



CENTRO DE ESTUDOS SUPERIORES DE ITAITUBA
FACULDADE DE ITAITUBA - FAI
CURSO DE LICENCIATURA PLENA EM PEDAGOGIA

JARSON HENRIQUE DA SILVA MOURÃO
LARISSA PIRES DOS SANTOS

**ESTRESSE DOCENTE NO CONTEXTO DA PANDEMIA DA COVID-19:
Relatos dos docentes do curso de Pedagogia da FAI**

ITAITUBA - PA

2021

JARSON HENRIQUE DA SILVA MOURÃO
LARISSA PIRES DOS SANTOS

**ESTRESSE DOCENTE NO CONTEXTO DA PANDEMIA DA COVID-19:
Relatos dos docentes do curso de Pedagogia da FAI**

Monografia de Graduação do Curso de Licenciatura Plena em Pedagogia apresentada à Faculdade de Itaituba para obtenção do título de Licenciada Plena em Pedagogia.

Orientadora:
Profª Mestra Elina Renilde de Oliveira Ribeiro.

ITAITUBA - PA
2021

MOURÃO, Jarson Henrique da Silva.
SANTOS, Larissa Pires dos.

ESTRESSE DOCENTE NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19:
Relatos dos docentes do curso de Pedagogia da FAI/JARSON HENRIQUE DA
SILVA MOURÃO; LARISSA PIRES DOS SANTOS - Itaituba: CLPP da FAI, 2021.

79 Fls.

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) – Faculdade de Itaituba-FAI, Curso
de Pedagogia, Licenciatura Plena em Pedagogia, Itaituba, BR-PA, 2021.

Orientadora: Prof^a Elina Renilde de Oliveira Ribeiro, Me.

1. Estresse docente. 2. Pandemia da Covid-19 I. RIBEIRO, Elina. II. Faculdade de Itaituba. Itaituba, BR-PA, 2021.

JARSON HENRIQUE DA SILVA MOURÃO

LARISSA PIRES DOS SANTOS

ESTRESSE DOCENTE NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19:

Relatos dos docentes do curso de Pedagogia da FAI

Monografia de graduação apresentada ao Curso de Pedagogia da Faculdade de Itaituba, para obtenção do título de Licenciados Plenos em Pedagogia, sob a orientação da Prof^a Mestra Elina Renilde de Oliveira Ribeiro.

BANCA EXAMINADORA

Orientadora: _____ Nota: _____

Prof^a Me. Elina Renilde de Oliveira Ribeiro

Avaliador: _____ Nota: _____

Prof. Dr. Francisco Cláudio de Sousa Silva

Avaliador: _____ Nota: _____

Prof. Esp. Dhemesbraene Soares da Silva

Resultado: _____ Média: _____

Itaituba-PA, 09 de abril de 2021.

Dedico esse trabalho a Deus e a toda minha família, em especial a minha mãe, Geneci (*in memorian*), meu pai Jason e meus irmãos, Lucas e Pedro, por sempre acreditarem na minha capacidade fazendo assim com que eu me sinta encorajado a alcançar sempre.

Jarson Henrique da Silva Mourão

Dedico esse trabalho a Deus que me criou e a minha mãe por não me deixar desistir dos meus objetivos. Ao meu esposo, pelo incentivo e apoio durante toda a jornada acadêmica e a minha filha, por ser o motivo da minha força e persistência.

Larissa Pires dos Santos

AGRADECIMENTOS

Agradeço em primeiro lugar a Deus, por me fortalecer a cada dia e prover, através de sua graça e misericórdia, todas as bênçãos nas minhas necessidades dessa caminhada. Gratidão também por me guiar em sabedoria e força nos momentos precisos, e por ser meu alimento espiritual em toda minha caminhada, iluminando os meus dias e cuidando da minha família.

A minha mãe, **Geneci da Silva Mourão** (*in memoriam*), que enquanto esteve em nosso meio sempre acreditou em mim e me incentivou a alcançar os meus objetivos. Ao meu pai, **Jason Rodrigues Mourão**, por sempre me apoiar, incentivar e cuidar dos meus irmãos.

Aos meus irmãos, **Lucas Henrique da Silva Mourão e Pedro Henrique da Silva Mourão**, por torcerem por mim e me tomarem como exemplo em suas vidas. Agradeço o apoio necessário nessa caminhada e por serem meu incentivo a cada dia.

Aos meus tios, **José Roberto Rodrigues Mourão e Maria da Paz Marinho da Silva**, por me acolherem como filho durante estes últimos anos, em sua casa. Às minhas avós, **Andreza Rodrigues Mourão e Rita Lopes**, que ao dobrarem os joelhos sempre intercedem a Deus pela minha proteção e cuidado.

Ao meu amigo, **Leonardo Olegário de Oliveira de Souza**, por toda parceria nestes anos e por se fazer irmão nos momentos em que eu precisei.

Aos professores da Faculdade de Itaituba, pelo empenho e dedicação para com todos os acadêmicos, em especial aos professores de Pedagogia que se disponibilizaram a responder o questionário dessa pesquisa.

A minha Professora e orientadora, Mestra **Elina Renilde de Oliveira Ribeiro**, que de maneira especial me orientou durante a elaboração desse trabalho.

Aos familiares e amigos que não citei, mas que torceram e intercederam por mim, o meu MUITO OBRIGADO.

Jarson Henrique da Silva Mourão

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por sua imensa misericórdia e pelo fôlego de vida.

Agradeço a minha mãe, **Rosimar Pires Dantas**, pelo exemplo de força e perseverança que fez com que eu não desistisse dos meus objetivos e por sempre acreditar na minha capacidade.

Ao meu esposo, **José Fernando Rodrigues Oliveira**, por todo companheirismo, incentivo e apoio durante toda a minha trajetória.

Aos meus amigos, **Alana Costa Andrade, Bruna Alves dos Santos Maia, Darlison da Silva Santana e Jarson Henrique da Silva Mourão**, por me ajudarem a concluir a reta final do curso, quando pensei em interromper os estudos.

Aos professores de Pedagogia, em especial, **Edilane Melo e Francisco Cláudio Silva**, por todo apoio e compreensão durante o meu puerpério.

A minha Professora e orientadora, Mestra **Elina Renilde de Oliveira Ribeiro**, pela disponibilidade e apoio na construção desse trabalho.

Aos docentes da Fai participantes desta pesquisa.

Larissa Pires dos Santos

A pandemia mudará muitas formas de estruturar a organização do trabalho pedagógico, seja pelas ações empreendidas durante ela, sejam nos resultados dessas atividades, consideradas pedagógicas desenvolvidas no lar (SILVA, 2020, p. 75).

RESUMO

A prática docente atualmente assumiu uma nova roupagem em função do contexto na Pandemia da Covid-19. Com o fechamento das instituições de ensino, como medida de contingência, o profissional docente sofreu uma sobrecarga de trabalho, visto que necessitou adaptar-se ao novo modelo de ensino para que não houvesse o cancelamento do ano letivo em curso. O excesso de trabalho é fator determinante para o surgimento de problemáticas relacionadas à saúde desse profissional, como o estresse ocupacional e a síndrome de *burnout*. Nesse contexto, o Estresse Docente intensificou-se em decorrência do cenário pandêmico, deixando esses profissionais mais suscetíveis ao adoecimento físico e mental. Diante disso, este trabalho busca compreender como os professores do Curso de Pedagogia da Fai lidam com o stress físico e emocional neste contexto de Pandemia da Covid-19, e se houve interferência no fazer docente tendo em vista a adesão da Faculdade ao ensino remoto. Em termos metodológicos, o estudo de abordagem qualitativa teve embasamento bibliográfico com autores que tratam do tema e ainda a aplicação de um questionário direcionado aos docentes do curso de Pedagogia da Faculdade de Itaituba, estado do Pará. Este estudo apontou os principais desafios enfrentados pelos professores na realização das aulas remotas. Verificou-se que grande parte dos docentes, mesmo com pouco domínio dos recursos tecnológicos, conseguiu desenvolver suas aulas neste modelo de ensino remoto, com o auxílio de instrumentos tecnológicos e mídias sociais. Observou-se ainda que os profissionais conseguiram manter a rotina, o equilíbrio mediante as situações de temor e sentimentos de aflição por perdas de familiares e amigos vitimados pelo novo coronavírus, conseguindo assim reinventar o fazer docente.

Palavras-Chaves: Estresse docente. Pandemia da Covid-19. Ensino remoto.

ABSTRACT

Teaching practice currently takes on a new guise depending on the context in the Covid-19 Pandemic. With the closure of teaching institutions, as a contingency measure, the teaching professional suffered an overload of work, since he needed to adapt to the new teaching model so that there was no cancellation of the current school year. Overwork is a determining factor for the emergence of problems related to the health of this professional, such as occupational stress and burnout syndrome. In this context, Teaching Stress has intensified as a result of the pandemic scenario, leaving these professionals more susceptible to physical and mental illness. Given this, this work seeks to understand how the teachers of the Pedagogy Course at Fai deal with physical and emotional stress in this context of Pandemic Covid-19, and if there was interference in making teachers in view of the Faculty's adherence to remote teaching. In methodological terms, the study with a qualitative approach had a bibliographic basis with authors dealing with the theme and also the application of a questionnaire directed to the teachers of the Pedagogy course at the Faculty of Itaituba, state of Pará. This study pointed out the main challenges faced by the teachers conducting remote classes. It was found that a large part of the teachers, even with little mastery of technological resources, managed to develop their classes in this model of remote education, with the help of technological instruments and social media. It was also observed that the professionals managed to maintain the routine, the balance through the situations of fear and feelings of distress due to losses of family members and friends victimized by the new coronavirus, thus managing to reinvent the teaching profession.

Keywords: Teaching stress. Covid-19 Pandemic. Remote teaching.

LISTA DE QUADROS

Quadro 1. Perfil dos entrevistados.....	46
Quadro 2. Desenvolvimento do trabalho docente em tempos de Pandemia.....	50
Quadro 3. Os novos desafios do fazer docente.....	52
Quadro 4. A pandemia e os impactos na saúde emocional dos docentes.....	58
Quadro 5. A percepção dos docentes quanto ao acometimento de transtornos devido às cargas estressoras na pandemia.....	59
Quadro 6. Percepção dos docentes sobre a experiência do ensino remoto.....	61

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Nível de conhecimento e domínio das tecnologias digitais.....	48
Gráfico 2. Você se sente capacitado para utilizar os instrumentos e mídias digitais?.....	54
Gráfico 3. O ensino remoto prejudicou a interação professor-aluno?.....	55
Gráfico 4. Como ficou a aprendizagem dos alunos no ensino remoto em relação ao presencial?.....	57
Gráfico 5. Qual sentimento reflete seus sentimentos atualmente em comparação com o período antes da pandemia?.....	60

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	12
1 COVID-19 E OS REFLEXOS NA EDUCAÇÃO BRASILEIRA.....	14
1.1 O CENÁRIO EDUCACIONAL E A PANDEMIA DA COVID-19.....	14
1.2 ESTRESSE OCUPACIONAL: ALGUMAS CONSIDERAÇÕES.....	19
1.3 SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i> : ASPECTOS CONCEITUAIS, SINTOMAS, CAUSAS.....	25
2 O FAZER DOCENTE NO CONTEXTO DA PANDEMIA DO NOVO CORONAVÍRUS.....	30
2.1 ESTRATÉGIAS DO FAZER DOCENTE NO CONTEXTO DA PANDEMIA.....	30
2.2 A NECESSIDADE DE FORMAÇÃO CONTINUADA.....	35
2.3 O MAL-ESTAR DOCENTE E A SAÚDE DOS PROFESSORES.....	39
3 ESTRESSE DOCENTE NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19: RELATOS DOS DOCENTES DO CURSO DE PEDAGOGIA DA FAI.....	45
3.1 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	45
3.2 CARACTERIZAÇÃO DO CAMPO DE PESQUISA.....	49
3.3 RELATOS DOS PROFISSIONAIS DA PEDAGOGIA.....	50
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	63
REFERÊNCIAS.....	65
APÊNDICES.....	70

INTRODUÇÃO

A efetivação da prática docente na atualidade exige enorme esforço e muita responsabilidade, bem como desempenho mental para cumprimento das grandes cargas de exigências impostas pelo exercício docente. Isso se dá pela forte carga de estressores que se impõe ao trabalho docente, advinda das longas jornadas de trabalho, da dificuldade de lidar com uma sala superlotada de alunos, com a frustração de não ser valorizado pelo empenho em seu ofício (ainda que para isso haja esforço contínuo dentro e fora do âmbito de trabalho), e das péssimas condições do seu local de trabalho.

Ademais, esses fatores têm se intensificado em função do cenário pandêmico da Covid-19, causada pelo SARS-Cov-2, e que tem se propagado de forma devastadora, causando diversos impactos na sociedade, relacionados a morbimortalidade e adoção de medidas de isolamento de toda população para conter a transmissibilidade do vírus. À vista disso, com as novas portarias do Ministério da Educação se fez necessário que as instituições de nível superior e seus docentes criassem estratégias de operacionalização de educação à distância, de modo a prover um ensino inovador.

Diante tal cenário, os educadores se expõem a mais diversas situações e pressões das instituições, o que reverbera no adoecimento, principalmente relacionado à saúde emocional. Desse modo, o objetivo desse Trabalho de Conclusão de Curso foi de compreender como os docentes do Curso de Pedagogia da Fai lidam com o stress físico e emocional neste contexto de Pandemia da Covid-19, e se houve interferência no fazer docente tendo em vista a adesão da Faculdade ao ensino remoto.

As questões que nortearam esse estudo foram: Como os docentes lidam com o stress físico e emocional neste contexto de Pandemia da Covid-19? O ensino remoto adotado pela Faculdade por conta da Pandemia interferiu no fazer docente dos profissionais da Pedagogia? Quais os desafios que mais se apresentam ao docente da Fai considerando o cenário da Pandemia no novo coronavírus?

A metodologia utilizada para a construção desse trabalho desenvolveu-se em uma abordagem qualitativa desdobrando em dois momentos. O primeiro fundamentou-se em uma pesquisa bibliográfica com base em alguns autores que abordam as principais questões acerca dos fatores que corroboram o estresse

docente, bem como a atual situação da prática docente no cenário pandêmico, como: Filgueiras e Hippert (1999), Silva e Salles (2016), Carlotto (2002), Silva (2006), Leme (2006), Carlotto, Chaves e Rodrigues (2014), Costin e Borba (2020), Dias e Pinto (2020), Brasil (2020a,b,c), Souza e outros autores (2021). Para complementar este estudo, no segundo momento, aplicou-se um questionário direcionado aos docentes do Curso de Pedagogia da Faculdade de Itaituba, estado do Pará, a fim de conhecer de maneira mais aprofundada os reflexos da pandemia no fazer docente.

Assim, este trabalho encontra-se estruturado em três capítulos, abordando sobre o estresse docente, as consequências desse estresse na vida do professor, bem como os instrumentos de ensino utilizados para a manutenção das aulas no período de isolamento social.

O primeiro capítulo discorre acerca dos reflexos da pandemia na educação brasileira, bem como os impactos gerados no processo de ensino-aprendizagem pelo fechamento das instituições de ensino, e na prática docente em todos os níveis de ensino. Aborda ainda o conceito de estresse ocupacional e síndrome de *burnout* como possíveis consequências das pressões vivenciadas no período de isolamento.

O segundo capítulo aborda as estratégias de ensino utilizadas frente a pandemia, em função do novo formato educacional. Traz ainda uma discussão a respeito da necessidade de formação continuada dos profissionais docentes no uso dos recursos tecnológicos e mídias sociais no ensino remoto, e as dificuldades encontradas no uso desses instrumentos.

Para concluir, o terceiro capítulo traz os procedimentos metodológicos da pesquisa, a caracterização do campo de pesquisa e a análise dos questionários em que os docentes ponderam sobre os desafios encontrados no fazer docente neste cenário da Pandemia da Covid-19.

1 COVID-19 E OS REFLEXOS NA EDUCAÇÃO BRASILEIRA

1.1 O CENÁRIO EDUCACIONAL E A PANDEMIA DA COVID-19

O início do ano de 2020 foi aclamado por expectativas de um ano novo próspero e de muita felicidade, mas, logo nos primeiros meses o cenário do corrente ano começou a se configurar com declarações, que possivelmente se estenderiam pelo resto de todo o ano, e que não pareciam muito agradáveis aos olhos científicos de todo o mundo, pelo fato de se tratar de um “novo desconhecido” de ações rápidas e desastrosas, que oferecia riscos para a população global.

A grande surpresa se tratava de uma pandemia global causada pelo novo Coronavírus, que de acordo com a descrição do Ministério da Saúde:

O SARS-CoV-2 é classificado como um Betacoronavírus do mesmo subgênero da Síndrome Respiratória do Oriente Médio (MERS), porém de outro subtipo. Sua transmissão entre humanos ocorre principalmente por meio do contato com pessoas sintomáticas (especialmente através das mãos não higienizadas) e pelo contato com gotículas respiratórias oriundas de pacientes. Ainda há controvérsias acerca da transmissão do vírus por pessoas assintomáticas (BRASIL, 2020a, p. 08).

Podemos, então, compreender que o vírus já vem de uma espécie existente que tem por característica a causa de infecções respiratórias, porém, dessa vez se apresenta com uma nova mutação, de causas e efeitos distintos em cada pessoa.

Estevão (2020) relata que os primeiros casos de infecção foram registrados ainda em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, China, e somente em 11 de março de 2020, por conta da rápida propagação do vírus na China e internacionalmente, a Organização Mundial da Saúde - OMS veio a declarar a doença, então chamada de COVID-19, como uma pandemia mundial. Nesse sentido, as autoridades de todo o mundo vieram se atentar para a verdadeira ameaça que o vírus oferecia à vida humana um tempo depois de sua propagação, e após o número de vítimas se mostrar proeminente com o passar dos dias.

Após a declaração da OMS, os esforços se somaram de todas as partes do planeta para buscar primeiramente entender em que condições o vírus se propagava e quais os primeiros sinais apresentados em um caso de infecção. E baseado nos primeiros estudos a respeito dos sintomas apresentados pelos pacientes, Lima (2020, p. 05) vem descrever em um de seus artigos que, “o espectro clínico da infecção por

Coronavírus é muito amplo, podendo variar de um simples resfriado até uma pneumonia grave”. E reafirmando as palavras do autor, o Ministério da Saúde descreve no seu Protocolo de Manejo Clínico da Covid-19 os sintomas mais comuns:

- Febre ($\geq 37,8^{\circ}\text{C}$);
- Tosse;
- Fadiga;
- Dispneia;
- Mal-estar e mialgia;
- Sintomas respiratórios do trato superior;
- Sintomas gastrointestinais (mais raros) (BRASIL, 2020a, p. 08).

Mesmo com a descrição de todos esses sintomas, O Ministério da Saúde alertou que a manifestação desse perfil clínico ainda não era suficiente para se afirmar uma contaminação pelo vírus, explicitando que seriam necessárias mais investigações que caracterizassem que os sinais apresentados estariam realmente ligados à doença. Entende-se, pois que todo esse cuidado se fazia necessário por se tratar de uma patologia que se manifesta de formas diferentes em cada ser humano e em cada organismo.

Como medidas de prevenção contra o avanço da COVID-19, a primeira ação do governo foi a promoção de distanciamento social, isolamento social e a quarentena, como forma de conter a livre circulação das pessoas, freando então a propagação viral, como está disposto na Lei nº 13.979/2020 publicada pelo Ministério da Saúde:

Art. 2º Para fins do disposto nesta Lei, considera-se:

I - isolamento: separação de pessoas doentes ou contaminadas, ou de bagagens, meios de transporte, mercadorias ou encomendas postais afetadas, de outros, de maneira a evitar a contaminação ou a propagação do Coronavírus; e

II - quarentena: restrição de atividades ou separação de pessoas suspeitas de contaminação das pessoas que não estejam doentes, ou de bagagens, contêineres, animais, meios de transporte ou mercadorias suspeitos de contaminação, de maneira a evitar a possível contaminação ou a propagação do Coronavírus (BRASIL, 2020b, Art. 2º).

Estas decisões causaram enormes impactos em todos as esferas sociais, e dentre estas estava inclusa a educação, onde os impactos se permeariam de grandes desgastes no decorrer do cenário atual. Nesse contexto, o Ministério da Educação no uso de suas atribuições, lança a Portaria nº 343, em 17 de março de 2020, dispondo

sobre a substituição das aulas presenciais por aulas online enquanto se estendesse a situação de pandemia (BRASIL, 2020c).

O período de substituição das aulas presenciais, estabelecido no artigo 1º, era de trinta dias, podendo ser prorrogado posteriormente de acordo com as orientações dos órgãos de saúde. Isto dava autonomia também às instituições de ensino superior, através do artigo 2º, para suspenderem totalmente as aulas pelo mesmo período, com a exigência de que futuramente as aulas fossem repostas de forma integral para o cumprimento dos dias letivos e horas-aulas estabelecidos pela legislação. O §2º do mesmo artigo salientava que as instituições também poderiam alterar o calendário de férias, a fim de que fossem cumpridas as exigências observadas no §1º da Portaria em destaque.

Após a adoção dessas medidas, Oliveira (2020) destaca que os docentes foram direcionados a reinventar a práxis educativa. A introdução dessa nova prática docente exigiu que os profissionais da educação se adequassem as condições impostas pelo momento, e dentre ela estavam inclusas o uso das tecnologias e o uso de ferramentas online, de videoconferências, às quais a maioria destes não estava adaptada e, os docentes se viram como que “com as mãos atadas” por não terem autonomia e preparo para lidar com este novo formato educacional.

A incorporação desse sistema tecnológico dentro do meio educativo, que até então era introduzido lentamente e sem muito incentivo, sobreveio ao ensino como uma avalanche, pegando a comunidade escolar de surpresa e forçando-os a reinventar seu *modus operandi*, a expondo a um novo formato de construção do conhecimento (OLIVEIRA, 2020).

Este método de ensino mais conhecido como EAD – Educação a Distância, que até então era mais utilizado no nível superior de ensino, agora se mostrava necessário em todos os outros níveis de ensino como único meio de fazer com que o processo de ensino e aprendizagem continuasse fluindo mesmo com o distanciamento. Nessa acepção, Paludo (2020, p. 46) adverte, “é necessário compreender como estava a situação das e dos professores antes de tal fenômeno. Como visto, a precarização da docência não é um tema novo e apresenta diversas facetas”.

Em contrapartida a todo esse processo de inclusão tecnológica temos a desvalorização profissional, a baixa remuneração, a superlotação de salas, o desafio do professor ter que lidar com alunos de diversos grupos distintos, somado à falta de incentivo à formação continuada desses educadores, que logicamente refletiu

negativamente na implementação da EAD, tanto na vida dos professores como na vida dos alunos.

Assim, levando em conta todas essas dificuldades apontadas anteriormente, ao se deparar com mais esta implementação em seu trabalho e, principalmente, sem estrutura para desenvolver o trabalho à distância, o profissional docente se depara com mais um grande desafio à sua frente. Alves (2018, p. 27) analisando este contexto afirma que:

[...], pode-se imaginar um grande desafio para os docentes atuais em participarem de um processo de mudança tão grande, no qual de um lado, uma grande parcela dos alunos nasce e cresce em contato constante com o meio digital, através de seus tablets e smartphones, por exemplo, e do outro lado, docentes que já se atentavam com suas diversas atividades, agora tendo que repensar novas possibilidades mediante a conjuntura das novas tecnologias. E não falamos apenas do esforço em conhecer o uso de um novo dispositivo, ou ambiente virtual, aplicativo etc., mas, sim, pensarmos em como colocar isso em prática e de maneira com que o processo de ensino aprendizagem alcance seus objetivos.

Baseado neste pensamento surge a grande necessidade de se familiarizar com estes novos meios tecnológicos e digitais, que expõe a necessidade urgente da formação continuada na vida do educador. E não havendo esta capacitação adequada, o professor se vê forçado a agir por conta própria tendo que repensar seus métodos para que através disso alcance a atenção do aluno e garanta que o processo flua sem muitas perdas.

Entretanto, para que haja essa fluidez, este profissional tende a triplicar suas horas de trabalho, a fim de desenvolver atividades e ideias que resultem em um resultado satisfatório, e para que isto ocorra é preciso grande sacrifício de suas condições física e mental.

Apesar de ser uma boa solução, o ensino remoto tem se mostrado incompatível com a realidade de grande parte dos alunos e alunas que frequentam as escolas públicas brasileiras, tendo em vista que muitos ainda não possuem as condições básicas para viver em suas residências (saneamento, luz, alimentos), e por isso não tem acesso a aparelhos tecnológicos com internet para o acompanhamento das aulas. Mais triste ainda, é constatar que algumas dessas crianças e jovens faziam suas poucas refeições diárias com aquilo que era oferecido na merenda escolar, e agora não está mais disponível, exceto quando ocorrem as doações de cestas básicas (WEYH; NEHRING, 2020, p. 07).

Esta é uma realidade vivenciada pelos alunos da educação básica da rede pública, que representa a maior parcela de estudantes do Brasil. Uma situação muito

comum nos lugares menos desenvolvidos do país, onde muitas vezes o acesso à internet e à tecnologia é limitado, tanto para os professores quanto aos alunos. Muitos destes alunos não têm sequer uma refeição digna em seu dia a dia, dependendo muitas das vezes da alimentação escolar para sobreviver, a estes é muito pouco provável que as aulas remotas tenham alcance, sem falar da alimentação que não terão acesso.

Do outro lado da moeda, temos o professor que também está inserido em uma era tecnológica, mas que passa grande parte do seu tempo planejando aula, corrigindo atividades, elaborando provas, cuidando de questões voltadas para o contexto escolar, e não dispõe de tempo para se atentar, conhecer e imergir nas tecnologias. Essa organização docente abre espaço para supor que o sucesso deste novo modo educativo tende a sofrer grande decadência.

E não tendo obtido sucesso nessa nova investida muitas escolas modificaram o seu modo de alcançar seus alunos, passando a disponibilizar atividades impressas para que os pais pudessem ir até a escola buscá-las, deixando mais uma vez o questionamento sobre a total efetividade do aprendizado, uma vez que em casa eles não terão nenhum apoio especializado e nenhum acompanhamento que garantirá a realização das atividades.

Um impacto negativo a se destacar causado pela pandemia foi na saúde dos docentes, uma vez que os mesmos foram submetidos a grandes pressões devido ao fechamento das escolas e a necessidade de se garantir o acesso à educação, além das péssimas condições de acesso aos meios e a falta de formação que causaram grande estresse na vida deste indivíduo.

Grande exemplo de que os professores sofreram com estas mudanças é o relato de uma professora baiana da rede particular de ensino sobre o ensino remoto: “Tenho tido ansiedade, picos de pressão. Já dei aula parando para vomitar por conta da hipertensão, dores de cabeça e das náuseas que tenho tido regularmente. Muita pressão de todos os lados. Já cheguei a gravar oito vídeos por dia. Me sinto usada” (SOUZA *et al.*, 2021, p. 08).

O triste depoimento da professora baiana acaba reafirmando tudo que já foi tratado sobre precarização do trabalho docente, intensificação da jornada de trabalho, pressão exercida tanto pela escola e pelos pais dos alunos que não aguentam mais ter que auxiliar os filhos nas atividades remotas. Todo esse peso exerce grandes

impactos nas condições mentais deste profissional, que ainda por cima acaba se sentindo responsável pelo fracasso dos alunos.

As consequências advindas de todo este processo de garantia da educação dentro da pandemia na vida do educador são apontadas nesta citação:

Destacam-se vivências de sofrimento psíquico e sintomas de mal-estar, caracterizados pelas professoras e professores como sofrimento, nervosismo, esgotamento mental, estresse, ansiedade, irritabilidade, depressão, medo, cansaço e perturbações do sono, como insônia ou sono que não é reparador (SOUZA *et al.*, 2021, p. 08).

Diante de todos estes reflexos destacados e discutidos, é possível refletir que os impactos negativos ou positivos deixarão suas marcas ao longo dos tempos, mesmo após a pandemia, pois o todo o regresso obtido dentro do processo de ensino e aprendizagem neste período causará ainda um grande desgaste no cenário da educação e podem levar anos para serem corrigidos.

Vale salientar os prejuízos da pandemia causados na saúde mental da classe trabalhadora da educação, uma vez que os desgastes são quase que irreversíveis. De um lado, o Estado não garante com pontualidade apoio psicológico aos docentes e, por outro, devido à desvalorização salarial, são poucas as condições para arcar com as despesas médicas de um profissional particular.

Ao final de tudo, a perda não é somente na educação, mas na sociedade em geral que mais à frente irá sofrer esses impactos causados pela falta de qualidade na educação.

1.2 ESTRESSE OCUPACIONAL: ALGUMAS CONSIDERAÇÕES

O trabalho surgiu na sociedade como uma troca comercial entre empregador e colaborador com o objetivo de garantir ao homem a sua subsistência e atender as necessidades básicas de alimentação, moradia, lazer, e satisfação pessoal. Com o passar dos anos, a humanidade foi se modificando através da informatização e dos meios tecnológicos, e com ela foi se modificando também o trabalho, que passou a ser um mercado competitivo e cada vez mais exigente, tomando grande parte do tempo das pessoas.

Assim, no decorrer das modificações foram se configurando também novos significados para a atividade, passando então a ser um meio de reconhecimento

social, condição de status e se tornando o centro da vida das pessoas (SILVA; SALLES, 2016). Mas, o significado de trabalho pode ter vários outros sentidos, além destes mencionados, como descrevem as autoras:

[...] as implicações do sentido do trabalho para as organizações e sociedades são amplas, uma vez que ele determina aquilo que as pessoas julgam ser legítimo no contexto ocupacional, o que estão ou não dispostas a tolerar, como os custos que as elites aceitam para direcionar as várias atividades do mundo do trabalho, até a facilidade com que indivíduos se dispõem a mudar hábitos para satisfazer os imperativos de novas tecnologias. Portanto, conhecer o sentido do trabalho para indivíduos e grupos hoje é um passo essencial para compreender o comportamento das pessoas no trabalho num mundo pós-moderno, no qual a dimensão profissional ainda tem papel fundamental para a formação da identidade e para o bem-estar das pessoas (CAVAZOTTE; LEMOS; VIANA, 2012, p. 165).

Esta necessidade de se ter um emprego acaba gerando uma grande disputa por oportunidades, uma vez que o mercado se torna cada vez mais exigente em relação à capacitação das pessoas para atuarem dentro do mercado de trabalho, em funções que exigem reponsabilidade nas tomadas de decisão e facilidade para lidar com as questões do serviço, o que acaba gerando um grande desgaste físico e cognitivo do corpo humano.

O ambiente laboral contribui diretamente para que haja este desgaste por ser um local de competitividade e exigências que demandam grande esforço físico e emocional dos envolvidos, e o resultado de todo este processo de pressões e grandes demandas pode ser definido como estresse. No contexto destas ideias, Hans Selye foi “o primeiro estudioso que tentou definir o estresse, atendo-se à sua dimensão biológica” (FILGUEIRAS; HIPPERT, 1999, p. 41).

O fator estresse está ligado à exposição do corpo a questões que demandem esforço dentro do seu ambiente, e conceituando este pensamento, “Hans Selye utilizou esse termo para denominar o conjunto de reações que um organismo desenvolve ao ser submetido a uma situação que exige esforço e adaptação” (FRANÇA; RODRIGUES, 2011, p. 29). Ou seja, o estresse não está associado somente ao trabalho, mas também a questões que tiram o indivíduo de sua zona de conforto, sejam elas no trabalho, na família ou em qualquer outro meio de convívio social.

E por mais que os estudiosos do assunto tenham se empenhado no intuito de conceituar esta condição, nunca se chegou à uma única definição da palavra até os

dias de hoje, como descrevem Filgueiras e Hippert (1999, p. 44) em uma de suas pesquisas sobre o estresse, em que reconhecem

[...] a dificuldade de uma definição unânime do conceito de estresse, porém aqui ele é acordado como sendo a reação que uma pessoa apresenta ao que lhe acontece, existindo, contudo, uma relação indireta entre estresse e doença, visto que cada indivíduo reage de modo diferente aos fatores.

A partir dessa compreensão podemos configurar o estresse, de forma geral, como uma reação aos estímulos externos e internos do meio de convívio do indivíduo. Nessa linha de pensamento, Bicho e Pereira (2007, p. 05) descrevem que a reação do organismo pode ser dividida em três fases:

- A reação de alarme, que é a resposta aos estímulos para os quais o organismo não está adaptado, ocorre quando a fase inicial de «choque», de menor resistência, é seguida pela de «contra-choque» ou de mobilização dos mecanismos de defesa da conhecida resposta «ataque ou fuga».
- A segunda fase é o estágio de resistência, onde o organismo procura restaurar o equilíbrio, habituando-se ao agente indutor de stress (resposta de adaptação) e substituindo a reação de alarme.
- A resistência não dura indefinidamente, principalmente se a reação de alarme é muito intensa ou frequente ao longo dum extenso período de tempo. A energia necessária à resistência esgota-se e ocorre o estágio de exaustão.

Assim, dependendo da reação de cada organismo às cargas estressoras, estes estímulos podem trazer malefícios ou benefícios à saúde, podendo se concluir que existe “[...] a distinção entre o *distress* (ou stress desagradável) e o *eustress* (que é agradável e curativo)” (BICHO; PEREIRA, 2007, p. 05).

O *eustress* vai motivar e estimular a pessoa a enfrentar determinada situação, mantendo a percepção mais aguçada, e fazendo com que tenha um maior envolvimento no objetivo proposto, fazendo com que o indivíduo supere este estímulo estressor e cresça diante da situação; enquanto, o *distress* se desenvolve quando a situação se apresenta mais intensa e por um maior espaço de tempo, ocasionando a desmotivação, sensação de incapacidade e outros sintomas físicos e mentais negativos.

Em se tratando do estresse voltado para os estímulos laborais, surge um termo específico denominado estresse ocupacional que passou a ganhar relevância dentro das discussões trabalhistas por seus impactos na saúde dos colaboradores e conseqüentemente, na saúde da empresa.

Considerado pelos pesquisadores como um assunto complexo, o estresse ocupacional não é um fenômeno novo, mas sim um novo campo de estudo que passou a ganhar relevância em consequência do aparecimento de doenças que foram vinculadas ao estresse no trabalho, como por exemplo, hipertensão, úlcera, entre outras (FERNANDES; MEDEIROS; RIBEIRO, 2008, p. 415).

Portanto, o fenômeno do estresse ocupacional vem ser resultado das condições complexas de trabalho, das condições externas, como por exemplo, conflitos dentro do ambiente familiar ou social, e características individuais deste trabalhador ao ponto que a demanda laboral excede a capacidade de enfrentamento do profissional, ameaçando a sua saúde física e mental e comprometendo o indivíduo e a organização em que ele atua.

O estresse ocupacional é apontado como a soma das reações fisiológicas que, quando muito intensas, transformam-se em reações emocionais negativas. Nessa linha de pensamento, Silva e Salles (2016) ressaltando que, o estresse é uma das doenças mais comuns do século XXI, justamente por essa entrega total ao trabalho que acaba privando as pessoas dos momentos de lazer com a família e amigos, e ainda alertam o seguinte:

Pesquisas mostram que cerca de 70% da população sofre com o estresse ocupacional, um número alto e que vem crescendo a cada dia. Inúmeras são as situações que promovem o estresse, dentre elas o excesso de atividades, pouco tempo para se realizar tarefas (pessoais e profissionais), pressões e cobranças, acúmulo de raiva, desvalorização, alta competitividade, podendo assim atingir qualquer pessoa (SILVA; SALLES, 2016, p. 235).

No contexto das ideias acima expostas é possível detectar o estresse como um grande problema para os dois lados, pois, a insatisfação do colaborador dentro do ambiente laboral acaba o desmotivando e o deixando doente, resultando em um desempenho ruim dentro da empresa. Por esse motivo é necessário que as organizações se atentem para os fatos e promovam ações dentro da empresa, no intuito de cultivar o bem-estar e a valorização de seus subordinados, culminando então em um melhor desempenho e, consequentemente, em ganhos para ambas as partes.

Por outro lado, a ausência de uma definição clara de estresse acaba sendo um percalço para os estudos sobre estresse ocupacional. A partir disso surgem dois termos dentro do campo de estudo deste fenômeno, *estressores* e *strain*, que são definidos da seguinte maneira:

[...], *estressores* são os aspectos do trabalho relacionados com as causas do estresse no trabalho, sendo os estressores psicológicos considerados, em diversos estudos, como: a subutilização de habilidades, a sobrecarga de papéis e o conflito de papéis. Já o *strain* corresponde a respostas individuais ou resultados do estresse e tem sido estudado como efeito do estresse, incluindo a insatisfação, a depressão, a ansiedade, a irritabilidade, bem como as queixas psicossomáticas, a exaustão emocional, a despersonalização e, também, a insatisfação com as cargas de trabalho e com o trabalho enfadonho (FERNANDES, 1999, p.72).

Diante dos pressupostos, os *estressores* estão relacionados ao conjunto de estímulos direcionados ao trabalhador no ambiente de trabalho, enquanto o *strain* é relacionado às respostas destes estímulos, de como o indivíduo reage às situações de estresse. Em resumo, um se remete à ação do fator (*estressores*) que são as cargas de exigências do trabalho e o outro, aos resultados da ação sofrida (*strain*) que se dá pela constância dos estressores, um exemplo de ação e reação.

Dentre as muitas profissões que oferecem um potencial de estresse ao profissional podemos utilizar como exemplo o campo educacional, que lida diretamente com um público de pessoas e tem como linha de frente o professor. Este profissional docente é o responsável por fazer com que os alunos desenvolvam o conhecimento em sala de aula. Contudo, este se torna um trabalho de grande exaustão física e desgaste emocional, uma vez que a educação pública do país, em sua maioria, não oferece estrutura adequada para que o profissional desenvolva um bom trabalho e a docência acaba se apresentando como um cenário de frustrações.

Pelo fato de o sistema educacional brasileiro não subsidiar meios adequados de trabalho ao profissional da educação, a docência se torna um campo propício para o desenvolvimento de doenças psicossomáticas, somando vários fatores para que isto aconteça. Partindo deste pensamento, Carlotto, Câmara e Oliveira (2019, p. 03) destacam “a insatisfação no trabalho, o baixo salário, as dificuldades na gestão de relações sociais e de adaptações às inúmeras demandas escolares, a falta de recursos materiais autonomia e participação nas tomadas de decisão institucionais”, como alguns dos inúmeros elementos que desencadeiam essas doenças. As autoras enfatizam que a insatisfação dos docentes, somada a tudo isso acaba sendo a intenção de abandono da profissão, muitas vezes seguido do desligamento definitivo da atividade profissional.

Na docência do ensino superior também é comum se desenvolver o estresse, como pauta Costa *et al.* (2005, p. 02):

Alguns estressores ocupacionais em professores já foram identificados: falta de apoio da administração, trabalho com os alunos, falta de segurança financeira, relacionamento com colegas, sobrecarga de trabalho, mau comportamento dos alunos, falta de tempo e de recursos, necessidade de reconhecimento profissional, condições ambientais e características individuais.

Nesse contexto, pode-se afirmar que o docente universitário está ainda mais sujeito a desenvolver o estresse ocupacional do que os de níveis menores, pois dentro do seu campo de trabalho as cobranças são ainda maiores, por se tratar de um patamar de formação científica e profissional mais elevado. E por se tornar maior a necessidade de projeção no meio acadêmico que necessita que o profissional esteja sempre atualizado e participando de eventos científicos. Contudo, cabe também ressaltar a dificuldade dentro das relações interpessoais, que se caracterizam mais difíceis entre estes profissionais.

Nem sempre as relações interpessoais são tranquilas e facilitadoras na universidade, ambiente considerado por muitos como palco de projeção de poucos, onde pode estabelecer-se um clima de insuportável competitividade e egocentrismo, em que se tornam raros o companheirismo, a troca saudável de ideias e a interlocução (SERVILHA, 2005, p. 46).

Entende-se que, o companheirismo de profissão pode se tornar raro, uma vez que o sujeito acaba se tornando solitário, sem possibilidades de troca de experiência ou qualquer outra situação de ajuda mútua. Isto pode gerar condições estressoras que ao longo do tempo vão se acumulando e gerando uma vulnerabilidade mental de enfrentamento.

É preciso que o docente esteja atento aos sinais da doença que se caracterizam comumente como, “[...] dor de cabeça, cansaço, palpitação, insônia, pressão alta, distúrbios respiratórios e gastrointestinais, alteração do ciclo menstrual, no caso da mulher, explica o Dr. Dráuzio Varella” (SILVA; SALLES, 2016, p. 240).

Como forma de tratamento, Silva e Salles (2016) recomendam o uso de três tratamentos não convencionais que demonstram bons resultados aos pacientes, sendo eles: a) Hipnose, que consiste em “[...] minimizar a influência das emoções e pensamentos negativos que podem estar causando ou reforçando a doença, bem como pode estimular os positivos que proporcionarão a melhora dos sintomas [...]” (SILVA; SALLES, 2016, p. 243); b) Acupuntura, que cura enfermidades através de estímulos feitos com agulhas em regiões corporais específicas; e, c) Atividades físicas, que proporcionam uma melhor qualidade de vida, reduzindo o estresse e

produzindo substâncias químicas de prazer ao corpo que também combatem a depressão, raiva e outras doenças.

Por outro lado, em caso de um não tratamento da doença a pessoa pode estar propensa a desencadear outras doenças também nocivas à saúde e mais graves como, por exemplo, a depressão e síndrome de *burnout*, que é conhecida como síndrome do esgotamento físico e mental relacionado as pressões exercidas também pelo trabalho.

Desta forma, fica implícito a real necessidade de o trabalhador conhecer essas condições para que possa identificar quando estiver em vulnerabilidade. Também a necessidade de as organizações promoverem um cuidado médico especializado aos seus empregados, no intuito de combater qualquer possibilidade de sobrecarga dentro da divisão de trabalho e, conseqüentemente, sobrecargas de estresse.

1.3 SÍNDROME DE *BURNOUT*: ASPECTOS CONCEITUAIS, SINTOMAS E CAUSAS

Comenta-se com frequência no campo educacional a respeito das condições de trabalho dos profissionais da educação no país. Nesse sentido, Carlotto (2002) aponta a relevância do papel do professor e da escola na socialização do indivíduo e a importância de se ter condições emocionais favoráveis para que haja um bom desempenho das atividades docentes.

Todavia, o cenário brasileiro de educação revela uma classe de trabalhadores adoecidos, em função de fatores potencialmente estressores, como os baixos salários, a insuficiência de recursos didáticos, a superlotação das salas de aula e a indisciplina como fatores determinantes desta conjuntura.

A organização mundial da saúde (OMS) afirma que o estresse é uma epidemia global, em que o homem contemporâneo vivência enormes exigências de atualização e é chamado constantemente a lidar com novas informações. O ser humano cada vez mais se vê diante de responsabilidades, obrigações, autocrítica, dificuldades fisiológicas e psicológicas (SELYE, 1965 *apud* ANDRADE; CARDOSO, 2012, p. 130).

É importante salientar que o mercado de trabalho passa por constantes modificações desde o advento da máquina a vapor, na revolução industrial, a substituição do homem pela máquina torna-se cada vez mais comum. Diante disso, o homem se vê obstinado em atender as exigências impostas pelo seu empregador,

exigências essas que para serem cumpridas, muitas vezes é necessário que o indivíduo renuncie ao lazer e da vida pessoal, levando à fatores de estresse.

Em seus estudos, Carlotto (2002) adverte que o profissional docente enquanto exerce a profissão se depara com múltiplos estressores psicossociais, muitos desses referentes a essência de suas atribuições quanto professores. Contudo, a autora pontua que há também a existência de fatores relacionados ao contexto institucional e social na qual essas atribuições são exercidas.

Diante dessa realidade, em função das mazelas cotidianas que circundam a docência, há o aparecimento de uma síndrome denominada *Burnout*, ou Síndrome do esgotamento profissional, como é popularmente conhecida. A qual é definida pelo Ministério da Saúde como um tipo de resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos no trabalho.

O conceito de *Burnout*, traduzido do inglês coloquial, como “combustão completa” foi formulado pelo psicanalista norte-americano Herbert Freudenberger, por volta de 1970 para denominar uma reação de esgotamento físico e mental vivenciada por profissionais de saúde envolvidos na assistência a usuários de drogas (RUSSO; VIEIRA, 2019).

A partir dessa compreensão, no Brasil a *burnout* surge como um termo técnico, o qual foi introduzido de maneira prematura na lista de diagnóstico das doenças relacionadas ao trabalho, em decorrência das pesquisas realizadas por volta da década de 1980. Explorou principalmente o contexto em ascensão da saúde coletiva, bem como a saúde do trabalhador, o qual era o principal foco (BRASIL, 1999). Todavia, a pesquisa também verificou os âmbitos da saúde ocupacional e da psicologia organizacional, direcionado fundamentalmente em profissionais da saúde e professores.

Burnout é considerado um dos agravos ocupacionais de caráter psicossocial mais importante na sociedade atual. Acomete, principalmente, profissionais da área de serviços ou cuidadores, quando em contato direto com os usuários, como os trabalhadores da educação, da saúde, policiais, assistentes sociais, agentes penitenciários, entre outros (SALANOVA *et al.* 2009 *apud* CARLOTTO; CHAVES; RODRIGUES, 2014, p.145).

Logo, é possível perceber que a referida síndrome acomete principalmente a população que trabalha diretamente com o atendimento ao público. Desse modo, entende-se que não está restrita somente os educadores, mas também aos profissionais de saúde e demais classes. Em consonância a isso, Carlotto, Chaves e

Rodrigues (2014) define a síndrome como um tipo especial de esgotamento profissional, decorrentes de episódios estressantes próprias da atuação do trabalho.

Os autores acima mencionados ainda conceituam a *burnout* como um fenômeno psicossocial o qual está presente na sociedade moderna, e que se encontra permeada de diversas transformações econômicas, políticas e tecnológicas que têm tensionado as relações de trabalho e laboral. Acrescido dos estudos de Russo e Vieira (2019, p. 01) que se referem a uma “síndrome psicológica decorrente do estresse crônico laboral, composta por três dimensões: exaustão emocional, despersonalização/cinismo e baixa realização pessoal”.

É importante ressaltar que a síndrome de *burnout* apresenta maiores índices de manifestação em pessoas do sexo feminino. É possível afirmar que esse cenário se dá em função da baixa procura da população masculina por cursos de magistério, fator determinante a partir da ascensão da mulher no mercado de trabalho, momento em que deixa o lar e passa a buscar conhecimento científico nas universidades.

Um dos primeiros passos para que acontecesse a feminização da profissão docente foi a forma como a escolarização feminina se iniciou e os discursos que envolveram a entrada das mulheres na escola. Considerada inicialmente como desnecessária ou perigosa, a educação feminina começou aos poucos a ser defendida como forma de alcançar o progresso, pois era necessário que as mulheres (que eram responsáveis pelos filhos) tivessem algum saber para que a “ignorância não reinasse dentro dos lares” e, conseqüentemente, na sociedade (RABELO, 2019, p.13).

Nesse contexto, torna-se visível o que leva a figura da mulher estar em maior quantidade nos índices de pessoas afetadas pela referida síndrome. É importante considerar ainda, que a mulher é vista pela sociedade desde os primórdios, sob um viés sexista como um personagem que deve realizar as atividades domésticas e cuidar da família. Conceito esse que ainda se encontra fortemente enraizado na sociedade contemporânea, sendo que essa sobrecarga contribui ainda mais para o agravamento desse cenário.

Vale ressaltar de acordo com Malagris (2004) *apud* Silva (2006) que o *burnout* não se trata do estresse em si, mas, do desgaste e da falta de produtividade, caracterizado por um aspecto relacional na medida em que é uma resposta ao estresse laboral crônico. Desse modo, Bontempo (1999) *apud* Silva (2006, p. 93) atribui o aparecimento da síndrome de *burnout*, “a causas pessoais, institucionais e características dos pacientes”. E acrescenta:

Nesse enfoque, as causas pessoais se devem a aspirações nobres e elevado idealismo inicial, falta de critério para avaliar seus desejos, sobrecarga autoimposta e alguns traços da personalidade e, em relação às causas institucionais, a sobrecarga de trabalho, discriminação sexual, falta de autonomia e de apoio institucional, ambiguidade, falta de apoio e feedback de chefia e colegas de trabalho (BONTEMPO, 1999 *apud* SILVA, 2006, p. 201).

Tendo em mente os aspectos acima mencionados, o ambiente de trabalho no qual o indivíduo está inserido é responsável por propiciar os fatores que contribuem ao acometimento da referida síndrome. Alguns estudos acerca da Síndrome de *burnout* apontam três características básicas que são manifestadas pelo indivíduo que possui essa doença, sendo elas: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal e profissional (BENEVIDES-PEREIRA, 2002 *apud* SILVA, 2006).

Em seus estudos Reinhold (2002) *apud* Silva (2006) observou que a síndrome apresenta variadas fases, e destaca o idealismo, realismo, estagnação e frustração ou quase-*burnout* como o autor denomina-o. Por outro lado, esta síndrome reflete também na vida financeira do indivíduo de forma negativa, uma vez que tem sido associado a aposentadorias precoces, absenteísmo e rotatividade de trabalhadores.

Burnout em professores afeta o ambiente educacional e interfere na obtenção dos objetivos pedagógicos, levando estes profissionais a um processo de alienação, desumanização e apatia e ocasionando problemas de saúde e absenteísmo e intenção de abandonar a profissão (GUGLIELMI; TATROW, 1998 *apud* CARLOTTO, 2002, p. 21).

Assim, diante do que foi exposto, é possível afirmar a severidade desta doença, haja vista que outras problemáticas são atribuídas ao indivíduo acometido com a síndrome, o qual muitas vezes tem a necessidade de abandonar a profissão, devido aos agravos psíquicos ocasionados pelo *burnout*. A realidade vivida pelos professores, nos últimos tempos, depõe sobre o crescente aumento do índice de *burnout* entre os docentes, em grande parte devido às condições de trabalho.

Nos últimos anos, outras questões se adicionam às da organização do trabalho docente. Segundo Esteve (1999) *apud* Carlotto (2002 p. 22), tem aumentado as responsabilidades e exigências que se projetam sobre os educadores, coincidindo com um processo histórico de uma rápida transformação do contexto social, o qual tem sido traduzido em uma modificação do papel do professor.

Desse modo, compreende-se que, o processo da *burnout* é individual e ocorre de maneira gradual podendo demorar anos até que o indivíduo seja diagnosticado com a referida síndrome. No entanto, muitas vezes o profissional acometido não aceita tal diagnose, recusando-se a um possível tratamento, contribuindo assim para o aumento das estatísticas.

Assim, diante do que foi exposto, Reinhold (2002) *apud* Silva (2006) evidencia a presença de uma fase denominada como “fenômeno fênix”, a qual ele descreve como o renascer das cinzas. Fase essa que muitos, infelizmente não conhecem, entregando-se a crises de pânico e ansiedade, e em sua grande maioria à depressão.

É necessário considerar que há tratamentos disponíveis para se combater o avanço da síndrome de *burnout* na sociedade contemporânea. Há existência de mecanismos capazes de ajudar no enfrentamento da síndrome e que podem ainda ajudar o indivíduo a conviver com os sintomas dessa doença.

2 O FAZER DOCENTE NO CONTEXTO DA PANDEMIA DO NOVO CORONAVÍRUS

2.1 ESTRATÉGIAS DO FAZER DOCENTE NO CONTEXTO DA PANDEMIA

A docência é definida por Veiga e Amaral (2009, p. 24) como “o trabalho dos professores”. Trabalho este, que de acordo com o referido autor é formado por um conjunto de atribuições que vão além da função de ministrar aulas. Nesse sentido, a docência é uma atividade complexa, em função das adversidades envolvidas no ser professor para além de estar professor.

A tarefa de professor hoje é difícil devido a um conjunto de fatores entre eles estão: a falta de apoio por parte dos pais dos alunos, de coordenadores ou políticos, as péssimas condições de trabalho e o multisseriado com turmas de diferentes níveis, de diferentes meios familiares.

Nessa perspectiva, Barros e Pisciotta (2012) discorrem que essa complexidade no exercício da docência, como mencionado anteriormente, é decorrente de diversos fatores que envolvem desde a formação acadêmica a constituição profissional. Em relação à formação acadêmica é possível destacar os indivíduos que ingressam em um curso de magistério na ausência de outra opção de curso, quer seja por motivo de disponibilidade de outros cursos, quer seja por motivos financeiros, uma vez que as licenciaturas são mais acessíveis. Quanto à constituição profissional é possível destacar ainda a escassez dos cursos de formação continuada.

A profissão docente já foi muito conceituada pela sociedade, uma vez que o professor era o centro da escola, visto como exemplo de postura pelas pessoas. Com as mudanças de comportamentos da sociedade, os profissionais da educação tiveram que se adequar para atender às novas exigências da sociedade moderna, deixando de ser o centro que agora visa o aluno (BARROS; PISCIOTTA, 2012, p. 45).

Nesse cenário, é possível afirmar que a profissão docente vem perdendo o prestígio que outrora possuía, em função do comportamento social contemporâneo que exige uma nova postura desse profissional. O novo fazer docente deve atender as necessidades dos discentes visando atingir as metas impostas pelas instituições de ensino, bem como suprir as expectativas dos próprios alunos, os quais esperam atingir resultados satisfatórios de ensino por meio desses profissionais.

Com o avanço da tecnologia e a transformação dos métodos utilizados para a aprendizagem, o cenário atual deve acompanhar essa evolução, pois com essa mudança de paradigma o aluno passa a ser o protagonista do seu aprendizado, o professor contribui somente como mediador dessa aprendizagem, na busca de novos conhecimentos (MACIEL *et al.*, 2011, p. 02).

Ao compreender o papel político e social da escola na sociedade contemporânea é possível empreender uma discussão acerca da formação do professor no contexto atual. Uma formação que o auxilie a desempenhar um papel que transpassa a função mecânica de ensinar, assumindo dessa maneira, o papel de produtor de conhecimento, sustentado pela prática docente (LEME, 2006).

Em consonância a isso, entende-se que a profissão docente se caracterizava pelo estabelecimento de alguns traços em que predominava o conhecimento objetivo, o conhecimento das disciplinas à imagem e semelhança de outras profissões. Assim, Inbernón (2002, p. 13) destaca que possuir certo conhecimento formal era assumir a capacidade de ensiná-lo.

[...] para ser um profissional é preciso ter autonomia, ou seja, poder de tomar decisões sobre os problemas profissionais da prática. Atualmente, para a educação do futuro, essas características históricas são consideradas insuficientes, embora não se discuta que sejam necessárias.

Diante disso é importante ressaltar que, o uso das estratégias de ensino é de fundamental na prática docente para o alcance de metas na esfera educacional. As metodologias de ensino são tão essenciais quanto os conteúdos de aprendizagem, visto que somente por meio da aplicação desses instrumentos que se é possível chegar aos resultados almejados na carreira escolar.

O uso de estratégias de ensino tornou-se ainda mais significativa nos últimos tempos em decorrência do cenário pandêmico atual. A disseminação do novo coronavírus por todo o globo fez com que as instituições de ensino de todos os níveis fechassem suas portas para tentar conter o aumento dos números de contágio e consequentes óbitos ocasionados pelo vírus.

Muito se discute a respeito dos reflexos negativos do cenário pandêmico na educação do país e do mundo. Diante dessa realidade, é possível afirmar que inúmeros são os danos causados aos estudantes de todos os níveis acadêmicos. No que diz respeito às universidades de ensino superior, 90% dos estudantes de todo o

mundo foram afetados pelo encerramento das atividades presenciais em decorrência da Covid-19 (DIAS; PINTO, 2020).

É neste contexto que chega a COVID-19 e, em pouco tempo, transforma-se numa pandemia e na maior crise sanitária de que o mundo já teve notícia. Cerca de 190 países tiveram escolas total ou parcialmente fechadas, num processo que atingiu cerca de 1,5 bilhão de alunos. O Brasil foi um deles e, desde meados de março, as crianças e adolescentes não vão às aulas. (COSTIN; BORBA, 2020, p. 08).

Considerando esses aspectos, com a publicação da Portaria de nº 544 de 16 de junho de 2020 do Ministério da Educação, a qual discorre acerca da substituição das aulas presenciais pelo ensino remoto, por meio de aulas digitais, o Brasil, assim como todos os países do mundo, tiveram que se adequar à nova realidade educacional e, a princípio, a educação a distância – EAD seria a melhor solução para dar continuidade ao ano letivo sem que ocorressem aglomerações e consequentemente, aumento nos casos de infectados.

Nessa perspectiva, após definição dos componentes curriculares que seriam substituídos para as aulas tivessem prosseguimento, as instituições de ensino traçam estratégias para que as aulas fossem reestruturadas a esse novo cenário pandêmico. Todavia, a EAD não deve ser a única ferramenta metodológica de ensino a ser utilizada, uma vez que esse instrumento demanda a utilização de recursos tecnológicos como computadores e internet, os quais acentuam ainda mais as desigualdades já existentes.

Na pandemia, grande parte das escolas e das universidades estão fazendo o possível para garantir o uso das ferramentas digitais, mas sem terem o tempo hábil para testá-las ou capacitar o corpo docente e técnico-administrativo para utilizá-las corretamente. Há ainda outros obstáculos graves, especialmente para alunos e professores mais empobrecidos, muitos deles localizados na periferia das grandes cidades ou na zona rural. Faltam computadores, aparelhos de telefonia móvel, software e Internet de boa qualidade, recursos imprescindíveis para um EaD que resulte em aprendizagem (DIAS; PINTO, 2020, p. 546).

Assim, diante do que foi exposto, os representantes das instituições de ensino, juntamente com o Ministério da Educação e corpo docente, tiveram que articular novos métodos de ensino não presenciais, de maneira abrangente a todas as classes. Costin e Borba (2020) destacam que grande parte da rede pública, optou por utilizar

a combinação dos recursos disponíveis intercalando o uso de plataformas digitais, televisão, rádio e roteiro de estudos, estudos dirigidos etc.

Vale ressaltar que, nas instituições particulares, a logística não se deu de maneira mais simples, uma vez que muitas instituições não dispunham de plataformas digitais, sem esquecer da existência de estudantes bolsistas, os quais possuíam dificuldade de acesso à internet para a realização das atividades remotas.

Num mundo em profunda transformação a educação precisa ser muito mais flexível, híbrida, digital, ativa, diversificada. Os processos de aprendizagem são múltiplos, contínuos, híbridos, formais e informais, organizados e abertos, intencionais e não intencionais. Hoje há inúmeros caminhos de aprendizagem pessoais e grupais que concorrem e interagem simultânea e profundamente com os formais e que questionam a rigidez dos planejamentos pedagógicos das instituições educacionais (MORAN, 2017, p. 23).

Sob esse viés, o autor chama a atenção da relevância da flexibilização do ensino, que este deve perder o caráter mecânico composto por sala, filas e lousa, ressaltando o uso das tecnologias, das metodologias ativas e principalmente a utilização do ensino híbrido, ou seja, um ensino mais heterogêneo.

Essa realidade faz-se presente na esfera educacional atual na qual o professor necessita munir-se de instrumentos que possibilitem a continuidade do ensino, quer seja por meio das plataformas digitais, quer seja por meio do ensino presencial, nos locais onde houve a flexibilização das medidas de contingência ou por meio do ensino híbrido, intercalando atividades presenciais e remotas.

Em educação – em um período de tantas mudanças e incertezas - não devemos ser xiitas e defender um único modelo, proposta, caminho. Trabalhar com modelos flexíveis com desafios, com projetos reais, com jogos e com informação contextualizada, equilibrando colaboração com a personalização é o caminho mais significativo hoje, mas pode ser planejado e desenvolvido de várias formas e em contextos diferentes (MORAN, 2017, p. 29).

É importante que considerar que inicialmente foram utilizadas metodologias emergenciais, com a finalidade de evitar o cancelamento do ano letivo, nesse caso de 2020. Para tanto, os docentes recorreram a instrumentos instantâneos, como o aplicativo *whatsapp*, para o envio de atividades e interação entre os alunos.

Vale ressaltar que, o acesso à internet não é uma realidade de toda a população, logo, foi possível perceber a necessidade da flexibilização mencionada por Moran (2017), na qual são colocadas possibilidades que possam beneficiar o aluno,

de acordo com a tecnologia disponível a ele. De fato, não se pode incorrer em um único modelo ou formato de ensino neste contexto de pandemia e de incertezas.

Percebendo as dificuldades enfrentadas pelos professores de ensino presencial para se adequarem as novas metodologias de ensino, a Secretaria de Educação a Distância da Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN, lançou, ainda no ano de 2020 um caderno contendo orientações básicas para a elaboração do plano de aula por meio dos recursos eletrônicos (MACIEL *et al.*, 2020).

Este documento tem por objetivo central propor orientações essenciais que devem compor um plano de aula em situação emergencial, do formato de ensino remoto. Desse modo, Moraes *et al.* (2020) discorrem que o planejamento de ensino é um procedimento no qual deve-se levar em consideração os variados contextos nos quais se inserem os professores e os alunos, logo, os autores afirmam que há necessidade de que o planejamento seja organizado, sistemático e previsível.

Nessa linha de pensamento, Cenci *et al.* (2020) chamam a atenção para o desenvolvimento de estratégias que beneficiem ainda estudantes com necessidades educacionais específicas. Os autores citam ainda a importância do respeito à diversidade, o pluralismo e a democracia, destacando a Lei Nº 13.146/2015, que trata da inclusão da pessoa da pessoa com deficiência - LBI.

Ao planejar a metodologia que envolverá os procedimentos e as estratégias de como serão desenvolvidas as suas aulas, é importante considerar se o estudante, em razão de sua condição visual, auditiva, física, autismo ou com algum transtorno específico (como dislexia, disgrafia, dislalia) pode não conseguir ou ter dificuldades para ler, assistir, ouvir ou visualizar conteúdos disponibilizados em materiais como textos, vídeos, podcasts, slides, imagens, entre outros (CENCI *et al.*, 2020 p.11).

Diante disso, a utilização de recursos diversificados para o atendimento ao aluno com necessidades educativas especiais é um importante aliado ao docente na construção de seu plano de aula e na condução do processo de ensino e aprendizagem, de modo a alcançar a todos os alunos.

Vale ressaltar que diversificação dos conteúdos em função de necessidades educacionais específicas já é uma realidade nas salas de aula de todo o mundo, em decorrência da LBI, ou seja, não se trata de uma realidade diferente, sendo apenas, nesse caso, reelaborada no contexto digital para adequar-se ao contexto educacional atual.

2.2 A NECESSIDADE DE FORMAÇÃO CONTINUADA

A formação de professores é uma temática que envolve muitas situações, dentre elas, é possível destacar as deficiências da formação inicial e a escassez de formação continuada. Leme (2006) afirma que a compreensão acerca da formação de professores modificou-se no decorrer dos anos, em função das concepções a respeito do papel da escola na sociedade, do conceito de ensino-aprendizagem e das perspectivas acerca da ciência.

Com base nesse pensamento, Batista Neto e Santiago (2006) destacam que os assuntos relacionados à formação de professores têm sido do interesse de governos, pesquisadores em educação, gestores de sistemas e dos próprios professores. Essa gama de interesses nos diversos setores acerca da temática, expressa a relevância que ela projeta na sociedade.

A necessidade formação continuada para professores, quer seja das escolas públicas, quer seja das instituições privadas é uma problemática que está presente no cenário educacional desde o princípio da profissão docente. Sob esse viés, entende-se que atualmente, ser professor se configura em compreender que tanto os alunos como o conhecimento modificam-se muito rápido, mais do que o que estávamos habituados, e para continuar respondendo adequadamente ao direito do aluno de aprender é necessário que os docentes se esforcem também para continuar aprendendo.

Batista Neto e Santiago (2006) relatam que o estágio supervisionado na fase acadêmica do futuro profissional, é componente curricular essencial na promoção de uma formação fundada em bases sólidas, uma vez que submete o graduando a experiência de vivenciar situações que envolvem teoria e prática, bem como atividades investigativas acerca da sua área de atuação. Em consonância a isso, Pimenta (1996) *apud* Leme (2006, p. 31) pontua: “Tem-se clareza de que é necessário reinventá-los a partir da prática social da educação, ou seja, não há uma receita/uma técnica pronta a ser aprendida e aplicada”. De fato, a ação docente está baseada numa constante recriação a partir do que se estabelece na prática.

Tendo em mente os aspectos acima mencionados, destaca-se a importância da recriação da prática docente a partir do momento em que é vivido. Atualizar-se por meio da prática cotidiana, é de suma importância para que o educador esteja sempre qualificado para atuar na contemporaneidade.

A educação é um processo histórico e perecível, o qual está em constante modificação em função das influências do contexto socioeconômico, quer seja regional, quer seja mundial. Necessita assim, de diversas vezes adequar-se às necessidades dos educandos e das novas tendências de ensino-aprendizagem. Logo, é essencial que haja o acompanhamento desses avanços pelos docentes, visto que essas transformações refletem no âmbito socioeconômico, bem como na política e tecnologias.

Sob esse viés, comenta-se com frequência acerca dos novos contextos educativos que emergiram diante da pandemia do novo coronavírus. Assim, a educação necessitou adaptar-se e estrutura-se as novas ferramentas de ensino para que fosse possível dar continuidade ao ensino, respeitando o distanciamento social.

É notório que os educadores estão se empenhando para que o ano letivo não seja perdido, contudo, muitas são as adversidades encontradas nesse percurso, como a dificuldade dos professores no manejo dos recursos tecnológicos. Em consonância a isso, o Conselho Nacional de Educação – CNE, homologou no dia 26 de outubro de 2020 a Portaria de nº 882, que discorre acerca das competências que o educador deve possuir em sua formação inicial. A respeito do uso das tecnologias o Parecer destaca algumas habilidades exigidas a esse docente:

Compreender, utilizar e criar tecnologias digitais de informação e comunicação de forma crítica, significativa, reflexiva e ética nas diversas práticas docentes, como recurso pedagógico e como ferramenta de formação, para comunicar, acessar e disseminar informações, produzir conhecimentos, resolver problemas e potencializar as aprendizagens (BRASIL, 2020).

Assim, compreender a função dos novos processos educacionais, da modernização dos meios de comunicação, bem como a construção do sujeito em um cenário contemporâneo, é de suma importância para que seja instituído dessa maneira, uma relação com a educação que perpassse os limites físicos e estruturais das escolas.

Um novo perfil educativo é gerado em decorrência da evolução do novo coronavírus, diante da importância do papel do professor, nesse novo cenário social, torna-se cada vez mais indispensável capacitá-los. Nessa perspectiva, Silva (2015) afirma que implementar tecnologias no cotidiano escolar tem se tornado um grande desafio no âmbito escolar contemporâneo.

A autora salienta ainda que explorar os instrumentos de maneira produtiva e significativa demanda do professor uma qualificação, que infelizmente não foi oferecida na formação inicial desse profissional. Logo, é eminente a necessidade de mudança na práxis pedagógica para que a educação não fique à margem das modificações socioeducacionais que o mundo está vivendo.

No início da introdução dos recursos tecnológicos de comunicação na área educacional, houve uma tendência a imaginar que os instrumentos iriam solucionar os problemas educacionais, podendo chegar, inclusive, a substituir os próprios professores. Com o passar do tempo, não foi isso que se percebeu, mas a possibilidade de utilizar esses instrumentos para sistematizar os processos e a organização educacional (TAJRA, 1998 *apud* SILVA, 2015, p. 21).

Diante do que foi exposto, e como base na conjuntura atual, é notório a importância do educador nesse processo, haja vista que esse profissional atua como mediador. Assim, é possível afirmar que de maneira alguma a tecnologia tem a finalidade de suceder o professor em sala de aula, mas de apoiar e subsidiar o planejamento e a transmissão do conteúdo.

Valente (1999) *apud* Silva (2015) reforça a necessidade da capacitação do docente em relação os recursos tecnológicos, salientando que essa capacitação perpassa o que ele define como “letramento digital”, atribuição dada a qualificação para o uso dos variados instrumentos digitais. O autor afirma ainda que o professor deve se preparar para apropriar-se do papel de facilitador no processo de ensino-aprendizagem, e para isso é essencial aprimorar a utilização dos recursos disponíveis, fazendo com que esses instrumentos se tornem dispositivos de edificação e reflexão.

A adoção do ensino remoto, ainda que emergencial e provocado por fatores externos ao controle dos sistemas de ensino e da comunidade escolar, envolve uma série de elementos que estão em discussão há mais de duas décadas: a inclusão digital e a formação dos professores para o uso das tecnologias digitais, o letramento digital, a apropriação tecnológica, a aquisição de hardware e softwares, o acesso ao uso de tecnologias e até mesmo a qualidade e o custo da conexão (LEITE; LIMA; CARVALHO, 2020, p. 03).

Diante do que foi exposto, é possível perceber que a necessidade de formação de professores para o manejo adequado dos recursos tecnológicos não é uma problemática que surgiu na atualidade, mas que já atinge o âmbito educacional há um longo período. Contudo, a qualificação do profissional docente não é o único problema

existe, há também a escassez de equipamentos, sistemas específicos, bem como a precariedade e o alto custo relacionado aos provedores de internet.

É importante destacar ainda o descaso das instituições de ensino quanto à realização de capacitação desses profissionais. Alguns estudos relatam que além da ausência de conhecimento em relação aos recursos digitais, há ainda a carência de intervenções pedagógicas por parte das instituições, principalmente em relação as instituições públicas (LEITE; LIMA; CARVALHO, 2020).

No caso da rede pública, que infelizmente não vem tendo a oportunidade de oferecer ensino remoto aos seus estudantes, que então não se perca a oportunidade de realizar formação docente a distância. Mesmo que não seja possível com todos, mesmo que por apenas um mês: que nunca mais nosso país, nossas escolas e os gestores educacionais percam a oportunidade de revolucionar a educação - e isso necessariamente começa com a formação de nossos professores (COSTIN; BORBA, 2020, p.14).

Assim percebendo, os autores advertem as instituições acerca da necessidade de qualificar seus educadores durante a pandemia, mesmo na ausência de aulas remotas, no caso dos alunos das instituições públicas de ensino. Ressaltam ainda, a importância de beneficiar esses profissionais, independente do período e da quantidade de participantes, enfatizando que as inovações no âmbito educacional devem-se iniciar pela formação dos professores.

Considerando todos os aspectos mencionados, vale lembrar as adversidades causadas pelo fechamento das instituições, e consequente substituição das aulas presenciais por aulas remotas em decorrência do novo coronavírus, evidenciou ainda mais a relevância da tecnologia na educação e transpareceu a escassez de qualificação nas áreas digitais destinadas aos profissionais docentes.

Silva e Teixeira (2020) enfatizam que os professores devem estar dispostos a criar metodologias para a utilização das tecnologias de informação e comunicação, bem como da internet em sala de aula. Diante disso, é indispensável que as escolas forneçam condições básicas no que respeito ao uso das tecnologias.

A capacitação não pretende apenas promover o domínio de meios e ferramentas para a interação entre as partes. O objetivo também é construir uma concepção diferenciada do processo de ensino e aprendizagem, um programa de formação onde o docente reflita intensamente sobre sua prática e desenvolva habilidades para a comunicação midiaticizada do conhecimento no ensino fundamental e médio (HACK; NEGRI, 2010, p. 97).

Para isso, é necessário que seja estabelecido mecanismos de comunicação por meio de diálogos na construção do conhecimento. Ou seja, o professor deve estar habilitado para as conversações constantes com os estudantes por meio das mídias, as quais permitam a interlocução entre as partes envolvidas.

Em suma, para se cumprir com o objetivo de qualificar os educadores em relação ao uso das tecnologias deve-se, portanto, fomentar e incentivar a participação desses profissionais nas atividades de aprimoramento e ressignificação da educação a distância, com a finalidade de proporcionar, dessa maneira, melhorias no cenário educacional não presencial.

2.3 O MAL-ESTAR DOCENTE E A SAÚDE DOS PROFESSORES

A docência se configura atualmente em um contexto de mudanças constantes, isso porque desde a globalização a sociedade se molda dia após dia, com novos desafios e questões cada vez mais complexas. E a educação não fica atrás, por ter a responsabilidade de formar pessoas críticas e dinâmicas para lidar com os desafios sociais, precisa estar acompanhando estas mudanças no intuito de promover uma educação interativa e voltada à realidade atual.

O responsável de promover estas mudanças através do conhecimento é justamente o professor, que em meio a tantas configurações acaba se deparando com um acúmulo de responsabilidades e uma grande falta de tempo para lidar com as exigências que surgem constantemente, o que pode se refletir diretamente em sua saúde de forma negativa.

Como resultado das constantes mudanças e cobranças na área educacional pode-se observar um desconforto causado nos educadores, este desconforto é denominado *mal-estar docente*, que pode ser representado pelos efeitos negativos gerados no contexto escolar que consequentemente, se refletem em sua prática (GUEDES *et al.*, 2013). Dentre estes efeitos negativos pode-se observar uma grande desmotivação do profissional, a ponto de fazer com que se abstenha de intervir no fracasso escolar dos alunos. Também é notável um aumento nos seus níveis de ansiedade, o que acaba comprometendo o sono, promove também níveis elevados de estresse, desencadeia a depressão, agravando outros fatores relacionados à saúde deste indivíduo.

Este mal-estar se apresenta como indicativo de que o trabalho oferece cargas estressoras elevadas, o que acaba causando um desgaste emocional seguido de sofrimento físico e psíquico do educador.

Conceitua-se o mal-estar docente como sendo os comportamentos que expressam insatisfação profissional, elevado nível de estresse, absenteísmo, falta de empenho em relação à profissão e desejo de abandonar a carreira profissional, podendo, em algumas situações, resultar em estados de depressão (BUZZI; RAUSCH; DUBIELLA, 2013, p.1045).

Diante disso é possível notar que este sofrimento interfere na vida profissional e pessoal do sujeito, e com isso, “O resultado é queda no desempenho, frustração, alteração de humor, absentismo (faltas, abandono do trabalho) trabalhista além de consequências físicas e mentais” (SOUZA; SANTOS; ALMEIDA, 2016, p. 85).

Para o desencadeamento deste desconforto surgem algumas situações dentro do âmbito educacional que colaboram diretamente para a deterioração das condições de trabalho, como citam os autores:

Os estudos sobre condições de trabalho demonstram uma crescente precarização e deterioração das condições laborais dos docentes: desvalorização do trabalho, baixos salários, múltiplos empregos, formação deficiente, postura corporal inadequada, exposição ao pó de giz, ruídos, infraestrutura precária e carência de recursos e humanos que acentuam a sobrecarga de trabalho desses profissionais (ARAÚJO *et al.*, 2005, p. 08).

Estas condições, apontadas anteriormente, são comumente observadas dentro da educação pública, nos níveis básicos de ensino. Mas, e quanto a educação superior privada? Esta também oferece condições para que ocorra este mal-estar do profissional? Com certeza, o adoecimento do profissional docente não se restringe somente às instituições públicas. Diz respeito ao tipo de trabalho que este profissional desenvolve e as condições que lhe são ofertadas.

Exige-se-lhes que ofereçam qualidade de ensino, dentro de um sistema massificado, baseado na competitividade, muitas vezes com recursos materiais e humanos precários, com baixos salários e um aumento exacerbado de funções, o que contribui para um crescente mal-estar entre os professores (BIZARRO; BRAGA, 2005 *apud* SILVA; CARVALHO, 2011, p. 02).

As afirmações acima são reforçadas por Fleury e Macêdo (2012) que trazem um quadro de aspectos organizacionais do trabalho docente universitário e

demonstram de forma explicativa como o trabalho do docente da IES se estende para além da sala de aula e do desenvolvimento de pesquisas. Citam ainda a questão da competitividade quando destacam a intensificação do regime de trabalho que acaba resulta no individualismo entre estes profissionais. As autoras falam da sobrecarga de funções quando explicam que passam a fazer parte do seu trabalho funções administrativas e atividades burocráticas que o sobrecarregam.

A soma destes fatores pode abrir espaço para o surgimento de doenças advindas do estresse laboral e que já foram tratadas anteriormente neste trabalho, como o estresse ocupacional, a síndrome de *burnout*, e em casos mais extremos a depressão. Daí percebe-se mais uma vez a necessidade que se tem de estudos voltados para a saúde do professor.

A partir do que já foi colocado surge a curiosidade de investigar como os professores estão lidando com a atual situação da pandemia da Covid-19, vivida em todo o mundo, na intenção de observar como o profissional da educação tem se portado diante das dificuldades de educar dentro de um formato de ensino híbrido, e se esta nova aposta tem afetado de forma negativa ou positiva as suas condições de trabalho, sem deixar de observar o seu estado físico e emocional.

Nesse contexto, tem se observado que a situação pandêmica trouxe um abalo estrutural em toda a sociedade com a decisão de isolamento que forçou empresas a fecharem as portas tendo que demitir seus funcionários. As salas de aulas foram esvaziadas fazendo com que o processo de ensino e aprendizagem sofresse grandes regressos, e oferecendo riscos à saúde mental de toda a população pelo constante medo de contaminação e pela incerteza do que viriam a enfrentar dali em diante (SOUZA *et al.*, 2021).

Logo depois de um tempo, as atividades denominadas essenciais foram retornando aos poucos, porém com restrições sanitárias, e dentre estas estava a educação. O Ministério da Educação publicou portarias autorizando a volta das aulas nas instituições superiores, mas esta volta se daria de um modo inovador.

Sendo assim, com as novas portarias do Ministério da Educação, foi necessário que as instituições de nível superior e seus docentes criassem estratégias de operacionalização da educação à distância, de modo a prover um ensino inovador. Diante tal cenário, os educadores se expõem a diversas situações e pressões das instituições, o que reverbera no adoecimento, principalmente relacionado à saúde mental (SILVA *et al.*, 2020, p. 01).

Seguindo este pensamento podemos notar que este novo contexto educacional trouxe impactos diretos à saúde do docente, devido as cobranças das instituições para que fossem criados meios urgentes que viabilizassem o aprendizado do aluno de forma remota.

Silva *et al.* (2020) ainda evidenciam que o uso das tecnologias de informação e comunicação, como ferramenta de apoio para estimular a busca pelo conhecimento ao aluno durante este período de isolamento, surgiu como um desafio para a classe dando a entender que a maioria ou talvez uma boa parte não estivesse familiarizado com os meios, o que pode acabar se evidenciando como uma fonte de estresse para este sujeito.

Pode-se observar uma deficiência ainda na formação docente quando Sordi (2019, p.136) afirma que existe uma

[...] escassez de atenção à formação do professor universitário para o desenvolvimento de uma docência sintonizada com os desafios da contemporaneidade [...] o que pode explicar esta ausência de familiaridade entre este profissional e os suportes tecnológicos e também algumas insatisfações voltadas para o trabalho.

Desse modo, havendo esta deficiência o professor se vê obrigado a se adequar a estes meios por conta própria, o que pode acabar gerando um desgaste ainda maior. De fato, o que tem se percebido é que a adaptação ao ensino remoto e a utilização das ferramentas tecnológicas acabou gerando sentimento de insegurança, dúvidas sobre a eficiência do trabalho a partir destes novos meios e uma sobrecarga de trabalho para garantir que os alunos estivessem motivados e engajados no processo de ensino.

As dificuldades dos alunos em se adequar à nova roupagem de ensino também impactaram na relação entre professor e aluno o que permitiu uma incerteza e sentimento de frustração ainda maior ao professor. Corroborando com este raciocínio Godoi *et al.* (2020, p. 06) relatam que, “Os professores comentaram que este processo provocou sentimentos de angústia, inquietações, inseguranças, dúvidas e sobrecarga de trabalho”, sentimentos estes que podem ser caracterizados como mal-estar docente e que mostra que o contexto pandêmico proporcionou situações de estresse e desgaste emocional.

Outras questões que o levam ao mal-estar estão voltadas para o seu receio pela contaminação, as pressões internas como resultado do isolamento e a incerteza

sobre o tempo que a atual situação pode levar para ser sanada, ameaçando seu emprego e sua garantia de vida, como é descrito a seguir:

Ainda havendo o risco de contaminação e adoecimento físico e a instabilidade no emprego, os profissionais da educação bem como em outras áreas da economia, em sua maioria, se recintem de conhecimentos específicos na utilização de ferramentas tecnológicas necessárias em momentos de distanciamento social imposto por protocolos sanitários (PONTES; ROSTAS, 2020, p. 280).

No contexto dessas ideias pode-se compreender que as preocupações com o emocional e o social que acometem o professor, também acometem toda a população. Este cenário de pandemia acaba tornando esses profissionais vulneráveis e propensos a desenvolver outras doenças psicossomáticas. Para que isto não ocorra é necessário que o professor esteja todo tempo se policiando e adotando medidas preventivas de cuidado emocional, para que não haja uma perda da autoestima e uma despersonalização da identidade docente.

Não havendo este preventivo, o profissional acaba adoecendo, tendo que ser afastado de suas atividades laborais, o que pode levar ao tratamento através de remédios como seu único refúgio (BARROS; CARDOSO, 2020). Outra implicação é uma possível evolução de dependência destes remédios. Desse modo, há necessidade de se promover um cuidado a esta classe em especial, que está diariamente exposta à grandes demandas e cobranças dentro do seu ambiente de trabalho.

Considerando que a educação e a saúde são condições essenciais para o desenvolvimento humano, é de extrema importância atentar aos professores, que diante do exposto, se encontram em situação de vulnerabilidade e sujeitos ao adoecimento relacionados a falta de organização do trabalho e falta de reconhecimento. Portanto torna-se imprescindível o conhecimento e o debate sobre as condições de trabalho e a valorização desses profissionais a fim de que diminua os riscos de adoecimento mental (BARROS; CARDOSO, 2020, p. 07).

Os estudos acerca das condições de trabalho dos professores ainda são poucos, e levando em conta a relevância do assunto se torna imprescindível a expansão destes estudos e as discussões dentro dos ambientes educacionais. Para garantir uma educação de qualidade é preciso que os preceptores do conhecimento também tenham condições adequadas de trabalho.

Sendo assim, é importante considerar que educação e saúde são condições essenciais para o desenvolvimento do ser humano e, nesse processo, os professores são peças fundamentais e devem ser valorizados como tal. Diante dos problemas e das necessidades atuais, esses profissionais precisam ter habilidades técnicas, sociais e emocionais, além de estimular a construção crítica pessoal para que aprendam a ser conscientes, reflexivos e participativos, sem deixar de lado a saúde mental e emocional (PACHIEGA; MILANI, 2020, p. 230).

Por fim, deve-se considerar a reivindicação de melhores condições de trabalho ao docente, o que envolvem o reconhecimento por parte da gestão, a promoção de formação continuada, apoio emocional especializado e a valorização social desta profissão tão importante na construção de uma sociedade crítica e dinâmica dentro dos processos de globalização e de expansão do conhecimento, que vivemos atualmente.

3 ESTRESSE DOCENTE NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19: RELATOS DOS DOCENTES DO CURSO DE PEDAGOGIA DA FAI

3.1 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O estudo tem como percurso metodológico a abordagem qualitativa com ênfase para a pesquisa bibliográfica fundamentada em autores que abordam as principais questões acerca dos fatores que corroboram o estresse docente, bem como a atual situação da prática docente no cenário pandêmico, sendo estes os autores: Filgueiras e Hippert (1999), Silva e Salles (2016), Carlotto (2002), Silva (2006), Leme (2006), Carlotto, Chaves e Rodrigues (2014), Costin e Borba (2020), Dias e Pinto (2020), Brasil (2020a,b,c), Souza e outros autores (2021). Assim, na pesquisa bibliográfica é possível situar seu estudo dentro da grande área de pesquisa da qual faz parte, de forma a contextualizá-lo.

Bogdan e Biklen (1994) descrevem algumas características básicas da pesquisa qualitativa, como a utilização do ambiente natural como fonte direta para obtenção de dados e tem no pesquisador seu principal instrumento de busca de informações.

Ainda corroborando com esse pensamento, Godoy (1995) destaca que por meio da pesquisa qualitativa é possível construir hipóteses por meio da observação, posto que, a abordagem qualitativa é um exercício de pesquisa, que não se apresenta rigidamente estruturada, permitindo o pesquisador usar a imaginação e a criatividade e explorar novos aspectos da pesquisa. Assim, o uso da abordagem qualitativa numa perspectiva descritiva dos dados possibilita a obtenção de dados sobre os sujeitos e os lugares, posto que procura

[...] compreender os fenômenos segundo a perspectiva dos sujeitos, ou seja, dos participantes da situação em estudo [...]. Do ponto de vista metodológico, a melhor maneira para se captar a realidade é aquela que possibilita ao pesquisador colocar-se no papel do outro, vendo o mundo pela visão dos pesquisados (GODOY, 1995, p. 58, 60).

Desse modo, para melhor se aprofundar nos conhecimentos práticos acerca do fazer docente e seus desafios em tempos de pandemia e de utilização do ensino remoto, este estudo foi a campo ouvir os sujeitos que estão na ponta desse processo

de ensino, que são os professores, de forma a promover a aproximação do pesquisador com o campo de pesquisa.

Nesse contexto, a pesquisa de campo foi aplicada por meio de um questionário direcionado aos docentes do curso de Licenciatura Plena em Pedagogia da Faculdade de Itaituba-Fai, composto por 10 questões objetivas e subjetivas com o intuito de investigar como estes docentes têm lidado com o novo cenário educacional e os impactos que o momento de pandemia tem causado na saúde destes profissionais, sendo assim uma pesquisa de teor qualitativo.

Sob esse viés, Gil (2009) ressaltam que o uso do questionário na abordagem qualitativa se constitui em uma técnica de investigação com questões que possuem o propósito de obter informações, ou seja, é uma ferramenta que atende a objetivos específicos.

Desse modo, o quadro 1 traz o perfil dos entrevistados a partir de suas respostas no questionário, sendo que participaram dessa pesquisa, sete docentes do Curso de Licenciatura Plena em Pedagogia da Faculdade de Itaituba, que estão identificados de D₁ a D₇, onde D = Docente. Quanto ao estado civil dos entrevistados, a maioria (5) declaram-se casados, enquanto dois são solteiros.

No que se refere ao tempo de trabalho na Faculdade de Itaituba, somente uma docente consta de dois anos de serviço, e os demais (6) apresentam mais de 10 (dez) anos de trabalho no ensino superior.

Quadro 1. Perfil dos entrevistados. Fonte: Docentes de Pedagogia, Fai, Itaituba-PA (2021).

Entrevistados	Estado civil	Tempo de trabalho na Fai	Problema de saúde associado ao trabalho docente
D ₁	Solteira	2 anos	Não
D ₂	Casada	19 anos	Não
D ₃	Casado	16 anos	Sim, COVID
D ₄	Casada	12 anos	Sim, estresse leve
D ₅	Solteiro	14 anos	Não
D ₆	União estável	13 anos	Não
D ₇	Casado	12 anos	Não

Para nível de informação, dos 7 entrevistados 4 são mulheres e 3 são homens, onde os entrevistados se encontram em uma faixa etária que varia entre 32 e 73 anos de idade, apontando assim, que já são pessoas com uma considerável experiência de vida, e pelo tempo de trabalho na instituição pode-se concluir que os mesmos já possuem um significativo tempo de vivência educacional.

Conforme as informações constantes no quadro pode-se observar que somente dois relataram já ter alguma doença associada ao trabalho docente, sendo o D₃ e D₄, os quais apresentam mais de dez anos de atuação na instituição. O D₃ afirma que foi infectado por COVID, e associa isso ao trabalho docente talvez por ter convicção de que foi infectado no seu espaço de trabalho, e o D₄ afirma ter sido acometido por estresse leve, e segundo o mesmo *“Poderia até evoluir para uma síndrome de burnout. Aliás, todo professor tem, mesmo em grau menor, esta síndrome”*.

Como já foi enfatizado, o surgimento da síndrome de *Burnout* acontece de forma paulatina, progressiva e cumulativa “não sendo percebido pelo indivíduo em sua fase inicial, que, geralmente, recusa-se a acreditar estar acontecendo algo errado com ele (CARLOTTO; CHAVES; RODRIGUES, 2014, p. 198).

Esta afirmação nos encaminha a uma reflexão da resposta dos demais entrevistados, pois, se o D₄ pauta sua fala em estudos para dizer que todo professor sofre da síndrome, uns em grau mais elevado e outros em grau mais leve, pode ser que os demais já tenham sido acometidos, mas por conta do emocional que busca meios de driblar estes sintomas, para que não evoluam a graus elevados, e possam não reconhecer as situações de estresse como ameaça.

Ainda na parte de identificação dos entrevistados fora questionado aos docentes **como eles avaliam o seu conhecimento de informática e o domínio das tecnologias digitais**, sendo disponibilizadas alternativas, para que marcassem a que melhor representasse o seu nível de conhecimento. As respostas estão representadas no gráfico 1 que demonstra a maioria dos docentes de Pedagogia informando que possuem poucas dificuldades com o manuseio das tecnologias, pois 86% julgaram o seu conhecimento como intermediário, e somente 14% classificou esse conhecimento nas tecnologias, como sendo básico.

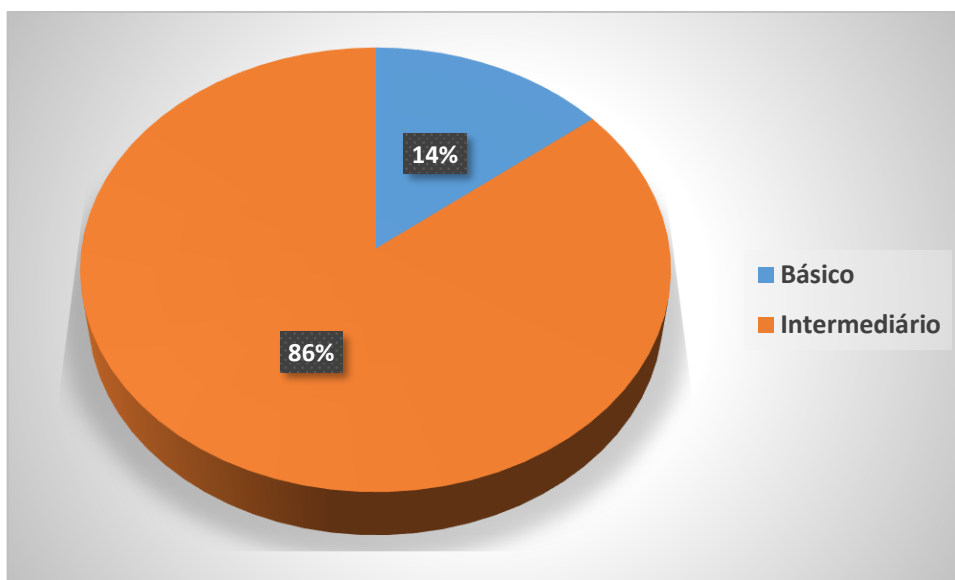


Gráfico 1. Nível de conhecimento e domínio das tecnologias digitais. Fonte: Docentes de Pedagogia, Fai, Itaituba-PA (2021).

A partir destes resultados podemos supor que se a maioria detém de um conhecimento tecnológico proveitoso, as chances de estresse devido ao ensino remoto e as novas ferramentas digitais de ensino podem ser reduzidas. O domínio tecnológico pode poupar o docente de um mal-estar decorrente do uso das ferramentas tecnológicas, pois justamente agora na pandemia, o único meio de se garantir o ensino é através destes meios, e quando não se tem nenhum tipo de familiaridade com as tecnologias o seu trabalho se torna menos eficiente e mais desgastante, tendo que se capacitar por conta própria.

Na pandemia, grande parte das escolas e das universidades estão fazendo o possível para garantir o uso das ferramentas digitais, mas sem terem o tempo hábil para testá-las ou capacitar o corpo docente e técnico-administrativo para utilizá-las corretamente (DIAS; PINTO, 2020, p. 546).

A pandemia nos mostra que é necessário que seja oferecida uma capacitação pelas instituições, pois o profissional capacitado pode alavancar o processo de ensino-aprendizagem utilizando as ferramentas digitais disponíveis, e, quando colocado em situações de reinvenção de suas práxis, o professor esteja preparado e consiga se adaptar sem muita dificuldade.

3.2 CARACTERIZAÇÃO DO CAMPO DE PESQUISA

O campo de pesquisa utilizado neste Trabalho foi a Faculdade de Itaituba – FAI, situada à Avenida Governador Fernando Guilhaon, nº 895, Bairro Jardim das Araras. A FAI está credenciada e autorizada para funcionamento por meio da Portaria/MEC nº 2.557 de 15 setembro de 2003. Apresenta como na missão a valorização do potencial humano, destacando a importância dos profissionais que colaboram no desenvolvimento da região, comprometendo-se com o equilíbrio ambiental de preservação do ambiente.

A Faculdade de Itaituba dispõe de 12 cursos de formação superior profissional sendo eles: Bacharelado em Administração, Licenciatura em Ciências Biológicas, Bacharelado em Ciências Contábeis, Bacharelado em Direito, Licenciatura em Enfermagem, Bacharelado em Engenharia Civil, Tecnológico em Estética e Cosmética, Bacharelado em Farmácia, Bacharelado em Fisioterapia, Licenciatura em História, Licenciatura em Letras e Licenciatura em Pedagogia. Cursos estes que fazem com que a instituição seja referência na região do Tapajós por dispor de um espaço físico adequado e cursos de excelência que atendem à necessidade profissional da região.

Como grupo de pesquisa para o desenvolvimento desta monografia optamos pelo Curso de Licenciatura Plena em Pedagogia, direcionando a pesquisa aos professores do curso para responderem ao questionário e a partir de suas respostas definirmos como estes professores têm se adaptado a este cenário da pandemia da Covid-19.

O Curso de Pedagogia da Faculdade de Itaituba (FAI), foi autorizado pela Portaria nº 2.560, em 15/09/2003, atuando inicialmente como curso de bacharelado com habilitação em Administração Escolar. Em 2006 passou por uma reestruturação do Projeto Pedagógico do Curso passasse a ser de Licenciatura Plena, habilitando profissionais para atuarem tanto na docência infantil quanto docência nas séries iniciais do ensino fundamental, gestão, orientação e supervisão educacional.

A necessidade de transição de bacharelado para licenciatura se deu através das exigências dos órgãos superiores e da necessidade da própria comunidade, fazendo com que a Direção Geral, Direção acadêmica juntamente com os acadêmicos do curso de pedagogia e mais um representante da comunidade se unissem para apresentar uma proposta de reformulação do curso, de forma que a partir desta

formulação o curso passasse a atender as necessidades dos órgãos superiores e também da comunidade.

O Curso de Pedagogia da FAI possibilita ao profissional atuar no magistério, como também participar na organização e na gestão de sistemas, unidades e projetos educacionais, além de ter o papel de produzir e difundir o conhecimento nas diversas áreas da educação. Busca uma formação que tenha como eixo a pesquisa e a prática pedagógica. Neste curso, a missão é construir a identidade do pedagogo como profissional inovador e criativo na sua atuação, capaz de analisar, compreender e lidar com as mudanças da vida social e suas implicações, no sistema educacional, na escola e no seu âmbito.

Segundo dados cedidos pela secretaria da instituição, o Curso de Licenciatura Plena em Pedagogia formou até o primeiro semestre do ano de 2020 mais de 800 alunos, disponibilizando profissionais capacitados para atuarem na educação da região de forma competente e profissional. Neste ano de 2021, o curso conta com oito professores atuando neste primeiro semestre nas turmas do referido curso. Aplicamos o questionário a estes professores e a outros que atuaram no ano de 2020 nas turmas de pedagogia, retornando um total de sete questionários para análise.

3.3 RELATOS DOS DOCENTES DE PEDAGOGIA

As novas condições de trabalho frente a pandemia exigiram adaptações por parte dos professores. Desse modo, a primeira questão do questionário buscou saber com os docentes do Curso de Pedagogia: **Como você desenvolveu seu trabalho com sua(s) turmas(s)? Que tipo de adaptação precisou fazer? Você recebeu algum tipo de formação para isso?** As respostas dos entrevistados estão demonstradas no quadro 2.

Quadro 2. Desenvolvimento do trabalho docente em tempos de Pandemia. Fonte: Docentes de Pedagogia, Fai, Itaituba-PA (2021).

Entrevistados	Relato dos docentes
D ₁	<i>“Sim, exigiu muitas adaptações e adequações por parte dos mesmos. Estar mediante a uma sala cheia, porém virtualmente, fomos orientados a utilização de um aplicativo”.</i>
D ₂	<i>“Fui adaptando com o transcorrer dos trabalhos. A Faculdade comprou um programa, ou seja, uma plataforma para trabalharmos as aulas online. Tivemos o acompanhamento dos técnicos responsáveis, mas o problema era a internet”.</i>
D ₃	<i>“Usar com mais frequência as redes sociais. Em relação ao treinamento, o que houve foi voltado para o gestor web – diário online”.</i>

D₄	<i>“Desenvolvi as aulas de forma remota, por meio da plataforma da Faculdade. Mesmo não dominando tanto os subsídios tecnológicos, procurei me adaptar, ministrar minhas aulas a distância e fui bem-sucedida; tenho certeza de que meus alunos assimilaram os conteúdos. Para isso, ocorreu uma reunião com todos os docentes da FAI, e orientações da secretária do curso”.</i>
D₅	<i>“Durante o período de atividades remotas as atividades docentes foram realizadas por meio da plataforma disponibilizada pela instituição. Foi feita uma formação antes de utilizar esse recurso tecnológico. Houve uma necessidade de adaptar as aulas com o recurso tecnológico disponibilizado”.</i>
D₆	<i>“Muitas foram as mudanças necessárias, em um momento tão difícil precisamos nos reinventar. Tivemos que nos adaptar a trabalhar a distância e também em home-office. As aulas presenciais foram substituídas por aulas remotas (realizadas no ambiente digital). Por essa razão precisei fazer mudanças e traçar estratégias para trabalhar a disciplina de estágio nas séries iniciais no curso de pedagogia. A Faculdade disponibilizou uma plataforma para que as aulas fossem realizadas online. No primeiro momento tivemos um treinamento para recebermos as informações e algumas orientações de como utilizar a plataforma. Apesar dos esforços tivemos muita dificuldade, e infelizmente não houve orientações de como realizar o estágio”.</i>
D₇	<i>“As aulas online e a formação foi pessoal”.</i>

Observa-se os grandes desafios impostos ao professor da instituição que não se viam preparados, mas, reafirmam em suas falas a necessidade de se reinventar durante o período de pandemia, de se adaptar ao formato de sala virtual.

O cenário provocado pela pandemia fez com que os gestores das faculdades e universidades tivessem que colocar em prática as normativas preconizadas pela Portaria nº 345/2020 do Ministério da Educação, que autoriza, em caráter excepcional, a substituição das disciplinas presenciais, em andamento, por aulas que utilizem meios e tecnologias de informação e comunicação, de modo a dar continuidade ao semestre e, consequentemente, ao ano letivo (SILVA et al., 2020, p. 02).

Por parte da instituição foi adquirida uma plataforma de sala virtual para que os docentes pudessem desenvolver suas aulas de forma remota. E quanto à disponibilização da plataforma podemos observar nas falas da maioria destes profissionais que houve uma formação para utilização deste recurso, mas percebemos que essa capacitação não alcançou todos os docentes. Sendo assim, estes profissionais buscaram sua capacitação de forma independente.

Já o D₂, como a grande maioria, afirma ter recebido suporte técnico para utilização da plataforma, mas que o problema para executar suas atividades era a internet, que sofre grande instabilidade em toda a cidade e devido ao isolamento social das pessoas essa instabilidade fora ainda mais comum do que antes, o que dificultava tanto para os professores de transmitirem os conteúdos como para os alunos de receberem a informação.

Juntamente com as aulas online e as atividades remotas, ou ainda com os atendimentos remotos que permaneceram após a volta gradativa das aulas presenciais, surgiram desafios que não eram comumente vistos nos encontros presenciais. Para se constatar esta afirmação foi questionado aos entrevistados o seguinte: **Quais desafios se apresentaram ao seu fazer docente?** Os relatos dos docentes estão registrados no quadro 3.

Quadro 3. Os novos desafios do fazer docente. Fonte: Docentes de Pedagogia, Fai, Itaituba-PA (2021).

Entrevistados	Relato dos docentes
D ₁	<i>“Os maiores desafios foram a internet, pois a mesma não ajudava, travava, era inviável dar uma aula até o final sem ter que repetir diversamente a mesma coisa”.</i>
D ₂	<i>“Foram vários os desafios: falta de uma boa internet; alunos que não conseguiam acessar os programas; recorremos ao WhatsApp, e-mail e muitas vezes solicitávamos trabalhos escritos”.</i>
D ₃	<i>“Como mencionei antes, o uso de mídias digitais, grupo de WhatsApp, que não era muito comum para mim. O desafio foi justamente ter que me adaptar ao uso frequente do celular”.</i>
D ₄	<i>“Desafios, todo professor enfrenta em sua vida profissional. Conforme pesquisas, a revolução do TI só aconteceria em 2030, quando aos poucos, os terrestres sobreviventes do milênio passado dominassem o uso de aparatos multimídias. Mas um dos desafios, foi essa revolução antecipada, que exigiu a adaptação digital devido a pandemia. E isso, já vai virar ‘moda’. Nunca será como antes”.</i>
D ₅	<i>“Principais desafios foram a adaptação com o uso do recurso tecnológico (tanto alunos quanto professores); dificuldades decorrentes do sinal da internet não ser o ideal; não participação da totalidade dos estudantes, justificada pela dificuldade de acesso por não dispor de internet”.</i>
D ₆	<i>“Por ser um momento totalmente diferente e novo, foi desafiador tanto para os estagiários como para os professores (das escolas de ensino fundamental) que precisavam fazer planejamento, elaborar, gravar e editar aulas para encaminhar aos alunos. Atualmente tenho outro desafio: orientar e acompanhar os acadêmicos em estágios na educação infantil, considerando que precisamos mais do que nunca adotar medidas de segurança”.</i>
D ₇	<i>“O ensino remoto e a falta dos alunos para que haja a interação e dar sentido a aula. No encontro remoto não tem barulho e tudo é silêncio, isso foi preciso adaptar-se”.</i>

Conforme o exposto é possível observar que a dificuldade com a internet (D₁, D₂ e D₅), foi um dos grandes desafios tanto para os docentes quanto para os acadêmicos, haja vista que, a baixa qualidade da internet acabava comprometendo a entrega das aulas, forçando os docentes a utilizarem outros meios além da plataforma como cita D₂: “[...] recorremos ao WhatsApp, e-mail e muitas vezes solicitávamos trabalhos escritos”. Este relato mostra a importância de estar sempre acompanhando as mudanças tecnológicas e de estar se adaptando aos meios, para que quando

necessário possam estar munidos de conhecimento e adequar os meios às necessidades.

Dentre os demais desafios destacados pelos docentes podemos observar o uso frequente das tecnologias, já que alguns destes não tinham afinidade alguma com os aparatos tecnológicos e devido ao momento foram forçados a imergir no mundo tecnológico. Em outras palavras, este uso frequente vai ser tratado como uma revolução antecipada das tecnologias da informação como descreve D₄ em suas palavras.

A dificuldade em direcionar os alunos nos estágios presenciais também se sagrou como um desafio para os professores de estágio. Vale ressaltar aqui a fala de um dos entrevistados quanto à ausência de contato pessoal, que segundo D₇ teve um impacto na interação das aulas que passaram a ser em silêncio, diferente da sala aula de aula presencial.

Os desafios relacionados ao novo formato de ensino são muitos, e estes citados também se fazem presentes em outras instituições, e pode-se dizer que o maior desafio foi o de instruir os alunos sem domínio destes meios, motivar estes alunos a participar e interagir das aulas e principalmente o de se garantir tudo isso, pois a falta de uma conexão de qualidade influenciou para que os objetivos anteriores se frustrassem, levando os docentes a um certo estresse.

Outra subcategoria da categoria desafios enfrentados pelos professores relacionados ao ensino remoto foi as dificuldades enfrentadas pelos estudantes que impactam também a relação pedagógica, tais como: o perfil de estudantes em relação ao domínio das TDICs; a resistência às mudanças na forma de ensino; a falta de treinamento para lidar com as ferramentas tecnológicas; a timidez diante de uma nova forma de interação social; a dificuldade de acesso à internet; as dificuldades financeiras ocasionada pela pandemia (GODOI *et al.*, 2020, p.08).

Como bem destacaram os autores, para se garantir que o processo flua com todos os envolvidos, além de uma boa internet, é preciso que se domine todas as ferramentas digitais de apoio para fazer com que as aulas alcancem o objetivo de fazer com que o discente se sinta assistido e se envolva no processo.

Diante disso surgiu a necessidade de fazer o seguinte questionamento aos entrevistados: **Você se sentia capacitado para utilizar equipamentos tecnológicos e mídias digitais na gravação e/ou edição de videoaulas, ou ainda, para o ensino remoto?** O gráfico 2 traz a informação de que a maioria se sentia habilitada para o

uso dos instrumentos tecnológicos exigidos para o ensino remoto em vistas da pandemia da Covid-19.

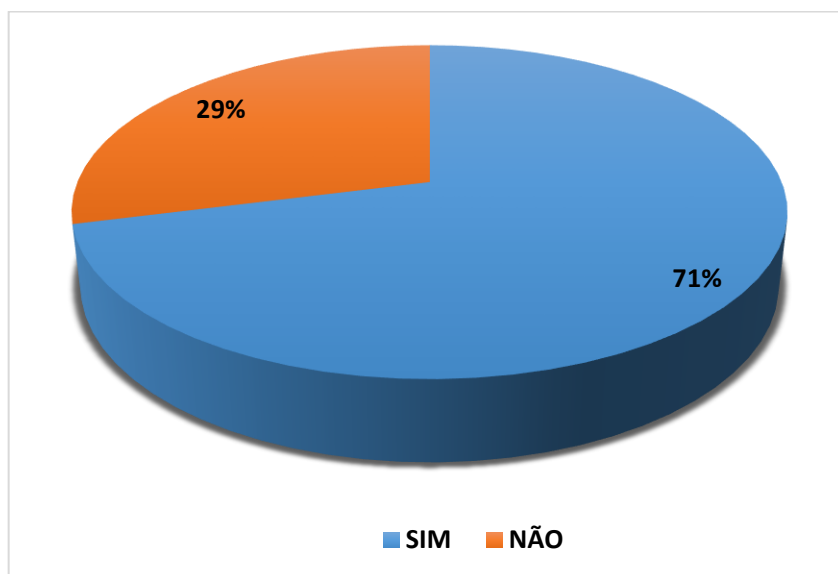


Gráfico 2. Você se sente capacitado para utilizar os instrumentos e mídias digitais? Fonte: Docentes de Pedagogia, Fai, Itaituba-PA (2021).

Depreende-se dos dados acima que, a maioria dos entrevistados (71%) se considera capaz de utilizar equipamentos tecnológicos e mídias digitais, como também com habilidades de desenvolverem o seu trabalho no ensino remoto através destes recursos. Essas informações demonstram que dentre este grupo de docentes são poucos os que se sentem inseguros para encarar essa revolução tecnológica vivida atualmente na educação.

Vale ressaltar que as instituições devam estar atentas para a necessidade de capacitar os seus docentes, pois a formação em tecnologias educacionais e outras similares proporciona ao educador novos meios de construir conhecimento e melhorar o fazer docente.

Nesse enfoque, a preparação dos mesmos envolve muito mais do que ele pode aprender ao lidar com as ferramentas computacionais. O professor também precisa aprender a recontextualizar o uso do computador, integrando-o às suas atividades pedagógicas. Isso significa que o processo de formação deve propiciar ao docente construir novos conhecimentos, relacionar diferentes conteúdos e (re)construir um novo referencial pedagógico (SANTOS *et al.*, 2005, p. 355).

Ou seja, a capacitação garante qualidade ao processo de ensino e a satisfação do docente ao desenvolver seu trabalho com recursos que tem total autonomia para

trabalhar, o que reduz muito a probabilidade de mal-estar deste profissional. Devido ao novo formato educacional com o uso das tecnologias e a necessidade de motivar os alunos a participarem das aulas foi levantado a hipótese de que os professores precisaram de mais tempo para se reinventar e adequar os conteúdos às condições.

Baseando-se nesta curiosidade foi aplicada a questão de número 4 que indagou aos mestres **quanto à relação de comparação do tempo dedicado à preparação das aulas na modalidade de ensino presencial e agora no ensino remoto**. E quase que de forma unânime a resposta foi de que as preparações das atividades exigiram mais tempo do que o normal, exceto na opinião do D7, que afirmou ter levado a mesma quantidade de tempo.

Em relação à questão de as atividades demandarem mais tempo de preparo durante a pandemia, Godoi *et al.* (2020) comentam sobre pesquisas deste mesmo período de pandemia, que apontam a maioria dos docentes afirmando que tiveram um aumento de até 40% do tempo de trabalho para conseguirem aprovisionar as aulas.

As adaptações geradas nesse novo período foram desafiadoras tanto para os docentes como também para os alunos, pois a grande maioria ainda não tinha experimentado este formato de ensino, o que demandou um novo tipo de relação entre professor e aluno. E no intuito de investigar sobre estes desafios perguntou-se ainda aos professores de Pedagogia: **Você acredita que a interação entre aluno e professor ficou prejudicada no ensino remoto?** As respostas podem ser observadas no gráfico 3.

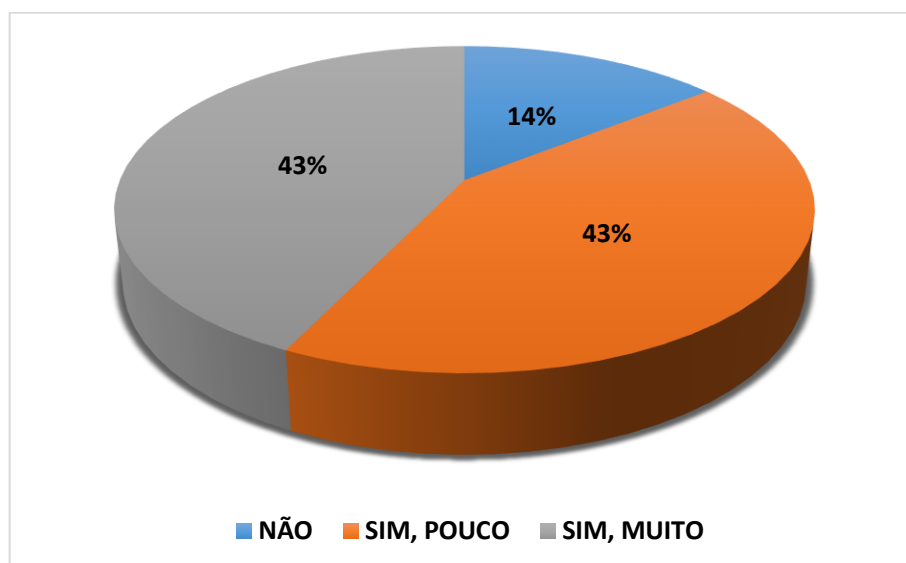


Gráfico 3. O ensino remoto prejudicou a interação professor-aluno? Fonte: Docentes de Pedagogia, Fai, Itaituba-PA (2021).

Conforme se observa a maioria aponta que houve prejuízo nessa relação, pois concordou que a interação entre as duas partes foi prejudicada, e somente uma pequena minoria (14%) afirma não ter visto prejuízo algum nessa interação, o que causa uma grande dúvida quanto às metodologias utilizadas para que o processo de ensino através das novas ferramentas não sofresse impacto, como a maioria.

Outra subcategoria da categoria desafios enfrentados pelos professores relacionados ao ensino remoto foi as dificuldades enfrentadas pelos estudantes que impactam também a relação pedagógica, tais como: o perfil de estudantes em relação ao domínio das TDICs; a resistência às mudanças na forma de ensino; a falta de treinamento para lidar com as ferramentas tecnológicas; a timidez diante de uma nova forma de interação social; a dificuldade de acesso à internet; as dificuldades financeiras ocasionada pela pandemia(GODOI *et al.*, 2020, p. 08).

Desse modo, podemos observar na fala do autor que, os estudantes também sofreram com o uso das tecnologias, pois muitos não tinham domínio dos meios disponibilizados, ficavam tímidos frente à câmera de vídeo chamada, também pereciam por não disporem de uma boa conexão de internet e até apresentaram resistência à nova proposta de ensino. Essas características podem explicar o porquê de a maioria dos docentes afirmarem que a interação aluno-professor acabou sendo prejudicada.

É notável que para se desencadear o aprendizado é necessário que as partes estejam interagindo, discutindo ideias e tirando dúvidas para que o conhecimento seja pleno, e no ensino remoto os alunos não se sentem à vontade para interagir por não dispor de uma interação mútua e acabam sendo apenas receptores.

Assim sendo, no sentido de averiguar **se neste modelo de ensino remoto em relação ao presencial, a aprendizagem dos alunos pode ter sido prejudicada independentemente das notas alcançadas por eles**, o gráfico 4 demonstra as respostas dos docentes em que se pode observar 57% (pouco prejudicada) e 29% (muito prejudicada) informando que essa aprendizagem com certeza ficou de certa forma prejudicada neste processo de ensino em tempos de pandemia.

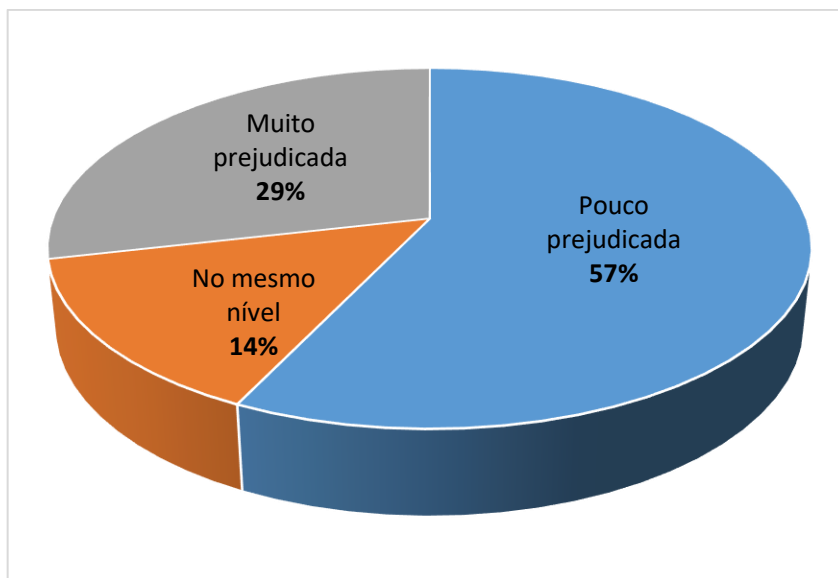


Gráfico 4. Como ficou a aprendizagem dos alunos no ensino remoto em relação ao presencial?
 Fonte: Docentes de Pedagogia, Fai, Itaituba-PA (2021).

Talvez a falta da presença física do professor, a companhia e interação em sala de aula, e a falta de socialização entre as partes possa interferir o processo de aprendizagem do aluno, implicando em prejuízos no desenvolvimento escolar.

Contudo, sabemos que as tecnologias, apesar de nos aproximarem e permitirem o desenvolvimento do ato educativo nesse período difícil, não são capazes de substituir e se igualar à presença física, a companhia e interação realizada em uma sala de aula concreta, bem como promover a socialização livre e sem intermediários nos espaços destinados ao intervalo (WEYH; NEHRING, 2020, p. 09).

Além dos desafios educacionais de se reinventar para ensinar e reinventar para aprender, a pandemia impactou também o emocional e a saúde mental das pessoas. A saúde emocional foi instabilizada pelo fato de vivermos a cada dia uma incerteza sobre o futuro e pela falta de conhecimento do vírus da Covid-19 que no decorrer dos dias vem infectando cada vez mais pessoas e fazendo vítimas, levando os hospitais de atendimento ao colapso e desencadeando, assim, um pânico coletivo que se agravou com o isolamento social.

O estresse envolvido no processo de aprender a lidar com as ferramentas e adequar o conteúdo além da realidade imposta pela pandemia da Covid-19 têm representado um grande desafio para os profissionais da Educação. Desse modo, para verificar como os docentes classificam sua saúde mental nesse período questionou-se: **Como você avalia a sua saúde emocional neste momento em**

comparação ao período antes da pandemia? Os relatos dos entrevistados estão registrados no quadro 4.

Quadro 4. A pandemia e os impactos na saúde emocional dos docentes. Fonte: Docentes de Pedagogia, Fai, Itaituba-PA (2021).

Entrevistados	Relato dos docentes
D ₁	<i>“O estresse mental ou o cansaço mental é um dos piores desafios enfrentados pelo professor, pois o trabalho docente triplicou em todos os campos”.</i>
D ₂	<i>“Graças a Deus tenho uma saúde de ferro. Não deixei de fazer minhas atividades corriqueiras”.</i>
D ₃	<i>“Eu já perdi há muito tempo a ilusão de controle das “coisas” - acontecimentos, deste modo, vivo cada dia como se fosse único, sem ilusões futuras. Acho que quando a gente se desprende da ilusão de domínio e controle, as coisas fluem mais naturalmente”.</i>
D ₄	<i>“A pandemia veio para mudar muita coisa em nossas vidas. Em relação ao modo de ‘como lidar com a família’ que ficou afetado, como no ambiente de trabalho. E isso prejudica a saúde da gente, mexe com o emocional. Nada mais será como antes da Pandemia”.</i>
D ₅	<i>“Não considero que houve prejuízos à saúde emocional, apesar de ocasionar preocupações ao lidar com novas ferramentas de ensino diferentes da aula presencial”.</i>
D ₆	<i>“Apesar de ficarmos muito fragilizados, precisamos compreender que não temos culpa, e não tem como culpar alguém por uma pandemia, o que precisamos fazer é lutar o tempo inteiro. Precisamos manter a calma diante do excesso de trabalho, e principalmente com as constantes perdas de vida. Eu nunca tive problemas relacionados com a saúde mental, e procuro manter o controle diante da pandemia da covid-19”.</i>
D ₇	<i>“Dedico um bom tempo para a preparação das aulas, questão de responsabilidade”.</i>

Conforme relato podemos observar que alguns dos docentes sentiram que o emocional sofreu impactos durante esse período de pandemia, como descrevem D₁ e D₄, que ainda destacam que o trabalho em todo campo educacional foi triplicado e que também a preocupação com o bem-estar da família acaba refletindo na saúde. Em contrapartida, nas respostas dos entrevistados, D₂, D₃, D₅, D₆ e D₇, concluímos que estes não tiveram abalo algum em seu emocional. Estes docentes relatam que conseguiram manter suas atividades corriqueiras, que por mais que tenham tido preocupações com as novas ferramentas a serem utilizadas isso não causou grande impacto na saúde emocional, e que também estão sempre se policiando para não se deixar abater pelo momento.

Até esta questão a maioria dos docentes demonstram ter equilíbrio sobre o seu emocional não se deixando abalar pelas adversas situações enfrentadas neste período de grande incerteza e conflito interno. Podemos explicar este equilíbrio através da fala de Enumo *et al.* (2020, p. 06) quando destacam que, nessas situações, “são acionados a nossa reatividade biológica, as características de temperamento e o

repertório de estratégias de enfrentamento/*coping* dos eventos estressores aprendidas ao longo da vida nos vários ambientes físicos e sociais”. Os anos de experiências dos entrevistados podem ter contribuído para que eles desenvolvessem estratégias de enfrentamento suficientes para que no momento atual em que estamos passando não comprometessem tanto o emocional.

E levando em consideração que a situação pandêmica exerceu grande influência para o adoecimento mental por conta de todas as novas condições de trabalho, adaptação e medo de contaminação podendo causar mal-estar no exercício do trabalho abrindo espaço para a evolução de ansiedade, depressão ou até mesmo *burnout*, questionamos aos docentes: **Você percebeu que foi acometido por alguns desses transtornos? Ou que apenas se intensificaram esses sintomas?** As respostas estão demonstradas no quadro 5.

Quadro 5. A percepção dos docentes quanto ao acometimento de transtornos devido às cargas estressoras na pandemia. Fonte: Docentes de Pedagogia, Fai, Itaituba-PA (2021).

Entrevistados	Relato dos docentes
D ₁	<i>“Ainda não me classifico com a síndrome de burnout, porém estamos todos sobrecarregados, não temos mais descanso, pois até de madrugada os alunos perguntam sobre informações referentes à disciplina”.</i>
D ₂	<i>“Nenhum transtorno, só tive a dor da perda de irmão que faleceu. Mas em todos os momentos estive presente, acompanhei parentes que foram acometidos deste vírus, na somatória da família foram 30 casos, uns mais brandos outros mais sérios”.</i>
D ₃	<i>“Não, no início fiquei ansioso, mas depois fui me acostumando”.</i>
D ₄	<i>“Percebi estresse, tristeza, solidão. Isolamento me faz mal. Eu gosto de pessoas, gente, de movimentos humanos. É bom interação. E isso só pode acontecer de forma diferente, por meio das redes sociais. E para falar a verdade amenizou mais a sensação de que a gente não é mais ser social... é uma guerra onde se combate o inimigo com álcool e higiene. Pois a vida precisa continuar. E nosso trabalho nos espera. É uma forma de sentirmos mais ‘gente’”.</i>
D ₅	<i>“Não fui acometido por quaisquer transtornos aqui identificados”.</i>
D ₆	<i>“Não. Apesar de ser difícil estou mantendo a calma e controle físico, mental e emocional”.</i>
D ₇	<i>“Não”.</i>

A pandemia do novo coronavírus obrigou todos a se adaptarem diferentes maneiras de trabalhar e se comunicar, o que pode intensificar o mal-estar no exercício profissional e evoluir para quadros de diferentes transtornos. Entretanto, os docentes entrevistados demonstram equilíbrio de suas emoções, exceto D₁ quando expressa em sua fala, “Ainda não me classifico com a síndrome de *burnout*”, isso mostra que o professor tem sido exposto a cargas de estresse constantes, mas que ainda não se elevaram severamente para desencadear um estágio de *burnout*. Podemos constatar

que seu trabalho tem sido exaustivo quando discorre que “*até de madrugada os alunos perguntam sobre informações referentes a disciplina*”, ou seja, as demandas deste docente podem ter triplicado durante o período remoto. Conforme Carlotto *et al.* (2019) essas sobrecargas de trabalho podem chegar a um nível elevado causando o esgotamento físico e mental deste profissional, o que pode gerar insatisfação dentro do seu trabalho e até mesmo a intenção de abandono da profissão.

Nas falas dos outros docentes podemos observar que não ocorreu acometimento de nenhum transtorno, somente algumas sensações de ansiedade no início da pandemia. O D₄ relata ter desencadeado um certo nível de estresse, tristeza e solidão, isso porque precisou ficar isolado, longe de contato social e da interação humana.

Devido as pressões da instituição, do uso das tecnologias, gravações de aulas, e da necessidade constante de apoio aos alunos o docente pode acabar não alcançando os objetivos propostos pela IES e pode adoecer, e partindo desta concepção traçamos alguns fatores que pudessem refletir a angústia vivida pelos professores e pedimos para que eles **indicassem quais dos fatores propostos compactuam com o seu sentimento atualmente em comparação ao período anterior à pandemia**. O gráfico 5 informa que a maioria dos docentes sinaliza para a questão de temer o risco de contaminação pela Covid-19, como um sentimento permanente deste período.

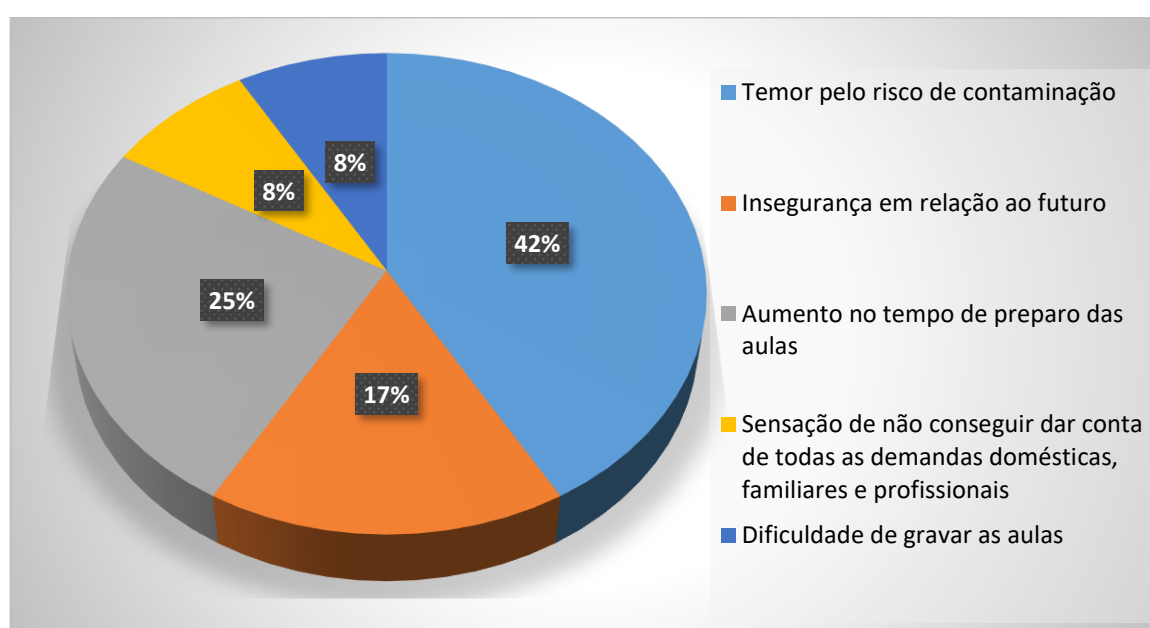


Gráfico 5. Que sentimentos se apresentam aos docentes no contexto da Pandemia? Fonte: Docentes de Pedagogia, Fai, Itaituba-PA (2021).

Outras questões apontadas pelos docentes do Curso de Pedagogia referiram-se ao aumento no tempo de preparo das aulas com 25%, à insegurança pelo futuro com 17%, que se caracterizam pela incerteza sobre as formas de erradicar a mortalidade causada pelo vírus e a necessidade de aplicar os conteúdos de forma remota.

Também foram enfatizados outros sentimentos e preocupações, como a sensação de não conseguir dar conta de todas as demandas domésticas, familiares e profissionais e a dificuldade de gravar as aulas com 8% cada.

Como meio de finalizar a entrevista decidimos questionar aos docentes sobre suas experiências com o ensino remoto, elaborando a seguinte pergunta: **Como você avalia sua experiência do ensino remoto?** As respostas podem ser observadas no quadro 6.

Quadro 6. Percepções dos docentes sobre a experiência do ensino remoto. Fonte: Docentes de Pedagogia, Fai, Itaituba-PA (2021).

Entrevista dos	Experiência com o ensino remoto?	Relato dos docentes
D ₁	Excelente	<i>“A minha experiência é sem dúvida excelente, visto que estou me doando por completo ao meu ofício, procuro sanar as dúvidas dos alunos, e sempre procuro meios de utilizar as tecnologias que estão na alta. Fazer atividades no Google Forms, Google Meet, Sala Crooms etc”.</i>
D ₂	Razoável	<i>“Preparava as aulas, quando chegava à noite faltava internet”.</i>
D ₃	Péssima	Não justificou.
D ₄	Boa	<i>“O ensino remoto me remeteu à uma nova realidade. Uma forma nova de trabalhar e adaptar-se ao mundo pandêmico. Isso trouxe algo positivo, pois a tecnologia e seu uso estavam como um item, que apenas o necessário estava em minha lista para o uso. Agora tudo mudou. Precisamos dela (TI) para seguirmos”.</i>
D ₅	Boa	<i>“Considero que foi uma boa experiência visto que apontou novas possibilidades que podem enriquecer o processo ensino-aprendizagem”.</i>
D ₆	Excelente	<i>“O ano de 2020 ficará marcado na história, de repente nada, ou quase nada, do que fazíamos podia continuar sendo feito do mesmo modo e tivemos de encontrar outro jeito de viver, conviver, consumir, se comunicar tivemos que nos adaptar as mudanças. Estou fazendo o que está meu alcance para oferecer aos alunos oportunidades de interação, aprendizagem e continuidade de desenvolvimento. As tecnologias digitais têm sido fundamentais, acredito que nunca os professores foram tão necessários e visíveis, tem sido um desafio”.</i>
D ₇	Boa	<i>“Boa, era uma realidade que não conhecia, logo veio a pandemia para destacar a importância”.</i>

Com base nas informações coletadas, foi possível identificar que apenas um definiu como péssima a experiência relacionada ao ensino remoto. Logo, as respostas

obtidas pelos entrevistados apontam alguns aspectos acerca da importância do uso dos recursos tecnológicos, os quais tornaram-se imprescindíveis para a manutenção e continuidade da educação mundial no cenário pandêmico. No entanto, observamos que em uma das respostas, o entrevistado reportou a dificuldade relacionada à conexão de internet, a qual dificultava que as aulas remotas fossem ministradas com qualidade.

Com base nas informações obtidas por meio das entrevistas, acerca das atividades remotas, foi possível perceber a necessidade de qualificação dos docentes para o uso dos recursos tecnológicos. Portanto, deve-se promover formação continuada a esses profissionais, independente de pandemia, visto que em função das aulas remotas, ficou notório a importância do uso desses instrumentos em sala de aula.

No que diz respeito a saúde mental dos docentes, é necessário que as instituições disponibilizem atendimento psicológico aos profissionais, haja vista que as sequelas ocasionadas pela sobrecarga do novo contexto educacional poderão repercutir negativamente no fazer docente e, conseqüentemente, no processo de aprendizagem do aluno.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos estudos tratados na pesquisa, a qual se baseou no estresse docente no contexto pandêmico da Covid-19, foi possível perceber que muitos foram os reflexos negativos desse cenário na educação do Brasil e do mundo. O fechamento das instituições fez com que os profissionais da educação se reinventassem para se adequar ao novo modo de ensinar, o que gerou muitas problemáticas na vida profissional e pessoal desse personagem, ocasionando doenças advindas do estresse.

Vale ressaltar que essas problemáticas não podem ser apontadas como fatores determinantes nesse contexto, foi observado o reflexo de aspectos já presentes no âmbito educacional do país, como a questão salarial, escassez de recursos pedagógicos, bem como a superlotação das salas de aula.

O estudo tratou ainda das estratégias utilizadas pelos professores para dar continuidade ao ensino, respeitando as medidas de segurança relacionadas aos planos de contingência de medidas contra o novo coronavírus, que buscaram ofertar um ensino que fosse possível alcançar todos os estudantes de maneira singular, atendendo as peculiaridades dos alunos de maneira acessível. Nesse contexto destaca-se a utilização das plataformas para o ensino remoto, assim como o ensino híbrido.

Com base no que foi observado em questionário aplicado aos docentes do Curso de Pedagogia da Faculdade de Itaituba, é possível afirmar que para lidar com a exaustão física e emocional decorrente das adversidades relacionadas à pandemia, os docentes buscaram se adaptar ao momento mantendo suas atividades corriqueiras e buscando sempre o equilíbrio do corpo e da mente. Ou seja, o enfrentamento aos estressores pelos participantes da pesquisa se deu de forma natural, por meio das estratégias de enfrentamento criadas pelo corpo e pela mente com as experiências vividas ao longo da vida pessoal e profissional.

O ensino remoto em si não interferiu no fazer docente, apesar das dificuldades com a conexão de internet mencionadas, mas contribuiu para que os professores pudessem dar seguimento ao plano de ensino e não houvesse perda do ano letivo. Os docentes entrevistados conseguiram driblar os percalços do caminho, adaptando os meios disponíveis às suas realidades, tendo êxito na construção do conhecimento.

Os maiores desafios destes docentes, como fora relatado na pesquisa, foi a dificuldade em conseguir se adaptar aos recursos tecnológicos de ensino, a falta de uma boa conexão com a internet e a falta de participação da totalidade dos alunos nas aulas remotas por também não se adaptarem às tecnologias da informação e comunicação, assim como as mídias sociais.

REFERÊNCIAS

ALVES, Leonardo Meireles. **Gamificação na educação: aplicando metodologias de jogos no ambiente educacional**. Joinville: Clube dos Autores, 2018.

ANDRADE, Patrícia S. de; CARDOSO, Telma A. de O. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. **Saúde Soc.** Vol. 21. SP, 2012.

ARAÚJO, Tânia M. de; SENA, Ivone P. de; VIANA, Márcia A.; ARAÚJO, Edna M. Mal-estar docente: avaliação de condições de trabalho e saúde em uma instituição de ensino superior. **Revista Baiana de Saúde Pública**, Feira de Santana, BA, v. 29, n.1, p. 6-21, jan/jun, 2005.

BARROS, Claudia C. Andrade; CARDOSO, Berta L. Costa. A educação no contexto da pandemia: reflexões acerca das condições de trabalho e saúde do profissional docente. **Encontro de Pesquisa Educacional do Nordeste – EPEN, ANPED**, Faculdade de Educação da UFBA, 04-07/11/2020.

BARROS, Solange Silva Pereira de; PISCIOTTA, Renato Matsui. Profissão Docente: o conceito da docência no âmbito social. **Revista Interfaces**. Nº 3, 2012.

BATISTA NETO, José; SANTIAGO, Eliete. **Formação de professores e prática pedagógica**. Recife: Fundação Joaquim Nabuco, 2006.

BICHO, Leandro Manuel Dias; PEREIRA, Susete Rodrigues. **STRESS OCUPACIONAL**. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Engenharia Civil), Instituto Superior de Engenharia de Coimbra. Coimbra, 2007.

BOGDAN, Robert; BIKLEN, Sari. **Investigação qualitativa em educação – uma introdução à teoria e aos métodos**. Trad.: Maria João Alvarez, Sara Bahia dos Santos e Telmo Mourinho Baptista. Portugal: Porto Editora, 1994.

BRASIL, Constituição Federal. **Lei da Inclusão da Pessoa com deficiência**. Nº 13.146 de 6 de julho de 2015.

BRASIL. **Lei nº 13.979/2020, de 6 de fevereiro de 2020**. Secretaria Geral, Poder Executivo, Brasília, DF, 6 de fevereiro de 2020; 199º da Independência e 132º da República. 2020b. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil>. Acesso em: 25/01/2021.

BRASIL. Ministério da Educação. **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Formação Continuada de Professores da Educação Básica**. 2020.

BRASIL. Ministério da Educação. **Portaria nº 343, de 17 de março de 2020**. 18 de março de 2020. 2020c. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2020/lei/13979.htm.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolo de manejo clínico da Covid-19 na Atenção Especializada**. MS, Secretaria de Atenção Especializada à Saúde. 1.ed.rev. Brasília: MS, 2020a.

CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila G.; OLIVEIRA, Michelle E. T. **Intenção de abandono profissional entre professores: o papel dos estressores ocupacionais.** Revista Brasileira de Educação. Vol. 24, 2019.

CARLOTTO, Mary Sandra; CHAVES, Laura B.; RODRIGUES, Cristina D. Síndrome de Burnout em professores de educação pré-escolar. **Psicol.** Vol.2, 2014.

CARLOTTO, Sandra Mary. A Síndrome de Burnout e o trabalho Docente. **Psicol.** Vol. 7, 2002.

CAVAZOTTE, Flávia de S. C. Neves; LEMOS, Ana He. da Costa; VIANA, Mila D. de Aquino. Novas gerações no mercado de trabalho: expectativas renovadas ou antigos ideais? **Cadernos EBAPE.** BR, v. 10, n. 1, p. 162-180, 2012.

CENCI, Adriane; VIANA, Flávia R.; MELO, Francisco R. L. Vieira de; MAGRO, Juliana P.; SILVA, Katiene S. de Brito P. da; SILVA, Luiza G. dos Santos. **Ensino remoto emergencial:** estudantes com necessidades educacionais específicas na UFRN. Natal: SEDIS/UFRN, 2020.

COSTA, Efraim Carlos; BACHION, Maria M.; GODOY, Lorany F. de; ABREU, Ludimila O. de. Percepção sobre o estresse entre professores universitários. **Revista RENE**, set-dez; 6(3): 39-47. 2005.

COSTIN, Claudia; BORBA, Gustavo Severode. **A escola na Pandemia:** 9 visões sobre a crise do ensino durante o coronavírus. 1. Ed. Porto alegre, 2020.

DIAS, Érika; PINTO, Fátima Cunha Ferreira. A educação e a Covid – 19. **Ensaio.** Vol. 28. Rio de Janeiro, 2020.

ENUMO, Sônia R. Fiorim; WEIDE, Juliana N.; VICENTINI, Eliana C. Chiminazzo; ARAUJO, Murilo F, de; MACHADO, Wagner de L. **Cartilha para enfrentamento do estresse em tempos de pandemia.** Porto Alegre: PUCRS/ Campinas: PUC-Campinas. Trabalho gráfico: Gustavo Farinaro Costa. 2020.

ESTEVÃO, Amélia. COVID-19. **Acta Radiológica Portuguesa**, Coimbra, vol. 32 nº1, p. 5-6, Jan-Abr, 2020.

FERNANDES, Sandra M. B. de Andrade; MEDEIROS, Soraya M. de; RIBEIRO, Laiane M. Estresse ocupacional e o mundo do trabalho atual: repercussões na vida cotidiana das enfermeiras. **Revista Eletrônica de Enfermagem.** vol. 10, nº2, 414-427, 2008.

FERNANDES, Sônia Regina Pereira. Transformações no mundo no trabalho e a saúde psíquica: A ótica do Estresse Ocupacional. **O&S.** vol.6, nº16, set/dez, 1999.

FILGUEIRAS, Julio Cesar; HIPPERT, Maria I. Steinherz. A polêmica em torno do conceito de estresse. **Psicologia: Ciência e profissão.** Brasília, vol.19 nº 3, 1999.

FLEURY, Alessandra R. Demito; MACÊDO, Kátia B. O mal estar docente para além da modernidade: uma análise psicodinâmica. **Revista AMAzônica**, ano 5, vol. IX, número 2, jul-dez, pág.217-238, 2012.

FRANÇA, Ana Cristina Limongi; RODRIGUES, Avelino Luiz. **Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática**. 4ª ed. São Paulo: Atlas, 2011.

GIL, Antônio Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 5ª ed. SP: Atlas, 2009.

GODOI, Marcos; KAWASHIMA, Larissa B.; GOMES, Luciane de A.; CANEVA, Christiane. O ensino remoto durante a pandemia de covid-19: desafios, aprendizagens e expectativas dos professores universitários de Educação Física. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 10, 2020.

GODOY, Arilda S. Pesquisa qualitativa: tipos fundamentais. **Revista de Administração de Empresas**, São Paulo, v. 35, n. 3, p. 20-29, mai/jun, 1995.

GUEDES, Albertina M. Alves; LIMA, Darlindo F. de; ABREU, Elzenita F. de; SOUSA, Geida M. Cavalcanti de. Mal-estar docente: quando a prática compromete a saúde do professor. **REVASF**, Petrolina, PE, vol. 2, n. 2, p. 44-54, dez. 2013.

HACK, Josias Ricardo; NEGRI, Fernanda. Escola e tecnologia: a capacitação docente como referencial para a mudança. **Ciências & cognição**. Vol.1, 2010.

INBERNÓN, Francisco. **Formação docente e profissional: formar-se para a mudança e a incerteza** - Questões da nossa época, 3ª ed. São Paulo, Cortez, 2002.

LEITE, Nahara M.; LIMA, Elidiane Gomes O. de; CARVALHO, Ana B. Gomes. Os professores e o uso de tecnologias digitais nas aulas remotas emergenciais, no contexto da pandemia da covid-19 em Pernambuco. **TEIA**. Vol.11, 2020.

LEME, Taciana Melo. **Os conhecimentos práticos dos professores: (re) abrindo caminhos para a educação ambiental na escola**. São Paulo: Annablume, 2006.

LIMA, Claudio Márcio Amaral de Oliveira. Informações sobre o novo Coronavírus (COVID-19). **Radiol Bras**, São Paulo, vol.53 nº.2, Mar./Abr, 2020. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?](https://www.scielo.br/scielo.php? Acesso em: 24/01/2021) Acesso em: 24/01/2021.

MORAIS, Ione R. Diniz; GARCIA, Tânia C. Meira; RÊGO, Maria C. Freire D.; ZAROS, Lilian G.; GOMES, Apuena V. **Ensino remoto emergencial: orientações básicas para elaboração do plano de aula**. Natal: SEDIS/UFRN, 2020.

MORAN, José. **Metodologias ativas e modelos híbridos na educação**. Curitiba: CRV, 2017.

OLIVEIRA, Joice Maria de. Além do conteúdo há a relação interpessoal: Desafios no cenário educacional em tempos de Pandemia. III SENPE (Seminário Nacional de Pesquisa em Educação), 1, 2020, Chapecó-SC. **ANAIS DO III SENPE**. Chapecó: Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), 2020.

PACHIEGA, Michel D.; MILANI, Débora R. da Costa. Pandemia, as reinvenções educacionais e o mal-estar docente: uma contribuição sob a ótica psicanalítica. **Dialogia**, São Paulo, n. 36, p. 220-234, set./dez. 2020.

PALUDO, Elias Festa. Os desafios da docência em tempos de pandemia. **Em Tese**, Florianópolis, v.17, n.2, p. 44-53, jul/dez, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/emtese/article/view>. Acesso em: 24/01/2021.

PONTES, Fernanda R.; ROSTAS, Márcia Helena Sauaia Guimarães. Precarização do trabalho do docente e adoecimento: COVID-19 e as transformações no mundo do trabalho, um recorte investigativo. **Revista Thema**, Pelotas, RS, V.18, especial, p.278-300, 2020.

RABELO, Amanda Oliveira. **O acesso e a ocupação do espaço docente pela mulher no “ensino primário” no Brasil e em Portugal**. Revista Internacional de Formação de Professores. Itapetininga, 2019.

RAUSCH, Rita B.; DUBIELLA, Eliani. Fatores que promoveram mal ou bem-estar ao longo da profissão docente na opinião de professores em fase final de carreira. **Revista Diálogo Educacional**, Paraná, vol. 13, n. 40, p. 1041-1061, set-dez, 2013.

RUSSO, Jane Araujo; VIEIRA, Isabela. Bournout e estresse: entre medicalização e psicologização. **Physis**. Vol.19. Rio de Janeiro, 2019.

SERVILHA, Emilse A. Merlin. Estresse em professores universitários na área de fonoaudiologia. **Revista de Ciências Médicas**, Campinas, vol.14, nº1, 43-52, Jan/Fev, 2005.

SILVA, Andrey F. da; ESTRELA, Fernanda M.; LIMA, Nayara S.; ABREU, Carlos T. de Araújo. Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 30(2), 2020.

SILVA, Chayene C. S. Carvalho da; TEIXEIRA, Cenidalva M. de Sousa. O uso das tecnologias na educação os desafios frente à pandemia da COVID 19. **BJD**, 2020.

SILVA, Emilia Pereira da. Burnout: por que sofrem os professores? **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 6, n. 1, 2006.

SILVA, Leandra Carla da; SALLES, Taciana Lucas de Afonseca. O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento. **ReCaPe – Revista de Carreiras e Pessoas**, SP, volume VI – Número 02 – Mai/Jun/Jul/Ago, 2016.

SILVA, Sandra Mahle Nienow Cardoso da. **Tenologia, educação e a importância da capacitação de professores**. Centro Interdisciplinar de Novas tecnologias na educação. Porto Alegre, 2015.

SILVA, Wellington dos R.; CARVALHO, Nara M. S. Mal-estar docente: o adoecimento do professor universitário e suas implicações para o ensino. **EFDeportes.com**, Revista Digital, Buenos Aires, año 16, nº 160, septiembre, 2011.

SORDI, Mara R. Lemes de. Docência no ensino superior: interpelando os sentidos e desafios dos espaços institucionais de formação. **Educar em Revista**, Curitiba, Brasil, v. 35, n.75, p. 135-154, mai./jun. 2019.

SOUZA, Indiara Rodrigues de; SANTOS, Maria Evany Rodrigues dos; ALMEIDA, Ilda Neta Silva de. Mal-estar docente: a saúde nos dias atuais. **Revista Humanidades e Inovação**, Tocantins, v.4, n.2, p. 84-94, 2016.

SOUZA, Kátia R. [et al.] Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia. **Trab. educ. saúde**, vol.19, Rio de Janeiro Jan. 2021.

VEIGA, Ilma Passos Alencastro; AMARAL, Ana Lúcia. **A aventura de formar professores**. Campinas, SP: Papirus, 2009.

WEYH, Laís Francine; NEHRING, Cátia Maria. O reflexo da pandemia na educação escolar e no trabalho docente. **XXV Jornada de pesquisa**. UNIJUI, 2020. Disponível em: <https://publicacoeseventos.unijui.edu.br/index.php/>. Acesso em: 25/02/2021.

APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO AOS DOCENTES DE PEDAGOGIA DA FAI

Prezado (a) Professor (a),

*Somos acadêmicos de Pedagogia da FAI, e contamos com a sua participação nesta pesquisa que tem como objetivo realizar um estudo (monografia de graduação) sobre o **estresse docente no contexto da Pandemia da Covid-19**. Agradecemos a participação nessa pesquisa.*

I. IDENTIFICAÇÃO:

- a) Gênero: _____ b) Idade: _____ c) Estado Civil: _____
 d) Possui filhos menores de idade? () Sim () Não
 e) Tempo de trabalho nesta instituição: _____ anos.
 f) Como você **avalia o seu conhecimento** de informática e o domínio com as tecnologias digitais:
 () Nenhum () Básico () intermediário () Avançado
 g) Você teve **algum problema de saúde**, nos últimos 2 anos, que considera estar associado ao seu trabalho docente? Se teve, qual/quais?

II. PRÁTICA DOCENTE:

1) As novas condições de trabalho frente a pandemia exigiram adaptações por parte dos professores. **Como você desenvolveu seu trabalho com sua(s) turmas(s)? Que tipo de adaptação precisou fazer? Você recebeu algum tipo de formação para isso?**

2) Com aulas online e atividades remotas, ou ainda com atendimento a estudantes que permaneceram no ensino remoto, surgiram novos desafios que não eram comuns nos encontros presenciais. Dessa forma, questiona-se: **Quais desafios se apresentaram ao seu fazer docente?**

3) Tendo em vista sua formação acadêmica, você se sentia capacitado a utilizar equipamentos tecnológicos e mídias digitais (apps, softwares) na gravação e/ou edição de videoaulas, ou ainda, para o ensino remoto?

() Sim () Não

4) Com relação ao tempo dedicado à preparação das aulas e atividades na modalidade de ensino presencial, as aulas remotas exigiram:

() A mesma quantidade de tempo. () Menos tempo. () Mais tempo.

5) Você acredita que a interação entre aluno e professor ficou prejudicada no ensino remoto?

() Não () Sim, pouco () Sim, muito

6) Na sua opinião, indiferente das notas alcançadas pelos alunos, a aprendizagem deles no ensino remoto em relação ao ensino presencial, ficou:

- () Pouco prejudicada () No mesmo nível
() Muito prejudicada () Melhor

7) O estresse envolvido no processo de aprender a lidar com as ferramentas e adequar o conteúdo além da realidade imposta pela pandemia da Covid-19 têm representado um grande desafio para os profissionais da Educação. Desse modo, pergunta-se: **Como você avalia sua saúde emocional neste momento em comparação ao período antes da pandemia?**

- () péssima () ruim () razoável () boa () excelente
Justificativa: _____

8) A pandemia do novo coronavírus obrigou todos a se adaptarem diferentes maneiras de trabalhar e se comunicar, o que pode intensificar o mal-estar no exercício profissional e evoluir para quadros de ansiedade, depressão e até mesmo *Burnout*. **Você percebeu que foi acometido por alguns desses transtornos? Ou que apenas se intensificaram esses sintomas?**

9) Muitas vezes, por não conseguir atingir os objetivos propostos pela instituição, e devido às diversas pressões relacionadas ao manuseio das tecnologias, gravações de aulas, os docentes acabam adoecendo. **Quais destes fatores** refletem seu sentimento atualmente em comparação com o período anterior à pandemia.

- () Temor pelo risco de contaminação
() Insegurança em relação ao futuro
() Falta de reconhecimento dos gestores
() Falta de reconhecimento dos acadêmicos
() Aumento no tempo de preparo das aulas
() Sensação de não conseguir dar conta de todas as demandas domésticas, familiares e profissionais.
() Outros. Quais? _____

10) Os professores, por conta do distanciamento social, precisam lidar com a pressão de adaptar-se a ferramentas virtuais, preparar atividades que mantenham os estudantes estimulados e, ao mesmo tempo, estar disponíveis para esclarecer dúvidas. **Como você avalia sua experiência do ensino remoto?**

- () péssima () ruim () razoável () boa () excelente
Justificativa: _____

Agradecemos sua participação nesta pesquisa!

APÊNDICE B – REGISTROS DAS AULAS NO ENSINO REMOTO

