensino durante a pandemia causaram perda da vida privada e familiar dos professores e estes fatores podem ter sido causadores de sofrimento e estresse; o que em alguns indivíduos pode culminar, inclusive, em *Burnout*.^{6,21}

Impacto da pandemia na saúde mental e Síndrome de *Burnout* em profissionais da educação

Os impactos psicológicos e psicossociais de uma epidemia ou, no caso, a pandemia do Covid-19, tendem a ser mais duradouros que a infecção em si, assim como a permanência das mais diversas consequências.²² Em contextos como esses, espera-se que haja aumento do adoecimento mental da população, ficando algumas profissões mais vulneráveis que outras. Na docência, como descrito anteriormente, as mudanças na rotina de trabalho foram intensas e diversas, impactando fortemente nas condições gerais de saúde dos professores, especialmente a saúde mental e a qualidade do sono.²³

Uma pesquisa realizada por uma Instituição Federal de Educação Profissional, Científica e Tecnológica localizada na região Sul do Brasil, identificou que os profissionais da educação exerciam rotineiramente uma certa maleabilidade na sua rotina profissional, adaptando-se a realidades distintas com o objetivo de abranger os diversos públicos e realidades por eles atendidos.²⁴ Os profissionais percebiam o valor social do trabalho que realizavam, e o fato de ele ser significativo são fatores protetivos contra o adoecimento mental. No entanto, quando não há reconhecimento da importância do papel social do professor, esses fatores protetivos à saúde mental reduzem-se. A mesma pesquisa mostrou que, somadas às adaptações necessárias devido à pandemia de Covid-19, as professoras, em especial, passaram a sentir-se ainda mais sobrecarregadas, tendo que lidar com as atividades profissionais que lhes cabiam e com as atividades educacionais dos filhos. Isso considerando a construção sócio-histórica brasileira que atribui às mulheres a responsabilidade pela educação das crianças e pelo cuidado com o lar.²⁴

A responsabilização exclusiva dos professores para a manutenção da qualidade no ensino durante a pandemia, associada à ausência de capacitações que facilitassem o acesso dos educadores aos novos meios de ensino-aprendizagem, foram fatores contribuintes para uma maior sobrecarga de trabalho e, como consequência, o aumento da exaustão física e mental.²⁵ Para além dessa constatação, a impossibilidade de alternar os meios de trabalho, já que por meses a modalidade de ensino remoto foi a única possibilidade, a adaptação à pandemia trouxe uma pressão psicológica muito grande para os profissionais. Diante disso, muitos sentiram-se estressados, ansiosos, deprimidos, irritados, hostis, insatisfeitos e exaustos.^{8,26}

É evidente que muitos professores só começaram a apresentar sintomas após algum tempo. Esse fato é comprovado pela pesquisa realizada pelo Sindicato dos Professores do Rio Grande do Sul, intitulada: 'Angústia Coletiva, *Burnout*: Os Efeitos da Pandemia na Saúde dos Professores', que aponta a angústia coletiva vivenciada durante a aplicabilidade, planejamento e manutenção das aulas, evidenciando que ocorreu diminuição da carga horária, aumento do número de trabalhos e muita cobrança administrativa. Obviamente, esse aumento no número de trabalhos passou a exercer sobre os professores uma maior pressão e responsabilidade.²⁷

O Fundo Internacional de Emergência das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) realizou um estudo no Brasil no qual constatou que 72% dos professores tiveram sua saúde mental afetada e necessitaram buscar apoio psicológico. A pesquisa aponta ainda que 79% dos alunos assistiram às aulas pelo WhatsApp, porque os professores passaram horas fotografando suas apostilas, gravando vídeos com explicações e tornando seus telefones públicos, o que impossibilitou momentos de lazer em família, sendo constantemente interpelados pelos alunos e seus familiares.²⁸

O conjunto de sintomas acima passou a ser denominado pela literatura científica dos anos 1970 como "*burn-out*" ou "*Burnout*". O termo, de um modo geral, refere-se aos aspectos negativos do trabalho, capazes de gerar redução da condição mental dos trabalhadores.^{29,30} A Síndrome de *Burnout* é um preditor significativo para desenvolvimento de hipercolesterolemia, diabetes, insuficiência cardíaca, doença cardiovascular, dor musculoesquelética, alterações nas experiências de dor, fadiga prolongada, dores de cabeça, problemas gastrointestinais, problemas respiratórios, lesões graves e mesmo mortalidade. Psicologicamente, pode gerar insônia, sintomas depressivos, uso de medicações psicotrópicas e antidepressivas, hospitalização por transtornos mentais, insatisfação no trabalho, absenteísmo e mesmo aposentadoria por invalidez.³¹

Em professores, o processo de adoecimento inicia com uma sensação de inquietação que aumenta à medida que a alegria e o prazer de lecionar desaparecem.²⁹ Esse adoecimento afeta profundamente o ambiente educacional, interferindo na condução das aulas e na obtenção dos objetivos pedagógicos. Isso leva os professores a um processo de alienação em relação ao trabalho a ser realizado, resultando em cinismo, apatia, problemas diversos de saúde e, em casos extremos, desistência da docência. Um estudo qualitativo brasileiro realizado com 1.444 docentes identificou que essas implicações vão além: o adoecimento também causa alterações no sono, que impactam no funcionamento do corpo. Para profissionais da educação, que enfrentam demandas cognitivas elevadas no trabalho, noites insones têm um efeito direto no desempenho e na satisfação profissional. Isso pode produzir ou agravar doenças e manter um sofrimento mental intenso.²³

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os muitos aspectos que compõem a rotina diária de trabalho dos educadores foram perpassados por uma série de reorganizações para que fosse possível a manutenção das atividades escolares no período da pandemia, respeitando os protocolos sanitários impostos pelas autoridades de saúde. Nesse sentido, percebeu-se que essa reorganização das atividades

se deu, majoritariamente, de acordo com as possibilidades de cada professor, usando os seus próprios recursos materiais, tecnologias e espaços domésticos, com isso, ficou evidente que o sistema de educação brasileiro não estava preparado para esse desafio. Consta-se que a adaptação ao uso de tecnologias, ao distanciamento social, aos vários sentimentos e medos que afligiam a população de um modo geral, impactaram na didática e na forma de ministrar a aula.

Compreende-se que o uso da tecnologia foi mais um fator de estresse para os professores, pois não estavam habituados a usar sistemas e aplicativos para as aulas, no entanto, conforme as tecnologias foram se tornando familiares aos educadores, a ansiedade e as preocupações sobre o uso foram diminuindo. Permanece, no entanto, a certeza de que esses fatores de estresse ocupacional teriam sido menores se os profissionais já estivessem familiarizados com a tecnologia, se na estruturação das formas de organização do trabalho já estivesse previsto atividades na modalidade virtual ou remota.

Os fatores ambientais como a falta de estrutura física adequada, insatisfação profissional, exaustão emocional, juntamente com fatores individuais, contribuíram para o adoecimento desses profissionais. Tornando-se evidente um aumento preocupante no número de docentes que apresentam problemas de saúde mental decorrentes de suas atividades laborais.

Sabe-se que os impactos na saúde mental dos professores seguirão, assim como algumas formas de trabalhar e ensinar que passaram a ser consideradas possíveis e potentes para o ensino pós-pandemia. E por isso torna-se importante que sejam desenvolvidas ações que visem a saúde mental do profissional da educação e a gestão de estresse que certamente ainda repercute na rotina. Cuidar dos professores, tanto a saúde física quanto a mental, promovendo ambientes de trabalho com menos fatores estressores, é cuidar da manutenção da educação no país, visto a influência que eles têm na formação subjetiva das crianças e jovens.

REFERÊNCIAS

1. Oliveira GL, Ribeiro AP. Relações de trabalho e a saúde do trabalhador durante e após a pandemia de Covid-19. *SciELO Public Health* 2021; 27(3): e00018321. doi: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00018321>
2. Luz JG, Pessa SLR, Luz RPd, Schenatto FJA. Implicações do ambiente, condições e organização do trabalho na saúde do professor: uma revisão sistemática. *Cienc Saude Colet* 2019; 24:4621-32. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-812320182412.26352017>
3. Goddard R, O'brien P, Goddard M. Work environment predictors of beginning teacher *Burnout*. *Br Educ Res J* 2006; 32(6):857-74. doi: <https://doi.org/10.1080/01411920600989511>
4. Santos GMRF, Silva ME, Belmonte BR. Covid-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. *RBSMI* 2021; 21:237-43. doi: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202100S100013>
5. Silva RRV, Barbosa REC, Silva NSS, Pinho Ld, Ferreira TB, Moreira BB, et al. Pandemia da Covid-19: insatisfação com o trabalho entre professores (as) do estado de Minas Gerais, Brasil. *Ciênc Saúde Colet* 2021; 26:6117-28. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-812320212612.10622021>
6. Souza KRd, Santos GBd, Rodrigues AMdS, Felix EG, Gomes L, Rocha GLd, et al. Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia. *TES* 2020; 19:e00309141. doi: <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00309>

7. Rother ET. Revisión sistemática X Revisión narrativa. Acta Paul Enferm 2007; 20:v-vi. doi: <https://doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>
8. Rodrigues JL. Um olhar da psicologia para os novos aspectos do trabalho online. Ijuí: Editora UNIJUI; 2021. Disponível em: <https://bibliodigital.unijui.edu.br:8443/xmlui/handle/123456789/7048>.
9. Diehl L, Marin AH. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. Estud Interdiscip Psicol 2016; 7(2):64-85 doi: <https://doi.org/10.5433/2236-6407.2016v7n2p64>
10. Pascual E, Pérez-Jover V, Mirambell E, Ivanez G, Terol M. Job conditions, coping and wellness/health outcomes in Spanish secondary school teachers. Psychol Health 2003; 18(4):511-21. doi: <https://doi.org/10.1080/0887044031000147238>
11. Mathis RL, Jackson JH. Human resource management. Manson, USA: Cengage Learning; 2007.
12. Teles CC, Tella L, Bianchini LGB. A Síndrome de *Burnout* em professores do ensino superior no período de pandemia do Covid-19. Humanidade e Tecnologias 2022; 33(1):172-82. doi: <https://doi.org/10.47247/1809.1628.33.172>
13. Dias BVB, Silva PSS. Síndrome de *Burnout* em docentes: revisão integrativa sobre as causas. CuidArte, Enferm. 2020; 1:95-100. Disponível em: <http://www.webfipa.net/facfipa/ner/sumarios/cuidarte/2020v1/p.95-100.pdf>
14. Brasil. Portaria nº 343, de 17 de março de 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - covid-19. Brasília, Diário Oficial [da] República Federativa da União: seção 1, Brasília, DF, Edição 53, p. 39, 2020. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/portaria/prt/portaria%20n%C2%BA%20343-20-mec.htm
15. Brasil. Portaria nº 345, de 19 de março de 2020. Altera a Portaria MEC nº 343, de 17 de março de 2020. Diário Oficial da República Federativa da União: seção 1, Brasília, DF, p. 1, 2020. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-343-de-17-de-marco-de-2020-248564376>
16. Gusso HL, Archer AB, Luiz FB, Saha FT, Luca GGd, Henklain MHO, et al. Ensino superior em tempos de pandemia: diretrizes à gestão universitária. Educ Soc 2020; 41:e238957. Doi: <https://doi.org/10.1590/ES.238957>
17. Rondini CA, Pedro KM, dos Santos Duarte C. Pandemia do covid-19 e o ensino remoto emergencial: mudanças na práxis docente. Educação, 2020; 10(1):41-57. doi: <https://doi.org/10.17564/2316-3828.2020v10n1p41-57>
18. Charczuk SB. Sustentar a Transferência no Ensino Remoto: docência em tempos de pandemia. Educ Realidade 2021; 45: e109145. doi: <https://doi.org/10.1590/2175-6236109145>
19. Troitinho MdCR, Silva IBd, Sousa MM, Santos ADdS, Maximino C. Ansiedade, afeto negativo e estresse de docentes em atividade remota durante a pandemia da Covid-19. TEC 2021; 19:e00331162. doi: <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00331>

20. Freitas RF, Ramos DS, Freitas TF, Souza GR, Pereira ÉJ, Lessa AC. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da Covid-19. JBP 2021; 70:283-92. doi: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000348>
21. Tito-Huamani PL, Torres-Pecho M, Pérez-Palacios EE. Predictores del síndrome de *Burnout* en docentes universitarios: Un análisis factorial exploratório. Enferm Glob 2022; 21(67):50-81.
22. Ornell F, Schuch JB, Sordi AO, Kessler FHP. Pandemia de medo e Covid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. RDP 2020; 10(2):12-6.
23. Pinho PS, Freitas AMC, Cardoso MCB, Silva JS, Reis LF, Muniz CFD, Araújo TM. Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da Covid-19. TEC 2021; 19: e00325157. doi: <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00325>
24. Silva MG, Tolfo SR. Processos psicossociais, saúde mental e trabalho em um instituto federal de educação. Rev Bras Saúde Ocup 2022; 47:e13. doi: <https://doi.org/10.1590/2317-6369/22620pt2022v47e13>
25. Saraiva K, Traversini C, Lockmann K. A educação em tempos de Covid-19: ensino remoto e exaustão docente. Práxis educativa 2020; 15:1-24. doi: <https://doi.org/10.5212/PraxEduc.v.15.16289.094>
26. Campos TC, Vêras RM, Araújo TM. Transtornos mentais comuns em docentes do ensino superior: evidências de aspectos sociodemográficos e do trabalho. Avaliação (Campinas) 2020; 25:745-68. doi: <https://doi.org/10.1590/S1414-40772020000300012>
27. Sindicato dos Professores do Rio Grande do Sul (SINPRO/RS). Angústia Coletiva, *Burnout*: os efeitos da pandemia na saúde dos professores [documento na Internet]. Farroupilha: SINPRO; 2022 [citado em 30 de junho de 2005]. Disponível em: <https://www.sinprors.org.br/>.
28. Fundo das Nações Unidas para a Infância - UNICEF. Dois milhões de crianças e adolescentes de 11 a 19 anos não estão frequentando a escola no Brasil, alerta UNICEF [documento na Internet]. Rio de Janeiro: UNICEF; 2022 [citado em 17 de abril de 2023]. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/comunicados-de-imprensa/dois-milhoes-de-criancas-e-adolescentes-de-11-a-19-anos-nao-estao-frequentando-a-escola-no-brasil>.
29. Reis EJ, Araújo TM, Carvalho FM, Barbalho L, Silva MO. Docência e exaustão emocional. Educ Soc 2006; 27:229-53. doi: <https://doi.org/10.1590/S0101-7330200600010001>
30. Aliante G, Tittoni J, Carlotto MS, Abacar M. Síndrome de *Burnout* em Professores Moçambicanos do Ensino Fundamental. Psicol Cienc Prof 2021; 41:e219900. doi: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003219900>
31. Salvagioni DAJ, Melanda FN, Mesas AE, González AD, Gabani FL, Andrade SM. Physical, psychological and occupational consequences of job *Burnout*: A systematic review of prospective studies. PloS one. 2017; 12(10):e0185781. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0185781>

Submissão: 18/04/2023

Aceite: 03/10/2023