



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO-UFMA
CURSO DE LICENCIATURA EM CIÊNCIAS NATURAIS
CENTRO DE PINHEIRO/MA**

JOEL ROCHA

**SAÚDE MENTAL DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA EM TEMPO DE
PÂNDEMIA NA CIDADE DE PINHEIRO/MA**

PINHEIRO - MA.

2023

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO-UFMA
CURSO DE LICENCIATURA EM CIÊNCIAS NATURAIS
CENTRO DE PINHEIRO/MA

JOEL ROCHA

**SAÚDE MENTAL DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA EM TEMPO DE
PÂNDEMIA NA CIDADE DE PINHEIRO/MA**

Projeto de pesquisa apresentado à
Coordenação do curso de Ciências
Naturais da Universidade Federal do
Maranhão – UFMA, como requisito para
elaboração do trabalho de conclusão de
curso.

Orientador: Prof. Dr. Roberto Santos
Ramos

PINHEIRO - MA.

2022

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).
Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

Rocha, Joel.

Saúde mental de professores da educação básica em tempo de pandemia na cidade de Pinheiro/Ma / Joel Rocha. - 2023.
70 p.

Orientador(a): Roberto Santos Ramos.

Monografia (Graduação) - Curso de Ciências Naturais -
Biologia, Universidade Federal do Maranhão, Pinheiro Ma,
2023.

1. Covid-19. 2. Impacto. 3. Mente. 4. Pandemia. 5.
Saúde. I. Santos Ramos, Roberto. II. Título.

JOEL ROCHA

**SAÚDE MENTAL DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA EM TEMPO DE
PÂNDEMIA NA CIDADE DE PINHEIRO/MA**

TCC apresentado à Coordenação do curso de Ciências Naturais da Universidade Federal do Maranhão – UFMA, como requisito para elaboração do trabalho de conclusão de curso.

Orientador: Prof. Dr. Roberto Santos Ramos

Data da aprovação: ___/___/___

Banca examinadora:

Prof. Dr. Roberto Santos Ramos - orientador
UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO

Prof. Dra. Maria de Fátima Sousa Silva
UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SÃO PAULO

Prof. Dra. Maria José Lobato Rodrigues
UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO

RESUMO

A saúde mental de professores da educação básica em tempo de pandemia na cidade de Pinheiro/MA é um tema importante utilizado para avaliar a saúde dos profissionais da educação no município no período da pandemia, a saber como a saúde emocional de um grupo de profissionais da educação básica do município foi impactada pela covid-19 diante da intensidade e complexidade dos trabalhos durante a pandemia do covid-19. Nosso objetivo visou avaliar os impactos negativos da pandemia do COVID -19 na saúde mental dos professores de 5 escolas públicas da educação básica e 5 escolas privadas do município, identificando fatores relevantes do trabalho dos professores nas escolas que interferem no seu desempenho cotidiano, além de fatores externos ao trabalho dos professores que os desmotivaram no período pandêmico de forma a apontar possíveis problemas afeitos a saúde mental/emocional resultantes desse período que impactaram negativamente na vida dos professores. Foi realizado uma pesquisa quali-quantitativa visando identificar possíveis impactos psicoemocionais dos professores ocasionado por esse período. Como resultados obtivemos temor pela morte, déficit financeiro, falta de apoio do governo, intensidade de trabalho, dificuldade com o trabalho remoto, aumento do estresse e sequelas resultantes da pandemia como fatores impactantes da saúde mental dos professores.

Palavras Chave: Professores da educação básica. Saúde mental. Pandemia do Covid-19.

ABSTRACT

The mental health of basic education teachers during the pandemic in the city of Pinheiro/MA is an important topic used to assess the health of education professionals in the city during the pandemic, namely how the emotional health of a group of education professionals basic education in the municipality was impacted by covid-19 due to the intensity and complexity of work during the covid-19 pandemic. Our objective was to evaluate the negative impacts of the COVID-19 pandemic on the mental health of teachers from 5 public basic education schools and 5 private schools in the city, identifying relevant factors in the work of teachers in schools that interfere with their daily performance, in addition to factors external to the work of teachers that demotivated them during the pandemic period in order to point out possible problems affecting mental/emotional health resulting from this period that negatively impacted the lives of teachers. Quali-quantitative research was carried out to identify possible psycho-emotional impacts on teachers caused by this period. As results, we obtained fear of death, financial deficit, lack of government support, work intensity, difficulty with remote work, increased stress and consequences resulting from the pandemic as factors impacting teachers' mental health.

Keywords: Basic education teachers. Mental health. Covid-19 pandemic.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figuras

Figura 1	Estado civil dos docentes	17
Figura 2	Faixa etária dos docentes	17
Figura 3	Responsável pelo sustento Familiar	20
Figura 4	Média de renda dos docentes	23
Figura 5	Situação financeira dos docentes	24
Figura 6	Membro da família com comorbidades	28
Figura 7	Docentes com ajuda doméstica	28
Figura 8	Docentes com problema de saúde antes da pandemia ação financeira dos docentes	29
Figura 9	Doenças relacionada ao trabalho	30
Figura 10	Doença que afeta o estado emocional	31
Figura 11	Relacionamento com familiares e relações interpessoais	32
Figura 12	Docentes que praticam atividades de lazer.....	33
Figura 13	Meio de transporte usado como deslocamento	35
Figura 14	Tempo de deslocamento	36
Figura 15	Regime de trabalho	37
Figura 16	Carga horária de trabalho.....	39
Figura 17	Etapas de ensino na pandemia	39
Figura 18	Horário de trabalho	40
Figura 19	Tempo de experiência docentes	41
Figura 20	Doenças adquiridas pelo docente resultantes do trabalho na pandemia	43
Figura 21	Sentimento com a suspensão das aulas	44
Figura 22:	Dificuldades com trabalho remoto	45
Figura 23	Principais fatores que dificultou o ensino remoto	46
Figura 24	Docentes obtiveram pessoas da sua convivência morta pelo covid-19.....	48
Figura 25	Apoio do governo no trabalho remoto segundo os docentes	51

Figura 26	Apoio do governo no trabalho remoto segundo os docentes.....	52
Figura 27	Auxilio psicológico na pandemia	52
Figura 28	Docente que obteve sequela da pandemia	53
Figura 29	Docentes que tomaram vacinas contra a covid-19.....	55
Figura 30	Auto avaliação de humor	55
Figura 31	Reação dos docentes no trabalho com a mudança provocada pela pandemia.....	56
Figura 32	Docentes que sentem fadiga no trabalho	57
Figura 33	Auto avaliação de estresse antes da pandemia	58
Figura 34	Auto avaliação de estresse pós pandemia	58

LISTA DE TABELA

Tabela 1	sensibilidade aos impactos conforme a faixa etária.....	18
Tabela 2	Comparativos dos únicos responsáveis pela renda familiar.....	21
Tabela 3	comparativos de docentes com filhos e sem filhos	22
Tabela 4	Impacto conforme a faixa salarial dos docentes.....	23
Tabela 5	Comparativo dos impactos financeira dos docentes.....	24
Tabela 6	Comparativo de situação financeira dos docentes com e sem renda extra.	27
Tabela 7	Comparativo de fadiga e estresse antes e pós pandemia.....	27
Tabela 8	impactos conforme regime de trabalho.....	38
Tabela 9	Critérios auto avaliativos por tempo de experiência	47
Tabela 10	Critérios auto avaliativos por faixa etária	48
Tabela 11	Comparativos de impactos por faixa etária.....	49
Tabela 12	Comparativos de auto avaliação docente antes e pós pandemia.....	59

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	10
2. PROBLEMA DE PESQUISA	11
3. HIPÓTESE	11
4. OBJETIVOS	11
4.1 Objetiva geral	11
4.2 Objetivo específico	11
5. METODOLOGIA	12
6. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	12
7. RESULTADOS	16
7.1 Informações gerais dos docentes	16
7.2 Aspecto financeiro e as implicações na profissionalidade docente	19
7.3 Aspecto pessoais, da saúde e do lar	27
7.4 Aspecto do trabalho	34
7.5 Relação do trabalho em tempos de pandemia	44
8. CONSIDERAÇÕES FINAIS	60
REFERENCIAS.....	62
APÊNDICES	66

1. INTRODUÇÃO

No cenário mundial da saúde é perceptível na visão da maioria das pessoas que há uma luta intensa no combate às novas doenças e no tratamento de uma diversidade de doenças já existentes em diversos aspectos da vida humana. Muitas dessas doenças são originadas da rotina diária de cada ser humano, condizentes ao local onde vive, demandando o uso dos sentidos para interagir com a realidade.

A respeito de doenças originadas da rotina humana, muitas delas são adquiridas de aspectos comuns à rotina de trabalho e o que ele exige desse indivíduo. É importante lembrar que cada ser humano reage de maneira diferente em situações adversas da realidade de vida de cada um, o que compromete seu estado de saúde emocional.

Segundo a OMS (2001, p.16), saúde é um estado completo de bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades". Direito social, inerente à condição de cidadania, que deve ser assegurado sem distinção de raça, de religião, ideologia política ou condição socioeconômica, a saúde é assim apresentada como um valor coletivo, um bem de todos.

Diante disso é possível entender que a saúde depende de diversos fatores para existir. Atualmente, percebemos a mudança de rotina na vida de muitos profissionais da educação, onde muitos tiveram as tarefas intensificadas em um ambiente pouco favorável ao seu trabalho. Sabendo que atividades pedagógicas demandam esforço mental, é necessária muita cautela para que o intelecto do docente não seja afetado e conseqüentemente isso reflita em sala de aula, e este aspecto está interligado a outros que com a rotina resultam em cansaço, fadiga e estresse.

Diante disso, vimos a importância de averiguar a situação dos professores na cidade de Pinheiro no Maranhão no período da pandemia do covid-19, onde a rotina de muitos professores mudou e passaram a trabalhar no modo home office tendo que conviver simultaneamente com tarefas domésticas gerando problemas emocionais significativos.

A escolha deste tema se deu por ter convivido com profissionais da educação como os professores no período pandêmico, e ter presenciado a difícil realidade de alguns. Presenciei profissionais com problemas psicológicos devido ao estresse, fadiga devido ao excesso de trabalho e o pouco incentivo para os mesmos em um período tão crítico como o da pandemia. Isso levou-me a refletir e ir em busca de informações

relevantes a respeito de possíveis impactos negativos oriundos da pandemia da covid-19 no dia a dia dos professores e se essa realidade foi a mesma para a maioria.

Nesta pesquisa buscaremos identificar possíveis impactos na saúde mental dos professores causados pela complexidade e intensidade dos trabalhos no período da pandemia do covid-19 particularmente ocorrido nos anos de 2019 a 2021 na cidade de Pinheiro-MA.

2. PROBLEMA DE PESQUISA

Como problema de pesquisa levantamos o seguinte questionamento: de que forma a saúde psicoemocional dos professores na cidade de Pinheiro foi impactada pela covid-19?

Nosso problema de pesquisa se volta para analisar o impacto psicoemocional de um grupo de professores das escolas da educação básica da cidade de Pinheiro/MA levando em consideração os desafios desses profissionais diante da complexidade e intensidade dos trabalhos docentes ao longo da pandemia da covid-19.

3. HIPÓTESE

Como hipótese de pesquisa levantamos o seguinte: diante do isolamento social, com a mudança de rotina e o acúmulo intenso de trabalhos, os professores da educação básica da cidade de Pinheiro-MA foram impactados negativamente em termos psicoemocionais pelo cansaço, fadiga e estresse diante da pandemia da covid-19.

4. OBJETIVOS

4.1 OBJETIVO GERAL:

Avaliar os impactos da pandemia da COVID -19 na saúde mental dos professores da educação básica de cinco escolas públicas e cinco escolas privadas em Pinheiro/MA.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar as mudanças no trabalho pedagógico no período pandêmico que implicaram no fator emocional dos professores;
- Identificar fatores externos ao trabalho dos professores que os desmotivaram no período pandêmico.

- Compreender os fatores internos e externos em decorrência da pandemia que impactaram na saúde mental/emocional dos professores.

5. METODOLOGIA

O método adotado se baseou em “pesquisa quantitativa e quanti qualitativa” (ALVES & SILVA, 1992; DENCKER; VIÁ, 2001), na forma de questionários semiestruturados que permitirá uma melhor compreensão dos dados coletados, esta pesquisa já foi coletar informações sobre a situação mental dos professores no contexto da pandemia do COVID-19 em 5 escolas públicas da educação básica, sendo elas: E.M Alnir Lima Soares, E.M Dilu Freitas, CEIN José de Anchieta, CEIN Odorico Mendes, E.M Presidente Médici, ambas de educação básica cidade de Pinheiro e 5 escolas da rede privada, sendo elas: Semente do Saber, Bernard Johnson, Colégio Pinheirense, Inácia Braga Cantanhede e o Instituto de Ensino Educar, corroborando o fato de todas as escolas serem da educação básica da cidade de Pinheiro-MA.

A pesquisa de campo teve como referência a pesquisa quanti qualitativa que de acordo com Silveira; Córdova (2009, p.31): “não se preocupa com representatividade numérica, mas, sim, com o aprofundamento da compreensão de um grupo social, de uma organização, etc. [...]”.

Antes da aplicação dos questionários os professores assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido, como forma de declarar anuência das intenções das pesquisas acadêmica, bem como salientar o sigilo dos dados coletados, a pesquisa foi realizada com 50 professores.

6. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Para a OMS (2021, p. 16), saúde mental é “um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a comunidade”. Nesse contexto, percebe-se que saúde mental não se relaciona apenas a funcionalidade do trabalho, mas também estar na capacidade de desenvolver diversos papéis na vida em comunidade.

Portanto, sabendo da importância da saúde mental para a capacidade execução do trabalho funcional e outras atividades na vida, vale ressaltar que a mente após o diagnóstico e recomendações, precisa de tratamento, assim como a parte física. No

entanto, devido à intensidade de trabalho na área educacional e respectiva mudança de rotina, sérios problemas de cunho emocional vêm se intensificando.

A pandemia do covid-19 dizimou vidas de muitas pessoas e deixou outras com sequelas graves. Muitos profissionais da linha de frente tiveram que conviver ao mesmo tempo com a necessidade de atender, com o medo e a dor de perder um colega de trabalho, um parente ou um amigo, tiveram problemas emocionais graves. Conforme Piña-Ferrer (2020, p. 194)

O isolamento gerou desespero, perda de liberdade, insônia, pouca concentração e indecisão, irritabilidade, ira, ansiedade, angústia, não ter contato com familiares e amigos, não poder desenvolver uma rotina de vida normal, podem trazer efeitos dramáticos se não forem bem canalizados. Todos eles considerados fatores altamente estressores e contraproducentes para o ser humano portador do Covid 19.

É salutar que para prestar um bom serviço e atender bem as demandas atinentes ao trabalho, o profissional precisa estar gozando de boa saúde nos aspectos emocional, físico, mental e espiritual. A pandemia do covid-19 impossibilitou em muitos profissionais a prestação de um trabalho com mais qualidade devido aos impactos causados pelos fatores supracitados e a mudança de rotina.

Para a LEITE (2018), saúde mental é “um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a comunidade”. Nesse contexto, percebe-se que saúde mental não se relaciona apenas a funcionalidade do trabalho, mas também estar na capacidade de desenvolver diversos papéis na vida em comunidade.

Portanto, sabendo da importância da saúde mental para a capacidade execução do trabalho funcional e outras atividades na vida, vale ressaltar que a mente após o diagnóstico e recomendações, precisa de tratamento, assim como a parte física. No entanto, devido à intensidade de trabalho na área educacional e respectiva mudança de rotina, sérios problemas de cunho emocional vêm se intensificando.

Conforme (CARDOSO; ROSSO, 2015, p. 1) a elevada a intensidade do trabalho, agravam-se a vulnerabilidade e os riscos para a saúde do trabalhador, não apenas no terreno físico como também no campo mental e psicológico

Para (TOZZI 2021 p.,1) “trabalhar com intensidade, exigências difíceis de colegas e chefes e prazos inatingíveis são aspectos que aumentam o estresse dos profissionais no ambiente de trabalho. ”

Diante das metas e dos ritmos acelerados, frequentemente são utilizados "atalhos" e manobras para aumentar a produtividade e manter-se no mercado que fragilizam a segurança e a saúde no trabalho (FRANCO; DRUCK; SILVA, 2010 p. 4. Apud FRANCO, 2007; FRANCO, 1997).

Com base nisso, na maioria das vezes esses ritmos acelerados geram estresse e o esgotamento no trabalho principalmente quando as metas não são cumpridas, onde resulta no sentimento de medo de demissão, improdutividade e, portanto, descredito da própria capacidade profissional.

Diante disso, Franco; Druck; Silva (2010. p. 241) destaca que no “esgotamento profissional ou burnout¹, a crise ocorre diante do desmoronamento não apenas de uma visão idealizada de si mesmo e de uma missão, mas também pela percepção de que foi abalado o caráter ético que dava sentido às atividades realizadas”. Esse aspecto é especialmente visível quando se trata de um trabalho de natureza social, por exemplo, no ensino, na saúde e na assistência social.

Vale destacar a saúde mental dos profissionais da área do ensino onde houve mudança de rotina e intensidade do trabalho que possivelmente causaram impactos a mente desses profissionais. No ensino, a saúde mental dos professores é de fundamental importância

Segundo Carlotto, (2010), a atuação no campo da Educação envolve um enorme contingente de desafios e responsabilidades ao trabalhador, uma vez que o profissional se depara com inúmeras situações que vão além do ato de ensinar. Adentram na escola os reflexos de todas as mazelas sociais, que envolvem as famílias, os alunos e mesmo o ato de ensinar. Adoecido, o professor, formador de todos os demais profissionais, se vê sem condições de exercer a profissão que escolheu para a sua vida, deixando também a escola e a sociedade carentes de sua contribuição social.

1 Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade.

Com base nisso e nos desafios do professor, a pandemia trouxe mudança repentina, intensificou o trabalho e aumentou os desafios desse profissional, com a realidade da pandemia muitos professores tiveram que mudar suas estratégias de ensino e se adaptar à nova realidade. Isso gerou além do convívio com o medo, estresse, sobrecarga, fadiga, pressão psicológica e ocasionou a perda do seu espaço de trabalho.

Durante a pandemia e muitos deles para dar continuidade ao ensino tiveram que se adaptar à realidade virtual que muitos ainda não tinham conhecimento no manuseio das ferramentas, e foram destinados a trabalhar em home office (método de trabalho realizado a distância através de meios computacionais), esse conceito de trabalho tem suas vantagens, mas possui desvantagens, principalmente para o professor que precisa lidar simultaneamente com o ensino e com situações do lar às vezes inesperadas, além do planejamento e preparação das aulas adaptáveis a essa nova realidade.

Corroboramos com (PAZ et al 2021), quando diz que a jornada de trabalho de um professor não acaba junto ao término do expediente. Preparar materiais, corrigir provas e organizar os conteúdos das disciplinas são apenas alguns dos afazeres para além do espaço físico da sala de aula. Além disso, os baixos salários, os parcelamentos, a carga horária excessiva e os ataques referindo-se aos professores como 'doutrinadores' são questões que afetam tanto a vida pessoal, quanto a saúde mental dos profissionais.

A pandemia da Covid-19 somou-se aos desafios enfrentados pelos professores. Assim como para os alunos, a sala de aula teve de ser substituída pelo escritório, pelo quarto ou até mesmo pela cozinha dos docentes. Com o distanciamento social, as adversidades aumentaram: a falta de recursos para ministrar aulas remotas; a sobrecarga de trabalho – pela necessidade de auxiliar alunos nas redes sociais após o fim do expediente; o uso excessivo de telas e, em alguns casos, a dificuldade para utilizar as plataformas digitais. Tudo isso aliado, possivelmente, à preocupação de perder o emprego – como é o caso de docentes de escolas privadas – e também a problemas financeiros familiares decorrentes da pandemia. (Ibid,2021, p. 1).

Corroboramos que a profissão do educador sofreu uma série de problemas psíquicos-emocionais resultante da sua rotina de trabalho que impactou a vida dos docentes em nível e grau pós-Covid19. Esses problemas são reações do corpo devido à sobrecarga excessiva e situações adversas nesta profissão durante o período pandêmico.

Dentre as várias categorias de trabalho, os profissionais da educação mudaram sua rotina e metodologia de trabalho e ao mesmo tempo tiveram que conviver com o medo, a tristeza e entre outros problemas causados pela pandemia e ver a necessidade de continuar o seu trabalho. Fez-se necessário a utilização de recursos tecnológico como forma de continuar o trabalho mesmo à distância, mas isso foi uma realidade impactante para muitos docentes, pois nem todos estavam preparados para lidar com o uso de tecnologias de ensino remoto demandados pela pandemia.

Visando descobrir os principais fatores que impactaram negativamente a vida dos docentes no período pandêmico, foi realizada uma pesquisa nas escolas públicas e privadas na cidade de pinheiro no maranhão. A pesquisa foi realizada com 50 professores, sendo 25 da rede pública e 25 da rede privada. 10 escolas de regiões diferentes na sede da cidade participaram da pesquisa, são elas: E.M Almir Lima Soares, E. M. Dilú Freitas, CEIN José de Anchieta, CEIN Odorico Mendes, E.M Presidente Médici ambas da rede pública. Da rede privada são: Semente do Saber, Bernard Johnson, Colégio Pinheirense, Inácia Braga Cantanhede (IBC) e o Instituto de Ensino Educar (IEE).

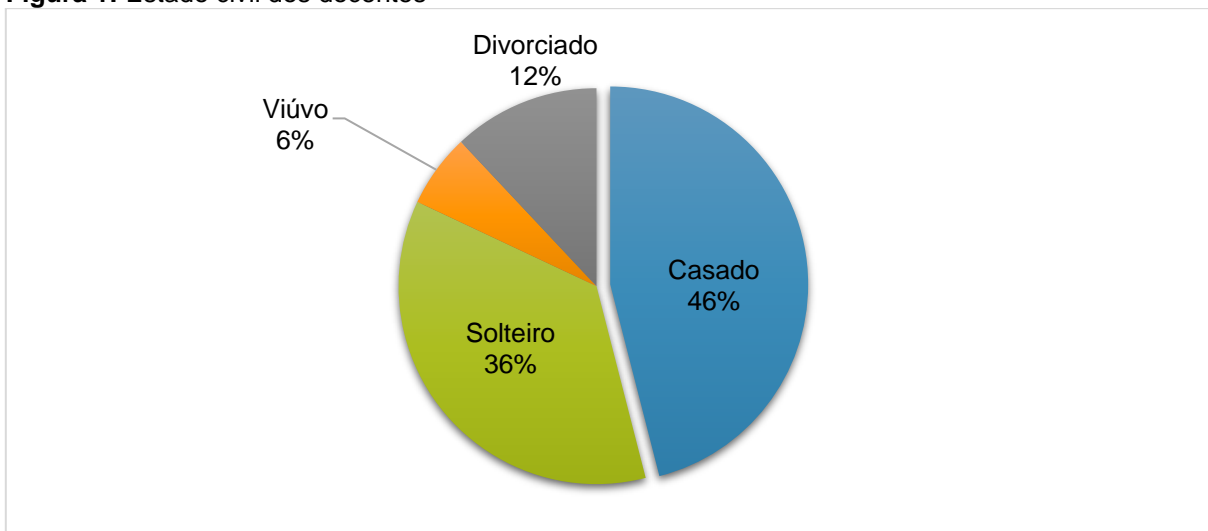
Os profissionais entrevistados foram informados quanto ao objetivo da pesquisa e assinaram um termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice 1) antes da devida participação. O questionário empregado foi composto de 41 perguntas que exigiam respostas objetivas e dissertativas.

Este trabalho tem como objetivo avaliar os impactos causados pela pandemia na saúde física, emocional e psicológica dos professores da escola pública e privadas identificando aspectos emocionais diante da sobrecarga de trabalho nesse novo cenário epidemiológico que a cidade de Pinheiro presenciou nos anos de 2019 a 2021.

7. RESULTADOS

7.1 Informações gerais dos docentes

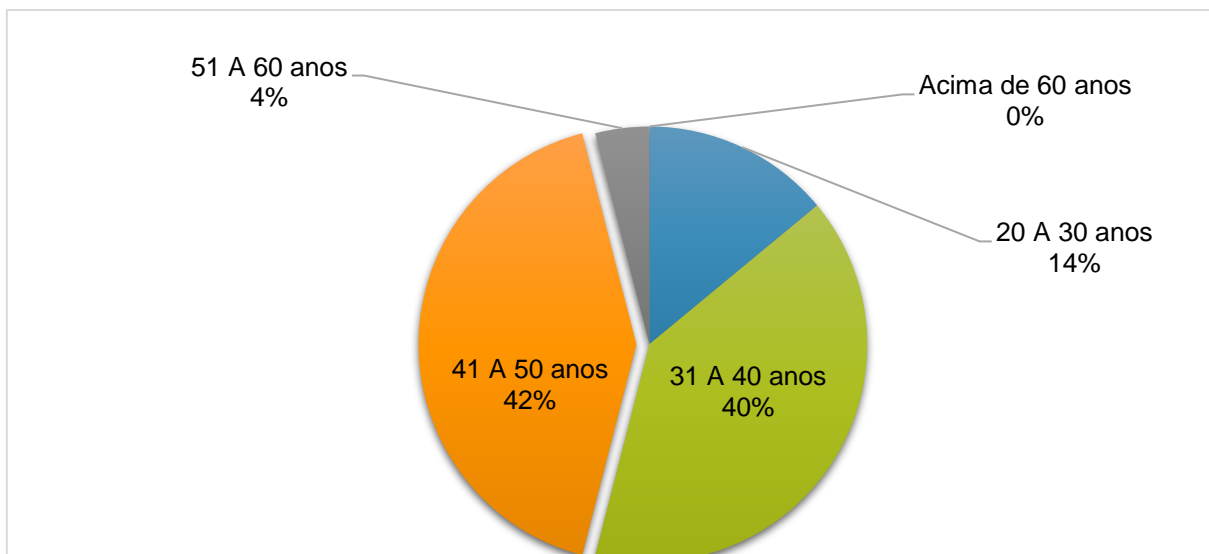
Participaram da pesquisa professores e gestores da educação de ambos os gêneros, 84% são mulheres e 16% são homens, não houve participante declarado do gênero binário. Entre os participantes 46% declaram ser casados, 36% solteiros, 12% são divorciados e 6% declararam ser viúvos. (*Figura 1*).

Figura 1: Estado civil dos docentes

Fonte: Do autor (2023)

A figura 2 apresenta as faixas etárias dos participantes da pesquisa, objetivando a descoberta da faixa de idade mais sensível aos impactos da pandemia, ela aponta a maior fatia para o intervalo com idade entre 41 e 50 anos resultando em 42% dos casos, para a idade de 31 a 40 anos representa 40% dos resultados, 14% com idade entre 20 e 30 anos e somente 4% entre 51 e 60 anos, não houve participante com idade acima de 60 anos.

Figura 2: Faixa etária dos docentes



Fonte: Do autor (2023)

Se somarmos as duas maiores porções dessa figura 2, percebemos que a resultante dessas faixas-etárias incluem-se pessoas com maior tendência de apresentar comorbidades que sujeitariam seus portadores a maior medo e angústia dos efeitos e riscos à saúde.

A tabela abaixo (TABELA 1) mostra que a faixa etária de 50 a 60 anos foi mais sensível aos impactos na pandemia em que todos se sentiram impactados com uma soma de 100% da mais leve a mais grave forma de impacto, em segundo a faixa etária de 41 a 50 anos apresentando uma soma de 95,8%, em terceiro a faixa etária de 31 a 40 anos com 72,2% e por fim, a faixa etária de 20 a 30 anos foi a menos impactada na pandemia.

Tabela 1: sensibilidade aos impactos conforme a faixa etária

Faixa etária	Não impactado	Razoavelmente impactado	Pouco impactado	Muito impactado	Impacto total
20 A 30	50,0%	0,0%	50,0%	0,0%	50,0%
31 A 40	27,8%	16,7%	22,2%	33,3%	72,2%
41 A 50	4,2%	45,8%	20,8%	29,2%	95,8%
51 A 60	0,0%	16,7%	33,3%	50,0%	100,0%

Fonte: do autor

Com base em (FILHO et al 2021), um estudo realizado nos Estados Unidos relativo às morte pela covid-19, as pessoas tendem a desenvolver comorbidades

gradualmente a medida que vai avançando a idade, quanto maior a idade maior a probabilidade. Nesse estudo verificou-se que o número de óbitos foi menor entre pessoas com idade abaixo de 30 anos, enquanto para a faixa etária acima dos 30 anos esse número foi bem maior, devido a maior grau de comorbidades, com isso o estudo concluiu que pessoas mais idosas têm maior probabilidade de evoluir para um estado mais grave da doença.

Buscou-se saber o nível de formação dos participantes da pesquisa são formados na área em que atuam, são apenas graduados e pós-graduados, não há docente que possuem outro nível de formação como mestrado ou doutorado, 50% dos docentes são graduados e outros 50% são pós-graduados, com os níveis de mestrado doutorado não possuem pasticipantes.

Com base no nível de formação, a pesquisa apresenta as principais áreas de formação de cada profissional dos docentes, as principais áreas são: Pedagogia, matemática, letras, língua portuguesa, espanhol, língua inglesa, docência do ensino superior, química, ciências biológicas, Psicopedagogia Clínica e Institucional, literatura, biologia, educação infantil, psicologia, educação física, Ensino religioso, neurociência educacional, Geografia, História e informática na educação.

A pesquisa apresenta que 41% dos docentes são formados em pedagogia, 17% em ciências ambientais, 10% com formação em história, língua portuguesa e língua estrangeira ambas com 6% das formações, educação física, letras, matemática e geografia cada uma representa 4% das formações, por fim, informática e química com 2% cada.

7.2 Aspecto financeiro e as implicâncias na profissionalidade docente

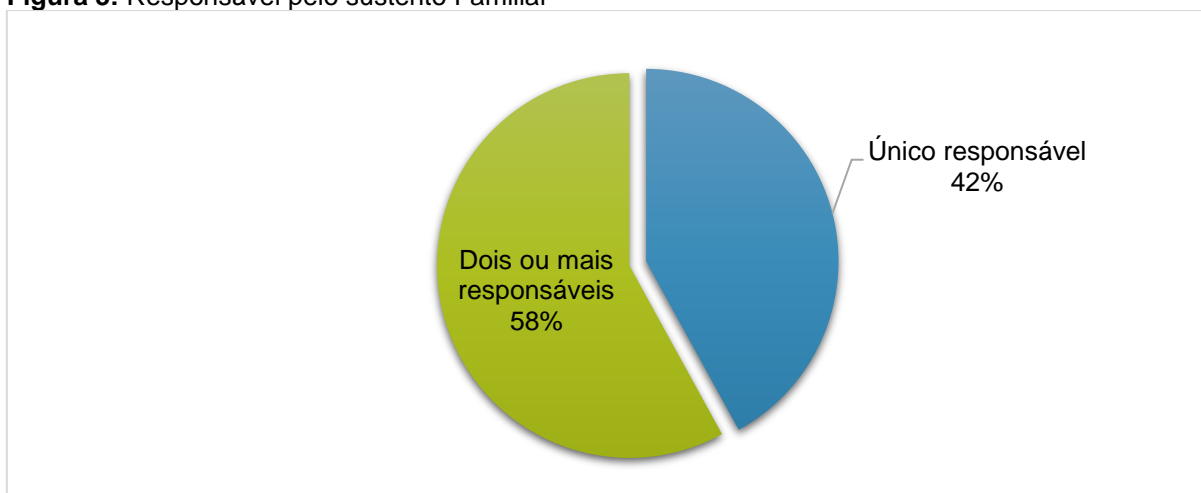
A saúde financeira é muito importante para que haja equilíbrio emocional, pois, sua carência ou má gestão podem ocasionar estresse e ansiedade. Portanto fez-se necessário sondar a satisfação/remuneração dos participantes da pesquisa, que tem como objetivo de identificar possíveis fatores que possam estar contribuindo para o impacto da saúde psicoemocional dos docentes, onde iremos apresentar critérios relacionados ao núcleo familiar a fim de identificar ou compreender os possíveis

desconfortos financeiro que possa contribuir com os impactos nesse período pandêmico.

Conforme (ROMANO 2023 p, 1.), deve haver equilíbrio entre a saúde mental e financeira, desse modo o indivíduo com a mente saudável, “dificilmente você vai se perder no lado financeiro, e assim, terá mais clareza para fazer melhores negócios e tomar decisões certas”. Ao contrário disso, a vida financeira pode afetar a saúde mental de diversas maneiras promovendo: estresse, extrema preocupação e ansiedade, depressão, problemas interpessoais, baixa autoestima e esgotamento emocional.

Portanto buscou-se saber de cada docente se eles são os únicos responsáveis pelo sustento familiar, ou seja, se deles provém a única fonte de renda que sustenta a família. A Figura 3, mostra que 58% dos docentes que **não são os únicos** que sustentam a família, ou seja, há contribuição de outros membros para o sustento familiar, significa que a carga financeira para cada indivíduo é considerada mais leve para este critério. 42% dos docentes **são os únicos que sustentam a família**, ou seja, deles provém a única fonte de sustento familiar, significa que quase a metade dos docentes sustentam a família sozinhos e há uma carga financeira maior em cima de única pessoa que pode funcionar como um tensor para o estresse, isso é um fator relevante que pode contribuir com o impacto no período da pandemia.

Figura 3: Responsável pelo sustento Familiar



Fonte: do autor

Diante disso, fez-se a análise da situação financeira dos docentes que são únicos responsáveis pelo sustento familiar, com aqueles que possuem apoio financeiro

de outros membros da família. Para os docentes que são **únicos responsáveis pelo sustento da família**, 43% são deficitários, 38% são equilibrados e 19% são superavitários financeiramente. Diante disso é importante lembrar que a pandemia impactou a situação financeira do cidadão. Segundo a Serasa (2022) a pandemia impactou a saúde financeira do brasileiro de diferentes maneiras que interferiu de forma significativa nas relações interpessoais, gestão e visão de futuro. Ainda ressalta sobre a preocupação em manter as contas em dia, muitas pessoas abdicaram de atividades de lazer e dentre outras para priorizar as contas. Ainda reforça que para muitas pessoas a renda salarial se manteve, para outras houve redução, alguns empreenderam para mantê-la, mas segundo (Archanjo, *at al* 2022, p.12) “produtos e serviços aumentara com a inflação. ” É o mesmo que reduzir a renda, pois a inflação diminuiu o poder de compra do cidadão, o que fez muitos cortar gastos para tentar o equilíbrio financeiro. Diante dessa realidade, buscamos analisar a situação dos docentes com base em sua realidade financeira no período pandêmico.

Tabela 2: Comparativos dos únicos responsáveis pela renda familiar

Situação financeira	Nível de impacto			
	Não impactado	Razoavelmente impactado	Pouco impactado	Muito impactado
Deficitário	0%	22%	33%	45%
Equilibrado	25%	50%	0%	25%
Superavitário	50%	25%	25%	0%

Fonte: Do autor (2023)

Conforme a tabela 2, os docentes deficitários 45% tiveram a sua mente muito impactada na pandemia, 33% obtiveram a sua mente pouco impactada, 22% declaram ter a mente razoavelmente impactada, para mente não impactada não houve dados. É interessante observar que dos docentes com situação financeira deficitária, 100% obtiveram algum impacto no período da pandemia.

Ainda no critério dos docentes que **são únicos responsáveis pelo sustento familiar**, analisou-se aqueles que são equilibrados financeiramente, percebeu-se que

25% não sofreram nenhum impacto, 50% foram razoavelmente impactados, outros 25% foram muito impactados. Observa-se que mesmo com equilíbrio financeiro 75% dos docentes sofrem algum tipo de impacto na pandemia.

Para os superavitários ainda como único responsável financeiro familiar, 50% não foram impactados na pandemia, 25% foram pouco impactados e outros 25% foram razoavelmente impactados na pandemia. É interessante observar que mesmo com superávit financeiro, o docente ainda sofreu algum impacto no período pandêmico.

Observando a tabela 2, percebe-se que conforme a situação financeira o docente foi mais e menos impactado. Os docentes deficitários foram mais vulneráveis aos impactos comparados ao equilibrados e superavitários na pandemia. Isso significa que a má condição financeira contribuiu com os impactos na pandemia.

Além disso, buscamos saber o nível de impacto entre as escolas públicas e privadas, por sua vez 92% dos docentes de escolas públicas se sentiram impactados na pandemia, enquanto 8% não foram impactados. Para as escolas Privadas, 68% dos docentes se sentiram impactados, enquanto 32% não foram impactados. As razões para esse resultado, deu-se porque os docentes das escolas públicas possuem maior carga de trabalho, possuem mais filhos, e tiveram maior dificuldade com o trabalho remoto e obtiveram mais parentes falecidos durante a pandemia comparado aos docentes de escolas privadas.

Buscou – se saber se esses profissionais que possuem filhos, com o objetivo de descobrir se estes geram carga financeira aos docentes, a pesquisa apresenta que 76% dos docentes possuem filhos, 24% não possuem. Conforme a tabela 3 os docentes com filhos 42% são deficitários, 45% são equilibrados, 13% são superavitários. Já os docentes que não possuem filhos, apenas 8% são deficitários, 75% são equilibrados e 17% são superavitários financeiramente.

Tabela 3: comparativos de docentes com filhos e sem filhos

Docentes	Deficitários	Equilibrados	Superavitários
Com filhos	42%	45%	13%

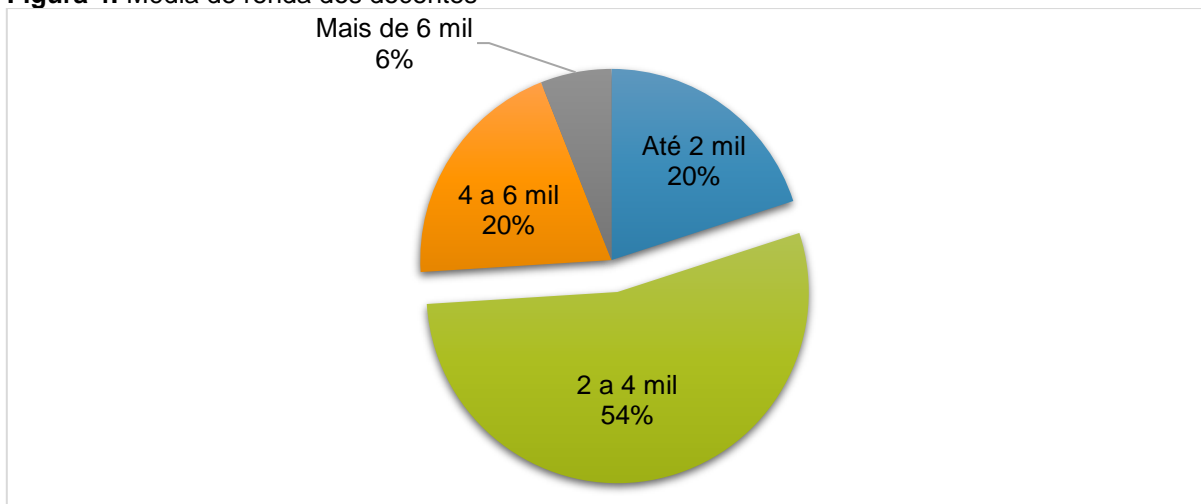
Sem filhos	8%	75%	17%
+/- Crescimento	-34%	+30%	+2%

Fonte: do autor (2023)

Comparando a situação financeira de docentes com filhos e sem filhos, de acordo com tabela 3 os docentes com filhos tendem a ser mais deficitários que se comparado aos que não têm, isso significa que os filhos geram aos docentes uma carga financeira maior.

A figura 4 apresenta a média de renda mensal dos participantes da pesquisa, 54% dos docentes possuem renda entre 2 e 4 mil reais, 20% recebem até 2 mil reais mensais, outros 20% possuem renda entre 4 e 6 mil reais e apenas 6% dos docentes possuem renda acima de 6 mil reais.

Figura 4: Média de renda dos docentes



Fonte: Do autor (2023)

Diante disso, vale ressaltar que nesta pesquisa os impactos da covid-19, atingiu todos níveis de renda. Para a renda de até 2 mil reais, 67% foram impactados, 33% não se sentiram impactados financeiramente. Para a renda de 2 a 4 mil reais, 100% foram impactados financeiramente. Para a renda de 4 a 6 mil reais 63,5% foram impactados, 36,5% não foram impactados, já para a renda acima de 6 mil 100% foram impactados.

Tabela 4: Impacto conforme a faixa salarial dos docentes

Faixa de renda	Impactados	Não impactados
Até 2 mil	67%	33%
2 a 4 mil	100%	0,0%
4 a 6 mil	63,5%	36,5%
Acima de 6 mil	100%	0,0%

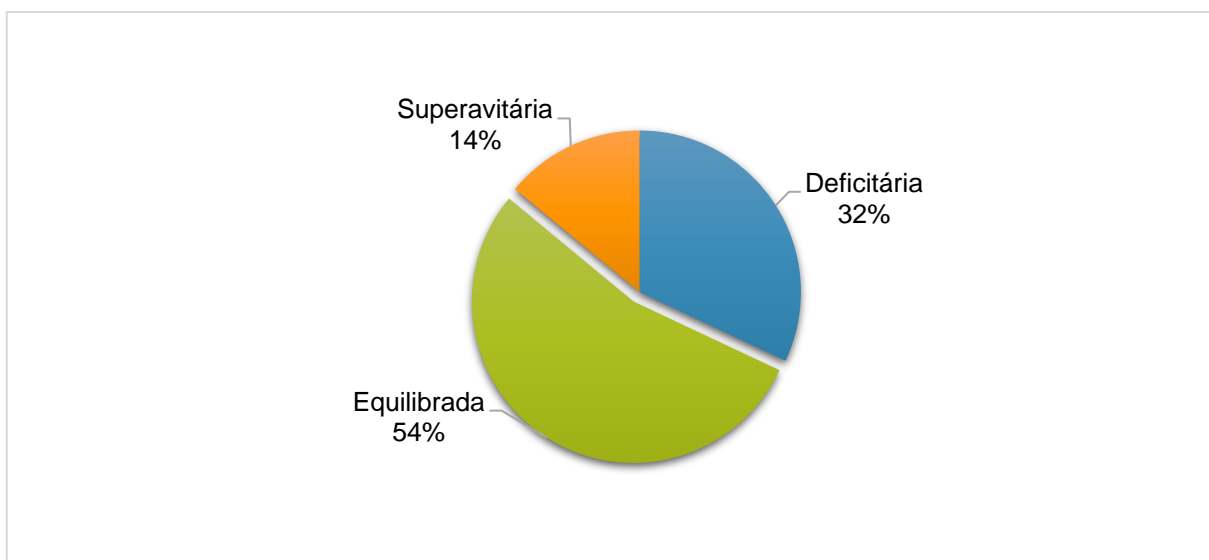
Fonte: do autor

. Segundo Filho (2020), a pandemia afetou a economia do Brasil e foi resultante no fechamento de muitas empresas deixando milhares de pessoas sem renda fixa. Para a DHAR (2020), a pobreza dentre outros fatores é um determinante que impulsionam negativamente a saúde da mente. Diante desses relatos percebe-se que a pandemia desequilibrou a renda de muitas pessoas deixando-as com dividas que resulta em preocupações e conseqüentemente afeta a saúde mental.

Com relação aos resultados da figura 4, a tabela 4 mostra que todos os níveis de renda sofreram impacto financeiro na pandemia do covid-19, destaque para as rendas de 2 a 4 mil e acima de 6 mil ambas com 100%. De forma tendencial, a menor a menor deveria sofrer maior impacto comparado a maior renda, mas com base nos resultados percebe-se que os docentes com rendas menores e maiores sofreram impacto em mesmo nível. Portanto para este critério utilizado com este grupo de docentes, a faixa salarial não foi um fator determinante para ser ou não ser impactado, a pandemia causou um certo desequilíbrio na renda de cada docente, de um modo geral podemos afirmar que 82,6% dos docentes foram impactados financeiramente, enquanto 17,4% relataram não sofrer impacto algum, sendo a minoria.

Nesse contexto foi importante analisar o perfil financeiro de cada docente, buscou-se saber que tipo de agente financeiro eles são para saber se a forma como usam o dinheiro gerou algum desconforto que veio a contribuir com o impacto no período da pandemia. A figura 5 destaca que 54% dos docentes se declararam agentes equilibrados financeiramente, gastam conforme ganham, 32% afirmaram haver o um déficit, gastam mais do que ganham e apenas uma minoria de 14% relataram haver um superávit em suas finanças.

Figura 5: Situação financeira dos docentes



Fonte: Do autor (2023)

Para os docentes organizados, ponderados financeiramente, 30,8% relataram que foram muito impactado, 19,2% relataram pouco impactado, 30,8% razoavelmente impactado e não impactado apenas 19,2% declararam não ser impactados na pandemia. Diante disso percebe-se que para 79,8% dos docentes equilibrados financeiramente, sofreram impactos emocionais na pandemia.

Para os docentes que são deficitários financeiramente, 47% foram muito impactados, 24% foram pouco impactado e 29% foram razoavelmente impactados. Observa-se que para os docentes deficitários o impacto emocional foi de 100%. Isso coloca em evidência a situação financeira como um dos fatores resultantes desses impactos.

Para os docentes superavitários financeiramente, 43% foram pouco impactados, 29% razoavelmente impactados, assim 29% não sofreram impacto algum. De modo geral isso significa que 72% dos docentes superavitários sofreram algum impacto na pandemia, enquanto 29% não foram impactados. (É importante lembrar que ser deficitário, não se trata de alguém que só tem a renda baixa, ou superavitário a quem tem renda alta, há pessoas com renda alta e ainda assim ser um deficitário e vice-versa, essa é uma classificação dada a maneira como cada indivíduo administra seus recursos financeiros.)

Em continuidade, comparando os três níveis financeiros (TABELA 5), observa-se que os deficitários foram mais vulneráveis aos impactados comparado aos

equilibrados financeiramente, e estes, mais vulneráveis comparado aos superavitários. Para os níveis deficitários e equilibrados houve quem foi muito impactado, mas para os superavitários não há relatos a respeito.

Tabela 5: Comparativo dos impactos financeira dos docentes

Docentes	Não impactado	Razoavelmente impactado	Pouco impactado	Muito impactado
Deficitários	0%	29%	24%	47%
Equilibrados	19,2%	30,8%	19,2%	30,8%
Superavitários	29%	29%	42%	0%

Fonte: do autor (2023)

Portanto, percebe-se que a saúde financeira é importante para saúde psicoemocional do docente, enquanto a sua ausência resulta em graves problemas. Diante dos relatos podemos afirmar a pandemia desequilibrou a saúde financeira dos docentes que resultou em impacto emocional. Conforme o exposto, percebe-se a situação financeira deficitária tende a gerar mais impacto emocional enquanto na superavitária os impactos são mais reduzidos, com isso concluímos que a boa saúde financeira contribui para maior segurança ao lidar com o estresse gerado pela pandemia.

Buscou-se saber se os docentes teriam uma outra fonte de renda complementar além da exercida nas escolas, o objetivo deste quesito é avaliar de forma indireta a satisfação com a renda. Pessoas que buscam mais de uma fonte de renda consequentemente trabalham mais e o desgaste pode ser maior nestas pessoas tanto físico como intelectual, pois julga-se que se buscam uma outra fonte é porquê há um déficit na fonte principal, o complemento da renda exige, portanto, maior esforço dessas dimensões o que por sua vez amplia os níveis de estresse.

Diante disso verificou-se que 72% dos docentes não possuem outra fonte de renda, enquanto 28% disseram que possuem uma renda extra para complementar a renda familiar.

Conforme a tabela 6, os docentes que possuem outra fonte de renda, 61,5% são equilibrados financeiramente, 30,8% são superavitários e 7,7% são deficitários financeiramente. Para os que não possuem renda extra, 49% são equilibrados, 43%

são deficitários e apenas 8% apresentam um superávit financeiro. Analisando a tabela 6, percebe-se que os docentes com renda extra estão mais saudáveis financeiramente. Observa-se que os docentes com renda extra, o nível de déficit financeiro é baixo, são melhores equilibrados e possuem melhor superávit comparado aos sem renda extra. Com isso acreditamos que os docentes com renda extra tendem a ser menos impactados pela pandemia, pois estão em melhor condição financeira, como visto anteriormente neste trabalho (DHAR (2020), a saúde financeira é um fator que pode contribuir para o bom equilíbrio mental do ser humano.

Tabela 6: Comparativo de situação financeira dos docentes com e sem renda extra.

Docentes	Deficitários	Equilibrados	Superavitários
Com renda extra	7,7%	61,5%	30,8%
Sem renda extra	43%	49%	8%

Fonte: do autor (2023)

A tabela abaixo apresenta o comparativo para quem possuem uma outra atividade remunerativa, ou seja, outra fonte de renda. De acordo com a tabela 7, os docentes que possuem outra atividade financeira para obter renda extra, se sentiram mais fadigados no trabalho e o maior crescimento no nível de estresse, comparado aos que não possuem não exercem atividade extra, isso estar relacionado a intensidade de trabalho que os docentes com atividade extra possuem, que resultou em estresse e fadiga.

Tabela 7: Comparativo de fadiga e estresse antes e pós pandemia

Docentes	Fadiga	Estresse antes pandemia	Estresse Pós pandemia	Crescimento médio (estresse)
Com renda extra	46,2%	1,9	3,5	1,6

Sem renda extra	37,8%	2,1	3,6	1,5
+/- crescimento	8,4%			

Fonte: Do autor (2023)

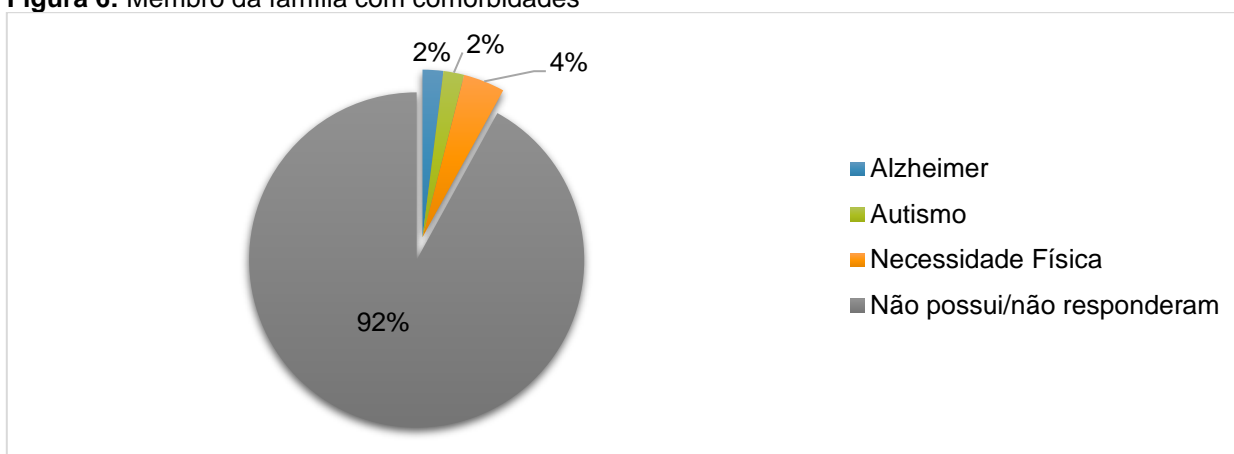
7.3 Aspectos familiares e as possíveis implicações na saúde mental dos professores

A figura 6 vem apresentar características dos filhos dos docentes, a saber a qualidade de vida deles ou de algum outro membro da família, se possuem saúde integral ou se alguém possui algum tipo de comorbidades. Deduz-se que pessoas que apresentem algum tipo de deficiência ou comorbidades, geram custos financeiros maiores, e conseqüentemente demandam ²capital mental para os cuidados necessários.

Nos lares de 92% dos docentes, não possuem nenhum filho ou qualquer outro membro da família que apresente algum problema de saúde, apenas 8% afirmaram que possuem filhos com algum tipo de comorbidades.

Comorbidades como o Alzheimer, deficiência física e autismo são as que fazem parte do dia a dia dos 8% dos docentes com familiares comorbidades que necessita de maior nível de atenção e cuidado. Figura 6.

Figura 6: Membro da família com comorbidades

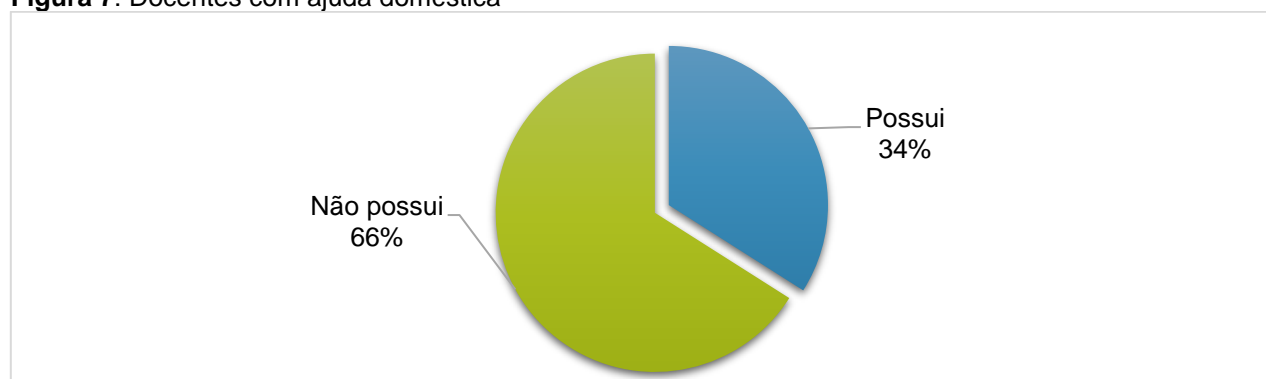


Fonte: Do autor (2023)

² Segundo Lok Sang-Ho, economista que cunhou o termo, 'capital mental engloba a capacidade de reflexão e do grau de eficiência com o qual o indivíduo resolve os problemas e as restrições da vida cotidiana' (SANG-HO, 2001, p.24).

Com base nas informações acima, buscamos saber se cada docente possui algum tipo de apoio em casa, a ajuda de um empregado doméstico ou algum membro da família que possa ajudá-lo na organização da casa ou no cuidado de menores ou necessitados. A figura 7, mostra que 66% dos docentes não possuem ajuda de nenhum outro membro da família em casa, apenas 34% responderam possuir ajuda de um empregado da família no apoio e cuidado da casa.

Figura 7: Docentes com ajuda doméstica



Fonte: Do autor (2023)

Sobre a religião praticada pelos docentes, 90% dos entrevistados afirmaram adotar alguma religião, ao passo que 10% afirmaram não ter alguma. A religião exerce fator importante em trazer algum tipo de conforto espiritual e conseqüentemente alívio das tensões ocasionadas pela pandemia, através disso buscamos analisa.

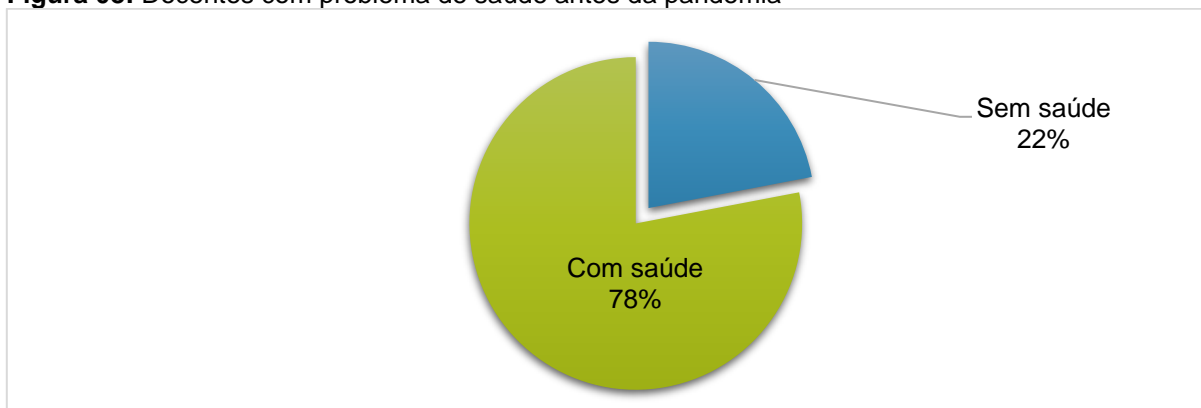
Para os que possuem alguma religião 35,6% se sentiram razoavelmente impactado, 26,7% pouco impactado, 22,2% muito impactado e apenas 15,6% não se sentiram impactados.

Para os que não possuem religião, 100% se sentiram muito impactado na pandemia. É interessante observar que os docentes que possuem religião foram menos impactados em comparação aos que não possuem credo religioso. Através disso, entende-se que a religião trouxe aos docentes conforto espiritual e alívio aos impactos emocionais causados pela pandemia.

A saúde é fundamental para que o ser humano exerça as suas atividades rotineiras de forma adequada, pelo contrário, a falta dela pode comprometer a eficiência dessas atividades e o exercício de atividades sem saúde pode agravar mais o problema, impactando a vida do indivíduo.

Diante disso buscou-se analisar se os docentes possuíam algum problema de saúde antes da pandemia e que precisaram conviver com esse problema durante pandemia no exercício de suas atividades laborais, na intenção de averiguarmos a sua contribuição nos impactos na pandemia. A figura 8, mostra que 22% dos professores já possuíam algum problema de saúde antes da pandemia, 78% disseram que tinha boas condições de saúde antes da covid-19.

Figura 08: Docentes com problema de saúde antes da pandemia



Fonte: Do autor (2023)

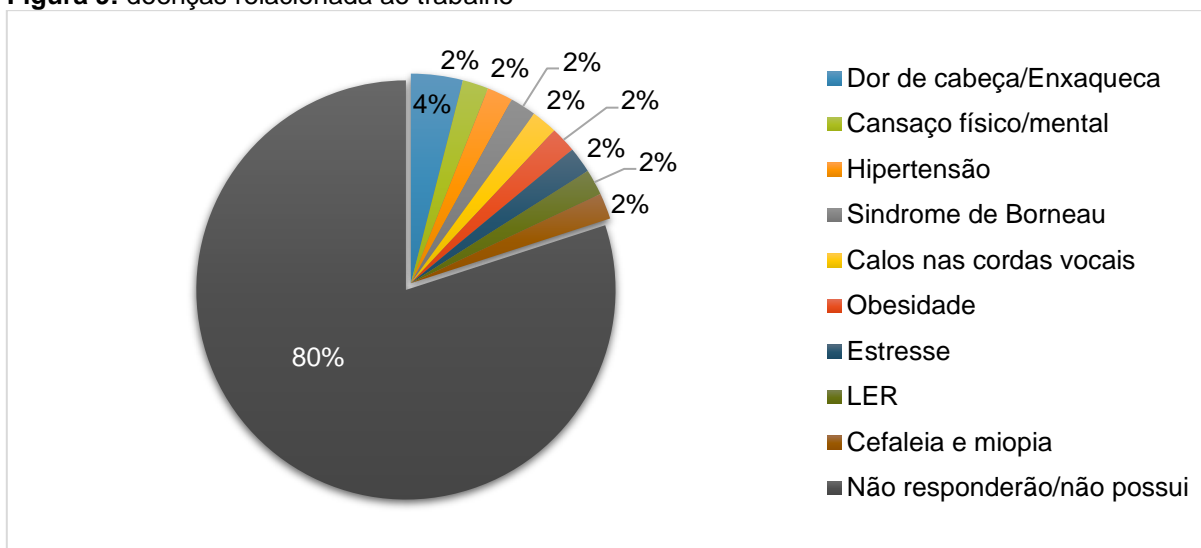
Para os docentes que **não apresentaram problema de saúde** antes da pandemia, os critérios de muito impactado, pouco impactado e razoavelmente impactado, cada um apresenta 28,2% dos docentes que se sentiram impactados na pandemia, para 15,4% não sofreram impacto algum. Para os docentes que **possuíam algum problema de saúde** antes da pandemia, 45,5% se sentiu muito impactado, 36,4% se sentiram razoavelmente impactado, 9,1% se sentiram pouco impactados, outros 9,1% não se sentiram impactados.

Percebe-se que os docentes que não possuíam doenças antes da pandemia foram menos impactados comparado àqueles que possuíam. 84,6% se sentiram impactados na pandemia, já para os docentes que apresentaram problemas com a saúde antes da pandemia, 90,9% deles sofreram algum tipo de impacto. Diante disso conclui-se que para quem já apresentava comorbidades antes da pandemia, foram mais vulneráveis aos impactos durante pandemia.

Com base nos relatos acima buscou-se saber que tipo de doenças os docentes foram acometidos no período da pandemia no seu trabalho, a figura 9 apresenta as tais como: a obesidade, estresse, Cefaleia e Miopia, Síndrome de Bourneau, dor de cabeça e

enxaqueca, hipertensão, LER, calos nas cordas vocais cada um representa 2% dos casos, o cansaço físico e mental apresenta 4% dos casos, 80% não responderam e não possuem doenças relacionadas ao seu trabalho no período da pandemia.

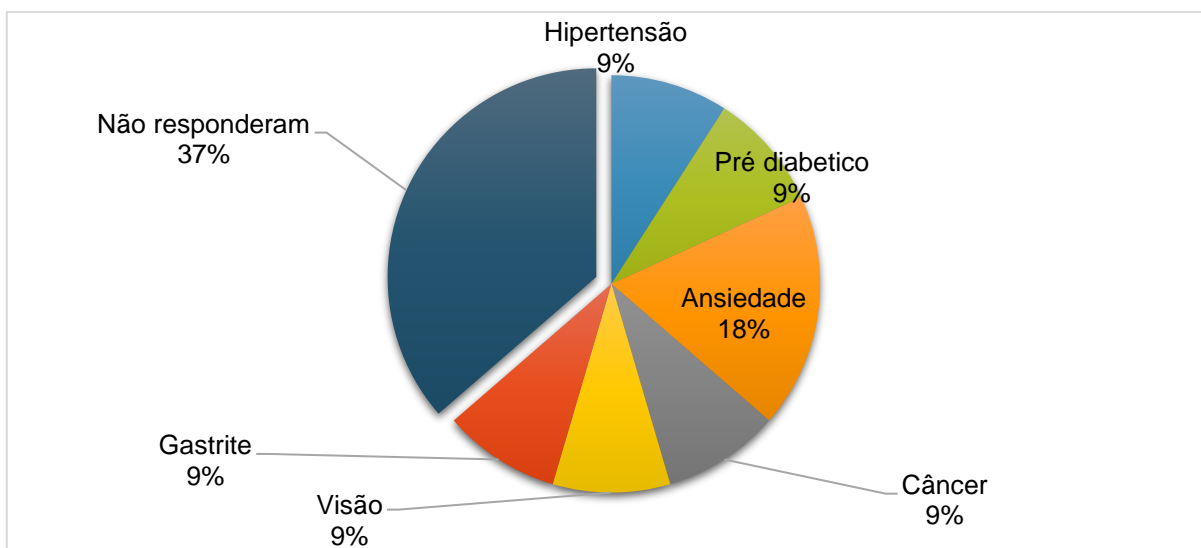
Figura 9: doenças relacionada ao trabalho



Fonte: Do autor (2023)

Quando questionados sobre quais doenças já possuíam antes da pandemia, os docentes responderam (FIGURA 10) que 45% possuíam em iguais proporções hipertensão ou gastrites, câncer ou diabetes, ou problemas com visão; já 18% apresentavam ansiedades e 37% tiveram preferência em não responder. Tais doenças preexistentes se apresentavam como comorbidades cujos portadores tinham mais propensão de contaminação e evolução dos efeitos severos da COVID 19.

Figura 10: Doença que afeta o estado emocional



Fonte: Do autor (2023)

Buscou-se saber como era o relacionamento dos professores com as pessoas que lhes rodeiam como familiares e vizinhos com o objetivo de saber se o dia a dia desses profissionais lhes causam algum desconforto independentemente de qualquer outro fator e se isso contribuiria com os impactos na pandemia. A figura 11 aponta que os relacionamentos dos docentes com familiares e vizinhos são no mínimo bom, 58% relataram que possuem um bom relacionamento, 30% relataram possuir um relacionamento excelente e outros 12% relataram ser ótimos em seus relacionamentos com familiares e vizinhos, não houve relatos para péssimo ou ruim. Através dos resultados percebe-se os relacionamentos docentes não contribuem de maneira alguma para os impactos na pandemia, pois eles possuem bons relacionamentos, neste quesito, podemos concluir que eles contribuem com a redução dos impactos, pois entende-se que um bom relacionamento entre pessoas é confortante principalmente em um momento de crise.

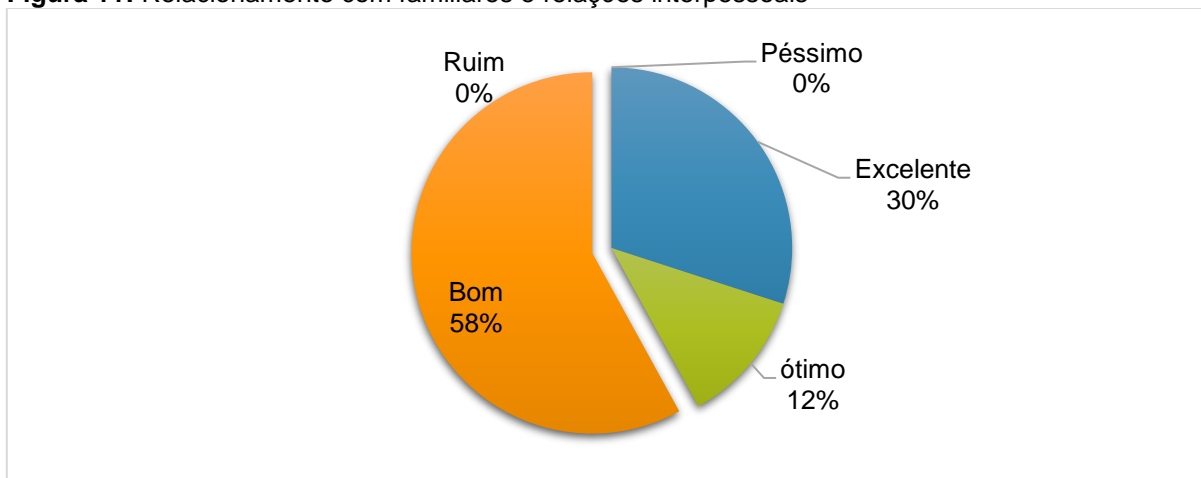
De acordo com PENHA (2018, 1):

A rotina de convívio com os filhos faz bem e ajuda eles no amadurecimento dos seus relacionamentos, como também faz bem para os pais, que vão desenvolver uma maior habilidade para lidar com os problemas. “Toda essa resolução de problemas psicológicos vai trazer benefícios para o organismo, contribuindo com o controle de pressão arterial, na prevenção de doenças cardiovasculares, e na prevenção de doenças psicológicas”

Segundo Neri (2008) a qualidade de vida está inteiramente ligada a satisfação, ao relacionamento entre amigos e familiares, a atividades cognitivas, produtividade e saúde

física. Quando o indivíduo tem bons hábitos fazendo aquilo que lhe dá prazer, terá mais condições para uma boa qualidade de vida.

Figura 11: Relacionamento com familiares e relações interpessoais



Fonte: Do autor (2023)

Além dos relacionamentos, buscamos medir se os docentes praticam alguma forma de exercícios físicos ou lazer, pois entende-se que lazer traz prazer e relaxamento ou seja, alivia o estresse e entre outras doenças físicas e psicológicas.

Temos disponível um número considerável de evidências do valor do exercício na redução de sintomas depressivos e ansiosos, porém este não deve substituir o tratamento padrão, especialmente para aqueles com doença grave

Conforme a secretaria de saúde do estado do PARANÁ (2023, p.1)

“A atividade física reduz o estresse e sintomas de ansiedade, melhora a qualidade do sono, melhora a aprendizagem, reduz sintomas depressivos, previne e diminui a mortalidade por doenças crônicas como pressão alta e diabetes, melhora a força, equilíbrio e flexibilidade, proporciona a socialização e a convivência”.

Para Gáspari et. Al., (2001), ressalta que a prática do lazer e das atividades esportivas produzem elementos prazerosos ao indivíduo, e estes elementos contribuem para a automotivação, a satisfação pessoal e social resultando em uma melhor qualidade de vida.

A figura 12, mostra que 86% dos docentes praticam alguma forma de lazer envolvendo exercícios físicos, passeios, visitar amigos e familiares, etc. Apenas 14% dos casos mostra que os entrevistados não praticam nenhuma forma de exercício físicos.

Para os docentes que **praticam alguma atividade física**, 85,7% se sentiram impactados, 14,3% não se sentiram impactados, já para os que **não praticam nenhuma atividade física**, 87,5% foram impactados e enquanto 12,5% não se sentiram impactados. Diante disso, percebe-se que para quem praticou algum exercício físico foi menos impactado comparado ao que não obteve essa prática durante a pandemia.

Percebe-se que há um certo equilíbrio no percentual de impactos nos resultados para os que praticam exercício (85,7%) e os que não praticam (87,5%). Isso estar relacionado a frequência na prática de atividade física pelos docentes. Para os docentes que praticam exercícios físicos, 32% se exercitam no máximo 3 vezes por semana, 30% fazem isso regularmente (diariamente), 26% raramente praticam e 12% se exercitam 1 ou 2 vezes no mês. Percebe-se que apenas 30% praticam atividade física regularmente, 70% praticam de forma variada, se houvesse uma frequência maior na prática de atividades físicas, menor seria os impactos da pandemia na saúde dos docentes, um resultado que ampliaria essa diferença para os que praticam e não praticam exercícios regularmente.

Figura 12: Docentes que praticam atividades de lazer



Fonte: Do autor (2023)

Segundo (COSTA et. al. 2023, p. 1):

A prática de exercício físico proporciona melhorias na função endotelial, no sistema imunológico, na saúde mental e contribui para a redução da obesidade, entre outros benefícios adicionais. A prática regular de exercícios físicos é uma abordagem efetiva para mitigar os impactos negativos do distanciamento social na saúde humana. Durante o período de distanciamento social, é recomendado realizar exercícios físicos em casa ou em ambientes ao ar livre, evitando aglomerações.

As práticas de uma alimentação equilibrada e exercícios físicos simples praticados em casa de forma regular, ajudam no combate a doenças psicológicas causadas no momento da pandemia.

Conforme os dados realizados nesta pesquisa, os docentes que não praticam exercícios físicos ou qualquer outra atividade de lazer apresentam uma média de estresse de ²2,25³, enquanto os que praticam exercícios físicos apresentam uma média de ³1,23 ⁴após a pandemia. Com base nisso, percebe-se que os docentes que não praticaram atividades físicas, são mais estressados comparado aos que praticam.

Diante disso conclui-se que o exercício físico ameniza estresse entre outros problemas psíquicos, com isso entendemos que a prática de atividade física no período pandêmico contribuiu com a redução dos impactos psicoemocionais dos docentes no período pandêmico.

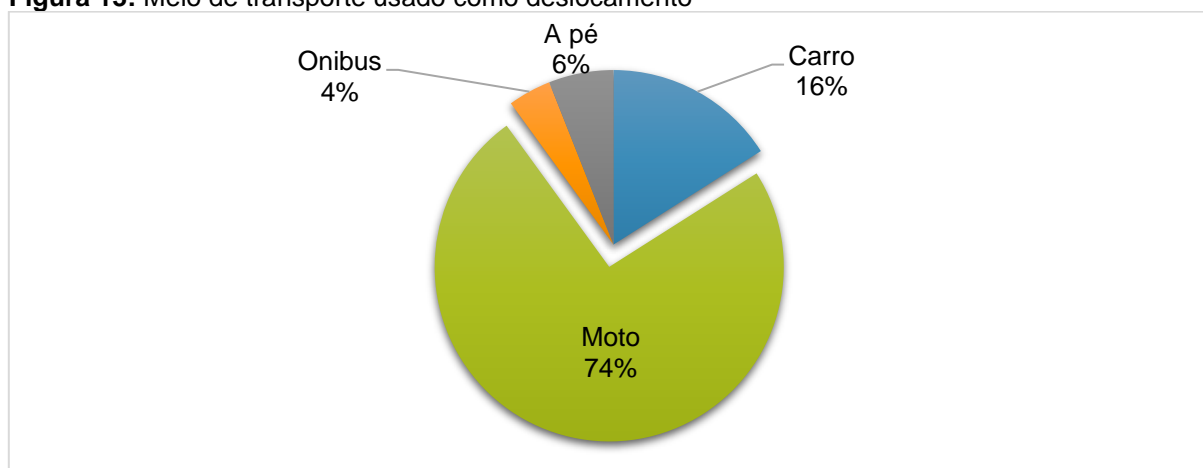
7.4 Aspectos do trabalho

Buscou-se saber como é o deslocamento dos docentes da sua residência até o seu local trabalho em qual meio de transporte usa para tal, se seria a pé, motocicleta, carro próprio ou coletivo e quanto é o tempo de deslocamento. A figura 13 apresenta que 74% dos professores se deslocam de motocicleta para o trabalho, 16% se deslocam de carro, 6% vão andando para o trabalho, 4% usam o coletivo para se transportar. Objetivo deste quesito, é analisar se o processo de transporte contribuiria para alguma forma de impacto, uma vez que o estresse causado pelo ⁵trânsito caótico poderia ampliar as tensões ocasionadas pela pandemia.

³ Soma de todas as notas apresentadas pelos docentes dividido pela quantidade delas.

⁴ Soma de todas as notas apresentadas pelos docentes dividido pela quantidade delas.

⁵ Forma de acesso ao trabalho utilizado pelos docentes diariamente.

Figura 13: Meio de transporte usado como deslocamento

Fonte: Do autor (2023)

Para os que se deslocam e de motocicleta 86,5% se sentiram impactados, 13,5% não foram impactados pela pandemia. Antes da pandemia apresentam uma ⁶média no nível de estresse de 1,81, após a pandemia essa média foi de 3,45, um aumento de 1,64 no nível de estresse dos docentes. Para os que se deslocam a pé 100% se sentiram impactados. A média de estresse antes da pandemia de 2,0 e após a pandemia de 2,67. Também houve aumento no nível de estresse para os docentes que se deslocam a pé. Para os docentes que utilizam carro para se deslocarem até o trabalho 87,5% se sentiram impactados na pandemia. A média de estresse antes da pandemia foi 3,2 e após 3,5, com um aumento 0,3 no nível de estresse neste aspecto. Para os docentes que utilizam o transporte coletivo 50% se sentiram impactados, outros 50% não sentiram nenhum impacto durante a pandemia. Neste critério o nível de estresse antes da pandemia foi de 2,5 e a média após a pandemia foi 4,0, um crescimento médio de 1,5.

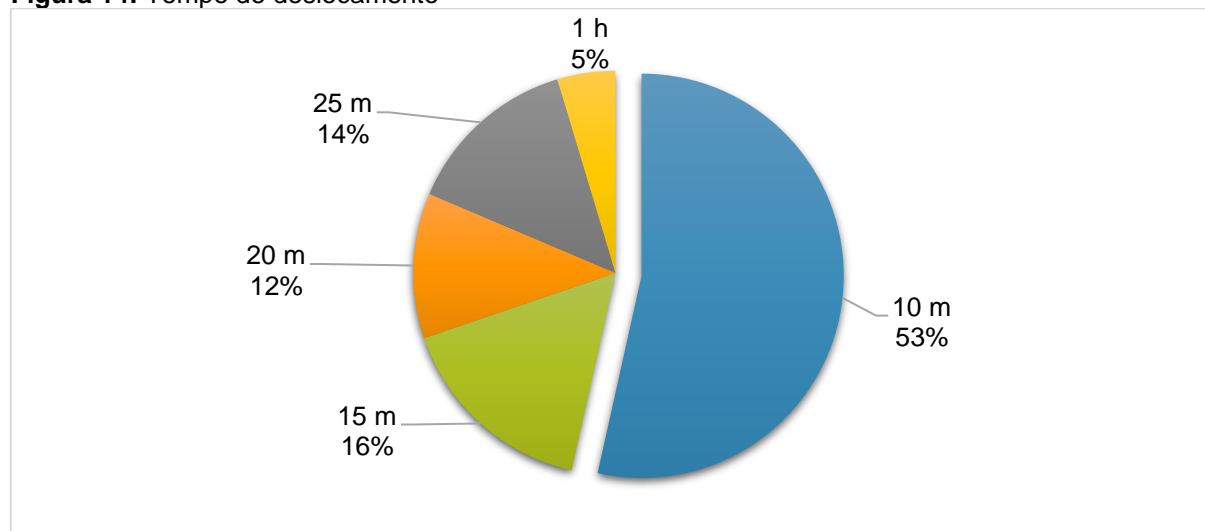
De acordo com os dados supracitados percebe-se que em todos os critérios os docentes se sentiram impactados durante a pandemia e o nível de estresse apresenta um crescimento em todos eles, isso significa que o trânsito foi um dos fatores contribuintes para o aumento do estresse na pandemia.

Sobre tempo utilizado para deslocamento para o trabalho, 53% dos entrevistados informaram que usam em torno de 10 minutos para se deslocarem para o local de trabalho; ao passo que 16% levam 15 minutos, 14% 25 minutos o deslocamento, 12%

⁶ Média Soma de todas as notas apresentadas pelos docentes dividido pela quantidade delas.

usam 20 minutos e apenas 5% usam 1 hora para chegar até o trabalho (FIGURA 14). Com base em dados supra entendemos que quanto maior o tempo no trânsito, maior pode ser o nível de estresse e buscamos avaliar este aspecto para ver se houve forma de impacto.

Figura 14: Tempo de deslocamento



Fonte: Do autor (2023)

Segundo (MEDEIROS et al., apud HOFFMANN; CRUZ; ALCHIERI, 2003), o trânsito é composto por três elementos essenciais, o homem, a via e o veículo além de dimensões que predizem o comportamento humano como o conhecimento do trânsito, a prática que é adquirida com o tempo e atitudes que prejudicam aos demais participantes do trânsito. O comportamento ao dirigir é dimensionado pelas condições de luz, *de tempo*, da via, do veículo, uso de substâncias psicoativas, estresse, emoção, sono, etc.

Com isso é possível perceber que o comportamento humano no trânsito vem dos diversos fatores supra. Diante disso, o estresse pode ser gerado no próprio trânsito ou o indivíduo sair de casa com elementos que somados aos elementos do parágrafo anterior impulsionam mais ainda o estresse.

Para Villemor-Amaral (2015, p.8) considera que

Quanto mais vulnerável ao estresse os motoristas estão, maior será sua tendência a apresentar comportamentos agressivos no trânsito, podendo ocasionar desde simples discussões até acidentes e mortes, já que para estes profissionais que passam a maior parte do seu tempo nas vias, o trânsito acaba sendo o ambiente mais propício para descarregar toda a tensão fisiológica e psicológica causada pelo estresse.

Segundo (QUIRINO; VILLEMOR; AMARAL, 2015, p.2 apud SILVA; SOUZA; MINETTI,2002) acrescentam que “níveis elevados de estresse no contexto de trabalho, além de ocasionar uma queda no desempenho e na produtividade, podem ocasionar acidentes graves, principalmente em setores que exigem exatidão e precisão nos resultados. ”

Ao analisar o regime de trabalho dos docentes, buscamos avaliar até que ponto o tipo de vínculo empregatício poderia trazer segurança financeira quanto à permanência da fonte de renda no período pandêmico. Os critérios a serem avaliados são os regimes efetivos e contrato temporários. É sabido que os efetivos possuem alguns direitos e benefícios que já os contratos temporários não possuem, por sua vez os efetivos estão assegurados por lei permanecer no trabalho e recebendo salário em caso de uma paralisação nas aulas, já os contratados não possuem essa certeza e isso poderiam gerar preocupação e algum tipo de impacto no período da pandemia. A figura 15 apresenta os resultados, 56% dos docentes participantes desta pesquisa são de contratos temporários e 44% são efetivos.

Figura 15: Regime de trabalho



Fonte: Do autor (2023)

Conforme a tabela 8, os docentes efetivos 36,4% se sentiram muito impactado, 27,3% razoavelmente impactado, 22,7% pouco impactado e 13,6% não se sentiram impactados resultando em 86,4% de docentes que se sentiram impactados somando todos os critérios. Para os docentes contratados temporariamente, 32,1% se sentiram

razoavelmente impactado, 28,6% muito impactado, 25% pouco impactado e 14,3% não se sentiram impactados. Somando os critérios, percebe-se que 85,7% dos docentes sofreram algum impacto na pandemia. Diante dos relatos acima, é possível perceber que os contratados temporariamente foram menos impactados que os efetivos, mas há um certo equilíbrio nos dois resultados para os dois regimes de trabalho, isso mostra que os regimes não influenciaram tanto na contribuição quanto na redução dos impactos na pandemia.

Tabela 8: impactos conforme regime de trabalho

Tipo de contratos	Não impactado	Razoavelmente impactado	Pouco impactado	Muito impactado	Impacto total
Efetivos	-13,6%	27,3%	22,7%	36,4%	86,4%
Temporários	-14,3%	32,1%	25,0%	28,6%	85,7%

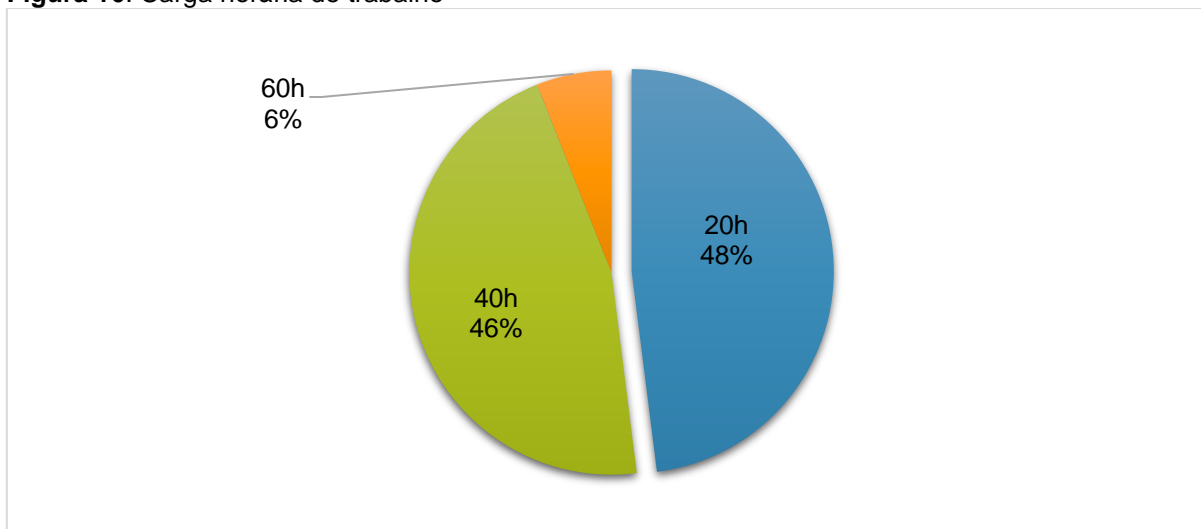
Fonte: Do autor (2023)

Partindo da premissa de que a intensidade de tempo desprendido para o trabalho, pode gerar fadiga e estresse, buscou-se avaliar se o tempo de trabalho contribuiria com os impactos emocionais. Com isso, observamos que 48% dos docentes, trabalham em regime de 20 horas semanais, 46% trabalham 40h e apenas 6% trabalham 60h. (A figura 16).

Os docentes que trabalham 20h semanais, antes da pandemia eles apresentaram uma média de estresse de 2,77, após a pandemia essa média subiu para 3,22, houve um crescimento médio de 0,45. Para os que trabalham 40h, a média antes da pandemia é de 2,47, após a pandemia essa média sobe para 3,26, o crescimento médio é de 0,79. Os docentes que trabalham 60h semanais apresentam uma média de estresse antes da pandemia de 1,00, após essa média cresce para 3,5, o crescimento médio de estresse para esta categoria é de 2,50. É perceptível através dos dados acima que conforme quantidade de horas trabalhadas o nível de estresse é diferente. É interessante observar que quanto maior é a carga horária de trabalho, maior foi o crescimento médio de estresse após a pandemia, através disso confirmamos que excesso de tempo no trabalho, gerou

mais estresse ao docente durante a pandemia, um fator contribuinte para os impactos na pandemia.

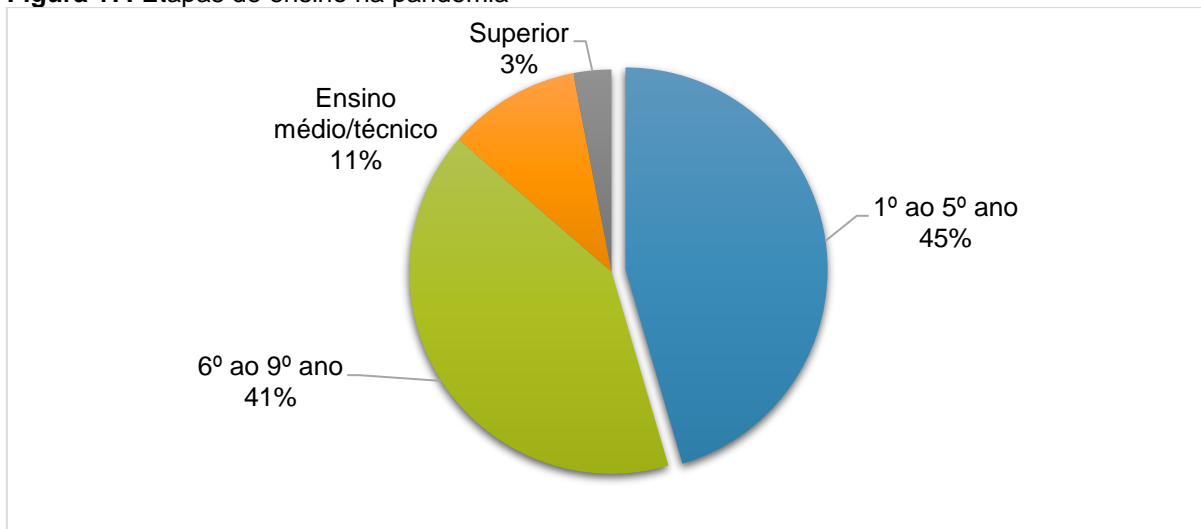
Figura 16: Carga horária de trabalho



Fonte: Do autor (2023)

Buscou se saber em quais etapas de ensino os docentes exercem suas atividades nas escolas, a figura 17, mostra que 45% dos docentes trabalham com período que vai do 1º ao 5º ano, já 41% trabalham em período do 6º ao 9º ano, e apenas 14% trabalham com ensino médio e superior.

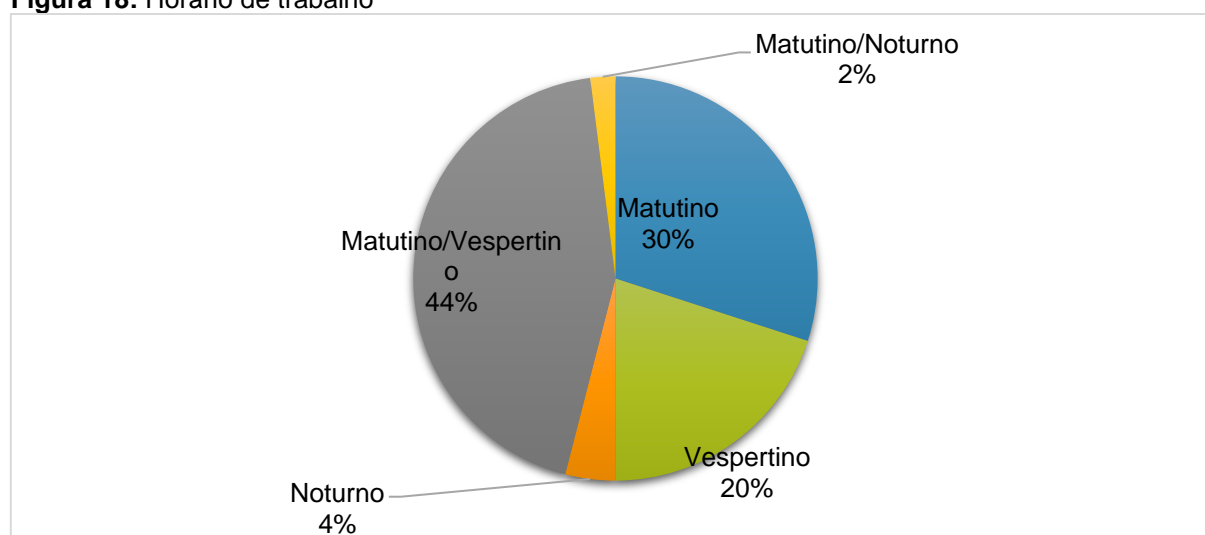
Figura 17: Etapas de ensino na pandemia



Fonte: Do autor (2023)

Sobre os turnos de trabalho, matutino, vespertino e noturno. 30% dos docentes trabalham apenas nos turnos matutino, 20% trabalham com os turnos vespertinos, 4% noturno e 44% trabalham diuturnamente e 2% matutino e noturno. Observa-se que quase metade dos docentes trabalham em 2 Horários, podendo resultar em estresse, uma vez que o volume de trabalho proveniente de mais de um local ao qual o docente está vinculado amplia as horas destinadas somando-se a isso o tempo de preparação para as atividades docentes. (Figura 18).

Figura 18: Horário de trabalho



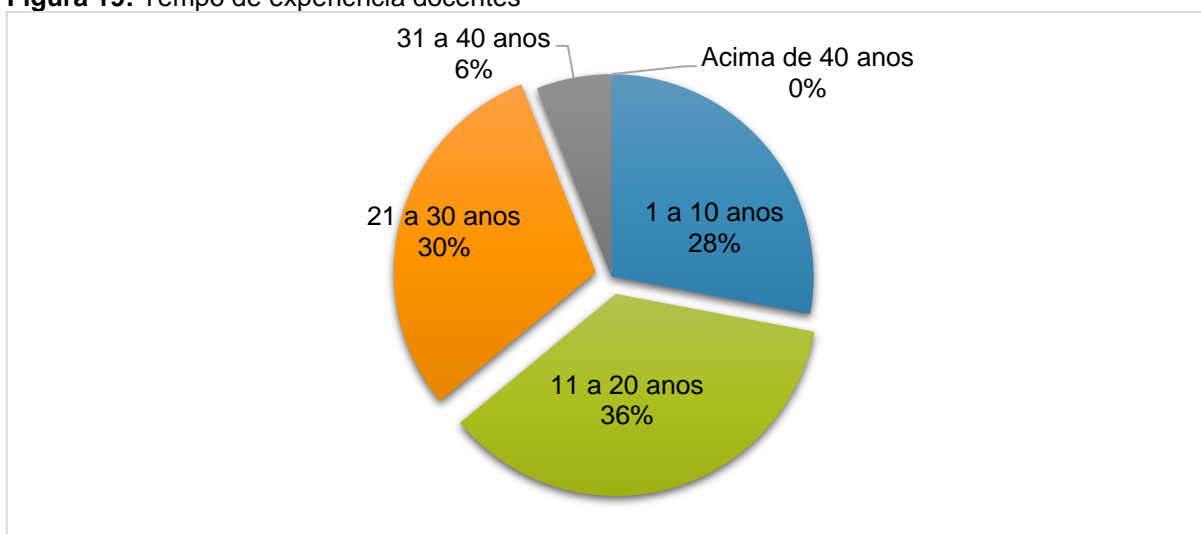
Fonte: Do autor (2023)

Adicionalmente, buscou-se saber o período de experiência docente, uma vez que quanto maior a experiência no ramo mais facilidade se tem para lidar com diversos conflitos. Dos docentes pesquisados, 36% possuem tempo de experiência de 11 a 20 anos, 30% possuem tempo de 21 a 30 anos, 28% para 1 a 10 anos e apenas 6% para o tempo de 31 a 40 anos de prestação de serviços, (Figura 19). Se adicionarmos as duas categorias **mais representativas teremos um percentual de 66% no intervalo** de 11 a 30 anos, o que se presume maior possibilidade de impactos emocionais para esse público, devido aos desgastes acumulados ao longo do tempo de serviços prestados.

Para os docentes com o tempo de experiência entre 11 e 30 anos, 87,5% se sentiram impactados com a pandemia e 21,9% adquiriram alguma doença com o excesso de trabalho na pandemia. Para os docentes com tempo de experiência de 1 a 10 anos, 76,9% se sentiram impactados no período pandêmico, 7,7% adquiriram alguma doença

resultante do trabalho nesse período, já para os docentes com experiência de trabalho de acima de 30 anos, 100% se sentiram impactados, 40% adquiriram alguma doença no período pandêmico. Percebe-se que quanto maior o tempo de experiência no trabalho, maior foi o nível o nível de impacto e doenças advindas do próprio trabalho, diante disso podemos concluir que o excesso de trabalho impactou a saúde psicoemocional dos docentes no período pandêmico.

Figura 19: Tempo de experiência docentes



Fonte: Do autor (2023)

Nessa direção, buscou-se abordar se o docente gosta da sua profissão, ao que foi apresentado um percentual de 100% com respostas positivas para essa questão. As respostas mais pertinentes foram:

Informante 1 - Contribuir na jornada educacional de um ser tem uma grande importância, me sinto privilegiada; **Informante 2** - A docência é requisito fundamental na formação integral do ser humano como pessoa e como profissional; **Informante 3** - Gosto de ser educadora, é algo que me sinto realizada profissionalmente, não pelo financeiro, mas pelo amor a profissão; **Informante 4** - Gosto do que faço, trabalho com amor; um sonho realizado com sucesso; **Informante 5** - Porque é a profissão que forma todas as outras pois apesar dos reverses da docência ainda acredito que é através da educação que se consegue transformar as pessoas e estas transformar o mundo; **Informante 6** - É maravilhoso e satisfatório o processo ensino aprendizagem, principalmente os avanços diários dos educadores; **Informante 7** - A área da educação me fascina, trabalhar com crianças especialmente na alfabetização dela é o que me realiza profissionalmente; **Informante 8** - Apesar de todas as dificuldades encontradas na carreira sinto-me muito bem exercer a profissão sou feliz; **Informante 9** - Hoje trabalho na área em que mais me identifico com aspectos mais dinâmicos e esportivo; **Informante 10** - Amo cuidar e fazer parte da educação de nossas crianças; **Informante 11** - Gosto muito da minha profissão acho que é mais importante

*da sociedade é fundamental para o desenvolvimento de crianças jovens adultos sempre quis ser professora; **Informante 12** - Me sinto realizada no que faço; **Informante 13** - Pelo convívio com pessoas, trocas de ideias, ensino e aprendo e contribuo para a evolução da aprendizagem do estudante; **Informante 14** - Por que amo repassar conhecimento e acredito que uma das profissões mais bonitas é ser professor; **Informante 15** - A docência é uma das profissões mais importantes pois o professor é agente formador de cidadãos aptos a atuar na sociedade munidos de conhecimentos e habilidades fundamentais; **Informante 16** - Gosto dessa profissão porque contribui com o desenvolvimento intelectual dos alunos; **Informante 17** - É uma realização pessoal sempre almejei essa profissão; **Informante 18** - Eu gosto da minha profissão pela capacidade de fazer a diferença*

Através disso, buscou-se saber o nível de relacionamento com colegas de trabalho. Dos entrevistados, 96% disseram ter bom ou ótimo relacionamento, já para 4%, o nível de relacionamento é normal, ou seja, relacionamentos condicionados mais pelo profissionalismo do que outras formas que extrapolem esse nível. Alguns docentes relataram como é o dia a dia com os colegas de trabalho nas escolas, os principais relatos são:

informante 1: “nos respeitamos e colaboramos uns com os outros”; **informante 2:** “temos um relacionamento harmonioso”; **informante 3:** “é bem proveitoso, resolvemos questões com um bom diálogo e companheirismo”; **informante 4:** “respeitoso, colaborativo e agradável, há sempre parcerias, compreensão e comunicação nas práticas escolares”; **informante 5:** “somos uma equipe, traçamos metas juntos para um melhor ensino e aprendizado de todos”; **informante 6:** “temos cumplicidade e cooperamos uns com os outros”; **informante 7:** “temos um relacionamento saudável onde há respeito e empatia e responsabilidade.”

Presume-se então que 100% dos docentes em média possuem um relacionamento bom no ambiente de trabalho e que relações boas no ambiente de trabalho contribuem para o bem-estar do trabalhador e por sua vez ajudam-no na superação dos medos, ansiedade e estresses causados pela pandemia do covid 19.

Conforme (DANTAS; ENRIQUES, 2020, P. 4,6).

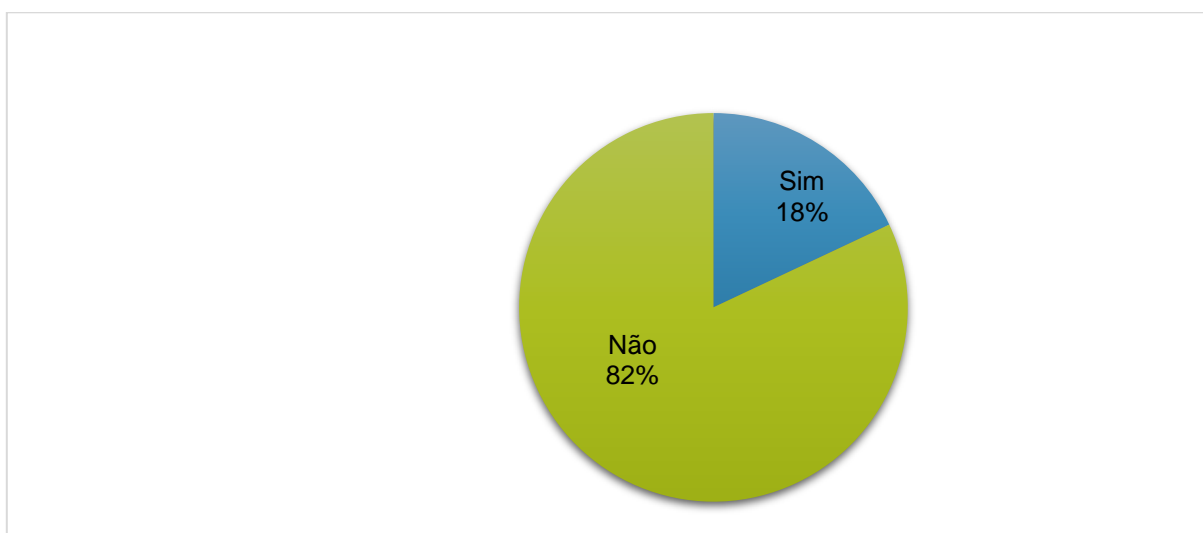
As relações interpessoais e a valorização das pessoas têm ganhado força cada vez mais dentro das empresas, fazendo com que sejam necessárias adaptações para o bem-estar de todos. Dentro do ambiente profissional, o bom relacionamento é de extrema relevância, pois colabora para uma harmonia dentro do trabalho. Sendo assim, os relacionamentos podem gerar bons resultados de produção e qualidade das atividades desenvolvidas

Através disso, a qualidade de vida no trabalho está ligada ao bem-estar das pessoas em situação de trabalho, visando elevar o nível de satisfação e também o de

produtividade, o que significa maior eficácia e, ao mesmo tempo, atender às necessidades básicas dos trabalhadores.

Buscou-se descobrir através dessa pesquisa, se os professores adquiriram alguma doença relacionadas com o seu trabalho no período da pandemia (FIGURA 20), para 83% dos professores eles não foram acometidos de nenhuma doença relacionada com o seu trabalho, para 17% deles foram acometidos com doenças que tiveram alguma relação com o seu trabalho.

Figura 20: Doenças adquiridas pelo docente resultantes do trabalho na pandemia



Fonte: Do autor (2023)

Vale ressaltar que o aumento no volume de atividades relacionadas ao trabalho, principalmente às atividades remotas, repercute na saúde do docente, principalmente com o advento da pandemia. Diante disso, MOROSINI, 2020, p. 27) aborda que:

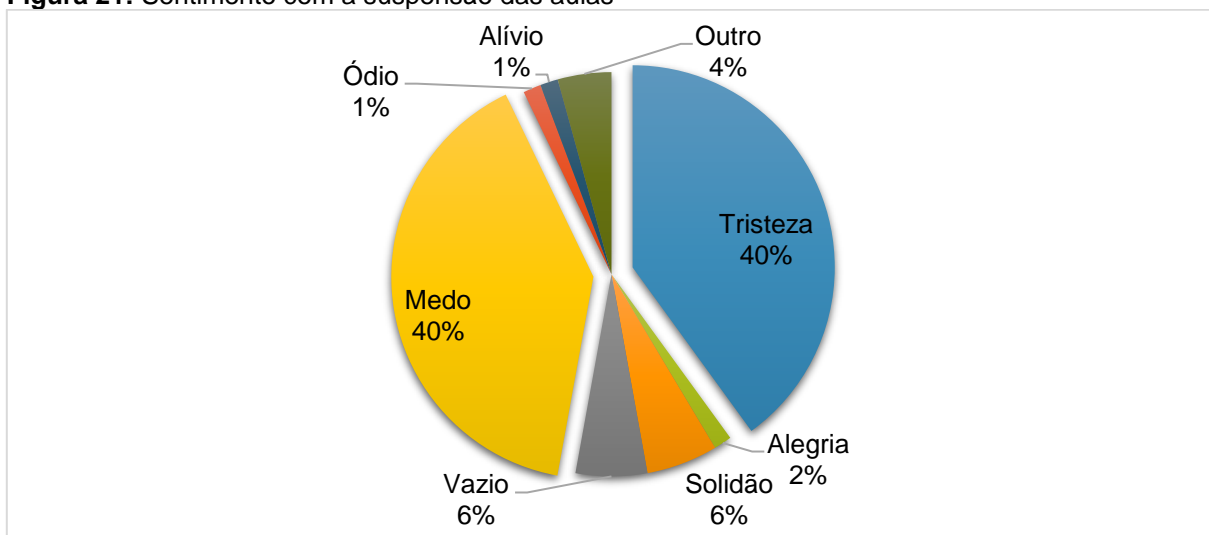
A suspensão de aulas presenciais aumentou a demanda de trabalho dos/as professores/as, exigindo adaptação no método de ensino e readequação da vida doméstica. Para alguns, a mudança foi pior e gerou desgaste devido à falta de familiaridade com as novas tecnologias.

Diante disso (SOUZA et al., 2021). Relata que a pandemia da COVID-19 provocou uma transformação na atividade dos docentes nos diversos níveis de ensino, que resultou dentre muitos aspectos, o excesso de trabalho e a implantação das tecnologias digitais para o ensino.

7.5 Relação do trabalho em tempos de pandemia da Covid-19

A pesquisa buscou avaliar como foi o comportamento dos professores e qual o sentimento deles quando as aulas foram suspensas no período pandêmico, a figura 21 apresenta o sentimento de medo com 40% dos casos igualado pelo sentimento de tristeza também com 40%, em sequência vem o vazio e a solidão com 6% dos casos cada, 2% alegria, ódio e alívio ambos com 1%, outros sentimentos com 4%. Percebe-se que o medo e a tristeza juntos somam 80% dos casos, foram os que mais impactaram no aspecto emocional dos docentes no período da pandemia. O sentimento de alívio e alegria relatado, pode estar relacionado a intensidade de trabalhos e ao medo que possuíam em frequentar a escola num período tão crítico, com a suspensão das aulas proporcionou esse alívio, e por fim alegria.

Figura 21: Sentimento com a suspensão das aulas



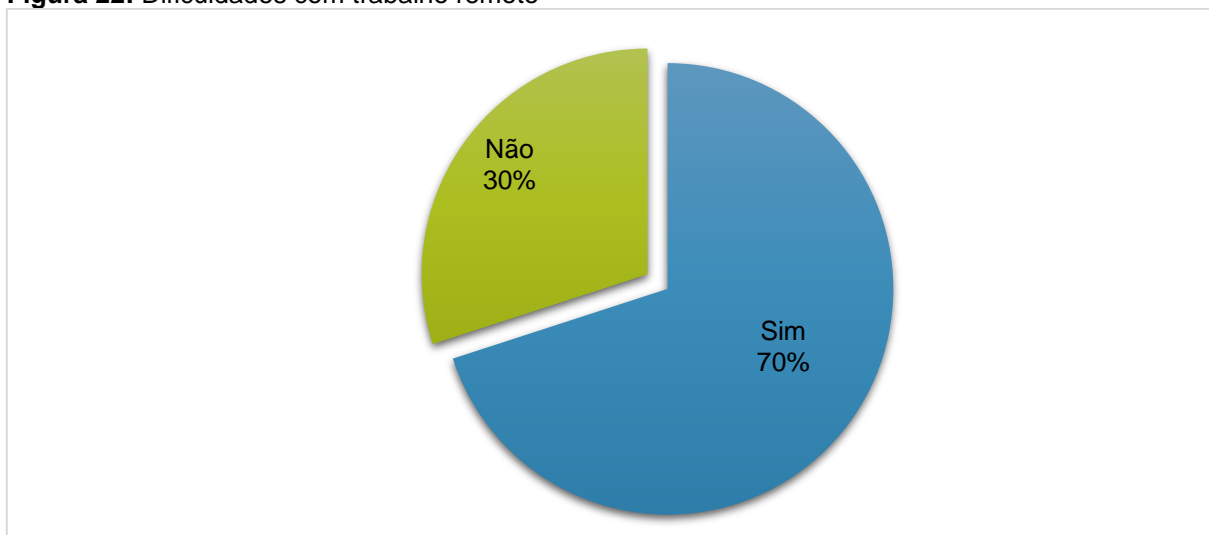
Fonte: Do autor (2023)

De acordo com a figura 24, pode-se afirmar que 93% dos docentes foram abalados emocionalmente com sentimentos tais como: tristeza, solidão, vazio, medo, ódio.

Ainda nessa pesquisa, buscou-se descobrir a dificuldade no trabalho remoto, devido nesse período ser utilizados ferramentas tecnológicas de ensino a distância em houve a possibilidade de apanhar muitos docentes sem preparo para o uso dessas tecnologias e que isso poderia gerar estresse, fadiga e alguma forma de impacto emocional na vida dos docentes.

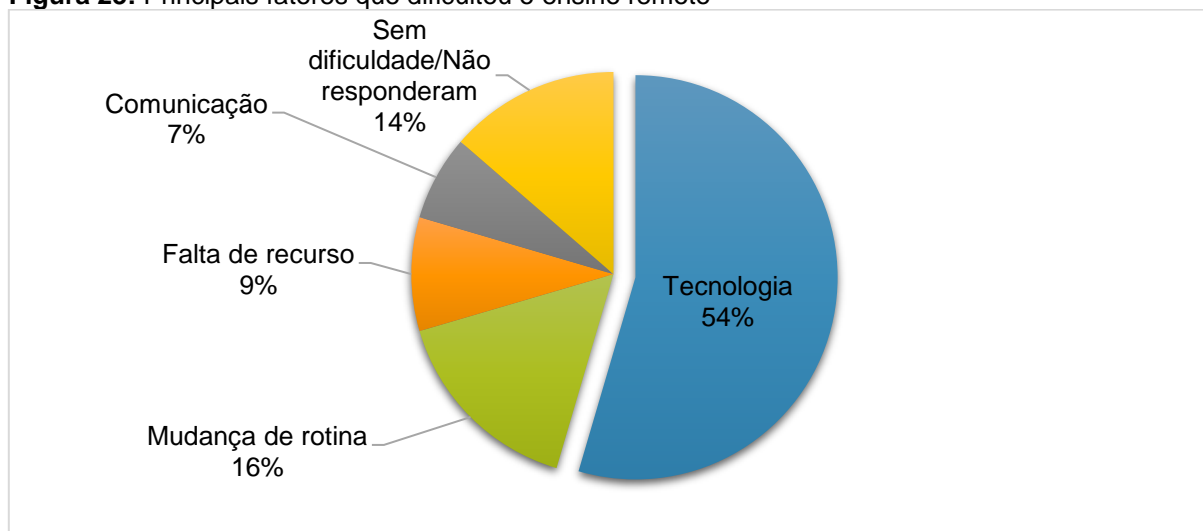
A figura 22 apresenta que 70% dos docentes tiveram dificuldades com o trabalho remoto e 30% relataram não possuir essa dificuldade. Com base nos dados levantados por este estudo, os docentes com mais experiência apresentam maior dificuldade com o trabalho remoto. Essas dificuldades relatadas, não estar relacionada apenas com a tecnologia, mas com a rotina, espaço de trabalho e comodidade para o ensino a distância.

Figura 22: Dificuldades com trabalho remoto



Fonte: Do autor (2023)

A figura 23 abaixo mostra os tipos de dificuldades apresentadas pelos professores, 54% dos casos estão relacionados com tecnologia, significa que o despreparo tecnológico gerou impacto na vida dos professores, em sequência vem a mudança de rotina com 16%, a falta de recursos com 9%, a comunicação com 7%, os que não tiveram dificuldades e não responderam juntos somam apenas 14% dos casos. Isso significa que 86% dos profissionais da educação tiveram alguma dificuldade com o ensino remoto e isso possibilita impactos sérios a saúde mental dos professores.

Figura 23: Principais fatores que dificultou o ensino remoto

Fonte: Do autor (2023)

Com base nos dados supra, buscou-se analisar o grau de dificuldade conforme o tempo de experiência dos docentes. Para os docentes com experiência de 11 a 30 anos, 78,1% tiveram dificuldades com o trabalho remoto, para com experiência acima dos 30 anos, 60% tiveram dificuldades, enquanto para os de experiência 1 a 10 anos, 53,8% tiveram dificuldades com o trabalho remoto. Com a finalidade de analisar melhor esses dados, buscamos saber como os docentes se auto avaliaram utilizando novas tecnologias na pandemia nos seguintes critérios: *ruim*, *regular*, *bom*, *ótimo* e *excelente*.

Para os docentes com experiência de 1 a 10 anos, 92,3% se auto avaliaram como bom no uso das novas tecnologias e 7,7% regular. Para os docentes com experiências de 11 a 30 anos 56,3% se auto avaliaram *bom*, 34,4% *como regular*, 6,3% *ótimo* e 3,1% *ruim*. Para os docentes com experiência acima de 30 anos, 60% se auto avaliaram como regular, 40% como bom.

Unindo os níveis dos critérios na tabela abaixo sendo *ruim* e *regular* como notas mais baixas e bom e ótimo com as notas mais altas, percebe-se que há uma diferença significativa de acordo com o tempo de experiência (TABELA 9). Nota-se que quanto maior o tempo de experiência, menor é a habilidade com as novas tecnologias segundo os docentes, essa diferença de habilidade com tecnologia pode ter relação com o período em que nasceu em que a era tecnológica não era tão presente ou dificuldade devido a intensidade dos trabalhos na pandemia.

Segundo (PERES & OLIVEN, 2023) no início da pandemia muitos docentes tiveram dificuldades devido à falta de comunicação com gestão escolar sobre qual ferramenta utilizar no trabalho remoto, pela falta de habilidade com as ferramentas e não haver direcionamento para tal, o medo, nervosismo se apoderaram de docentes baixando a autoestima em que muitos não eram capazes se quer de realizar uma apresentação online.

Ainda ressaltam as dificuldades em aspectos geracionais entre alunos e professores, em professores com mais idade (50 anos) demonstram mais dificuldades no manuseio da tecnologia no ensino remo, enquanto os alunos nativos digitais apesar de apresentar uma habilidade maior com novas tecnologias, apresentaram dificuldades quanto uso aplicado dessa ferramenta para assistir as aulas remotas. Percebe-se que os autores acima corroboram com esta pesquisa em que os docentes com mais idade apresentam maiores dificuldades no ensino remoto relacionado a tecnologia. Além disso ANDRADE (2020) apresenta ainda os principais desafios do docente na pandemia como: a ausência da família no ambiente escolar; indisciplina, bullying e as distrações nas aulas; dificuldade de leitura; estimular competências e habilidades atuais; pouco tempo para planejar e organizar atividades; alunos mais tímidos e incluir a tecnologia como ferramenta de ensino.

TABELA 9: Critérios auto avaliativos por tempo de experiência

Tempo de experiência	Critérios auto avaliativos		
	Ruim + regular	Bom + ótimo	Total
01 a 10 anos	07,7%	92,3%	100%
11 a 30 anos	37,5%	62,5%	100%
Acima de 30 anos	60,0%	40,0%	100%

Fonte: Do autor (2023)

Relacionando essas dificuldades com idade dos docentes, para a faixa etária de 20 a 30 anos 66,7% apresentaram ter dificuldades, para idades entre 31 e 40 anos, 55,6% tiveram dificuldades, para idade de 41 e 50 anos 79,2% e a cima de 50 anos 100% tiveram dificuldades. Percebe-se que o nível de dificuldade não foi 100% progressivo conforme o avanço da idade, houve uma queda do nível de dificuldades para a faixa etária de 31 a 40 anos (tabela 10), com isso buscamos saber o porquê desse resultado.

Tabela 10: Critérios auto avaliativos por faixa etária

Faixa etária	Critérios auto avaliativos		
	Com dificuldades	Sem dificuldades	Total
20 a 30 anos	66,7%	33,3%	100%
31 a 40 anos	55,6%	44,4%	100%
41 a 50 anos	79,2%	20,8%	100%
Acima de 50 anos	100,0%	00,0%	100%

Fonte: Do autor (2023)

Percebe-se que a faixa etária de 31 a 40 anos só não é progressivo relaciona a faixa etária de 20 a 30 anos, por isso buscou-se analisar outros aspectos que possivelmente influenciaram nesse resultado. Portanto analisamos os docentes que tiveram pessoas falecidas durante a pandemia, pois a morte de um amigo ou familiar pode causar problemas psicoemocionais irreparáveis nas pessoas, diante disso, verificou-se a necessidade de avaliar se no período pandêmico houve morte na família resultante da covid-19, isso com certeza contribuiria e muito para os problemas emocionais somados aos do processo de trabalho se tornaria ainda impactante negativamente. A figura 24 mostras que 30% dos docentes obtiveram um parente ou um amigo muito próximo que faleceu no período da pandemia, 70% não sofreram com essa perda.

Para os docentes que tiveram pessoas próximas falecidas pela pandemia, 66,7% se sentiram muito impactados, 20% razoavelmente impactados, 13,3% foram pouco impactados. Para os docentes que não tiveram parentes ou amigos próximos falecidos na pandemia, 34,3% se sentiram razoavelmente impactados, 28,6% pouco impactado, 20% não impactado e apenas 17,1% se sentiram muito impactados.

Diante percebe-se que as pessoas que tiveram seus parentes e amigos próximos falecidos na pandemia, apresentaram um nível de impacto maior comparado aos demais que não apresentara. O impacto apresentado para quem obteve falecidos na covid-19 foi 100% enquanto para quem não obteve foi de 80%. Isso demonstra que os docentes que tiveram seus parentes falecidos foram mais vulneráveis aos impactos na pandemia.

Figura 24: Docentes obtiveram pessoas da sua convivência morta pelo covid-19

Fonte: Do autor (2023)

. diante disso analisou se as duas faixa etária para averiguar o que ocasionou esse decréscimo, conforme a tabela abaixo com os dados relacionados neste estudo, descobriu-se que a faixa etária de 31 a 40, sofreu menos fadiga no trabalho, obteve menos pessoas falecidas pela covid-19 comparado a de 20 a 20 anos (TABELA 11) e se igualou apenas no nível de sequelas resultantes da pandemia, diante disso podemos citar que fator motivador para que a faixa etária de 31 a 40 anos apresentar menos dificuldade na pandemia foi por apresentar menos fadiga no trabalho e menos impacto com parentes falecidos na pandemia do covid-19, concluímos aqui como já citado anteriormente que as dificuldades não estão relacionadas apenas com a tecnologia, mas com outros aspectos relacionado ao seu trabalho na pandemia.

Tabela 11: Comparativos de impactos por faixa etária

Faixa etária	Sequelas da covi-19	Fadiga do trabalho	Falecidos na covid-19
20 a 30 anos	16,7%	83,3%	33,3%
31 a 40 anos	16,7%	38,9%	22,2%

Fonte: Do autor (2023)

Analisando as tabelas 3: comparativos de docentes com filhos e sem filhos, e a tabela 4: Comparativo dos impactos financeiro dos docentes, com excessão do critério apresentado na tabela 6: Comparativo de situação financeira dos docentes com e sem renda extra, percebe-se que que na tabela 3 quanto maior o tempo de experiência,

menor é a habilidade com novas tecnologia, já na tabela 4 quanto maior a idade, maior foi o nível de dificuldade com o trabalho remoto. Diante disso conclui-se que pessoas com mais idade e mais tempo de experiência tem tiveram mais dificuldade com trabalho remoto que podem ter relação com o período em que nasceram onde a tecnologia ainda não era tão presente, por isso apresentam mais dificuldades comparadas as pessoas mais novas.

De acordo com a figura 23 a pandemia dificultou a vida dos docentes gerando neles diante da surpresa e do despreparo de muitos, algum impacto emocional. Diante disso, buscamos saber se os professores tiveram as atividades intensificadas no período da pandemia, 86% responderam que sim, suas atividades foram dobradas nesse período, 14% relataram que suas atividades não foram intensificadas na pandemia. Os 14% representam aqueles que não tiveram fatores que dificultasse o ensino remoto na pandemia conforme a figura 22.

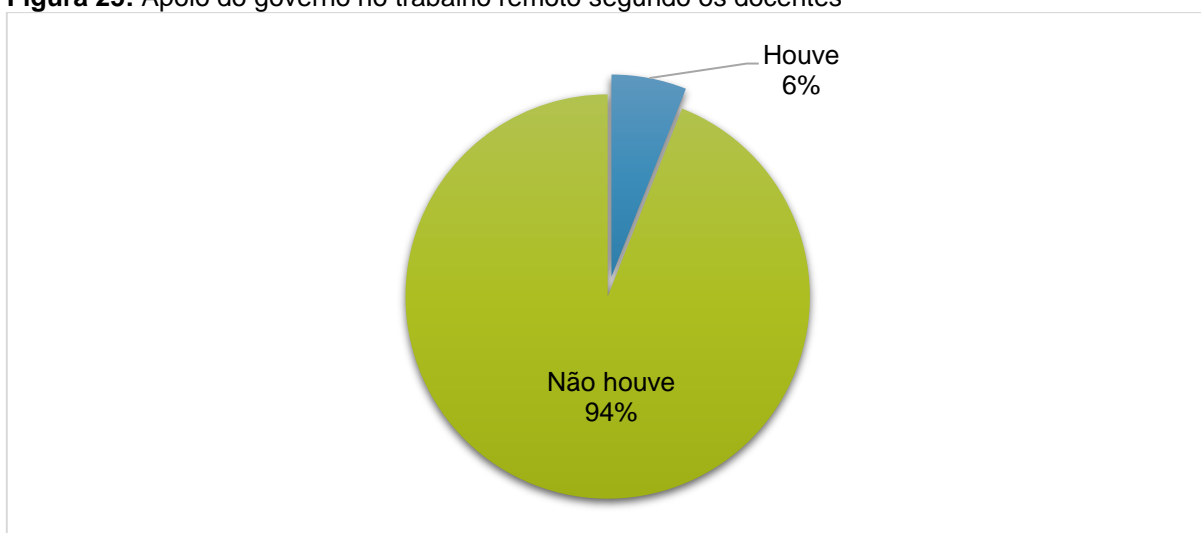
Abaixo segue as principais repostas referente as dificuldades enfrentadas na pandemia pelos docentes:

Informante 1 - Foi algo novo e que eu ainda não dominava; **Informante 2** – muitos vídeos e aulas; **Informante 3** - Muitas demandas além da sala de aula; **Informante 4** - Precisei reorganizar minhas metodologias; **Informante 5** - Porque tive que dar aula no formato remoto, pelo celular, computador, elaborar atividades impressas demandava muito o tempo, sem falar também do emocional; **Informante 6** - Porque tínhamos que realizar atividades para alunos de forma assim cromática elaborar atividades para alunos que não possuíam celular notebook; **Informante 7** - O que houve uma mudança radical na estrutura do nosso trabalho; **Informante 8** - Foi necessária uma readaptação para as aulas remotas. Também tivemos; **Informante 9** - As atividades eram dobradas era necessário planejar coisas diferentes que atendessem a demanda daquele momento; **Informante 10** - Trabalhei de forma intensificada ou Dobrada os recursos audiovisuais as sequências nos planejamentos exigiram mais cuidados e os requisitos foram mais cuidadosos; **Informante 11** - Praticamente de noite para o dia ficou restrito ao lar profissionais e empresas que tinham condição para a modalidade fizeram suas mudanças devido ao excesso de trabalho com os afazeres da escola e ao mesmo tempo domiciliares que me deixou com dores na coluna; **Informante 12** - Tive muito mais trabalho na correção de das atividades no celular e no computador tirando dúvidas dos alunos através do áudio vídeos e mensagem; **Informante 13** - Passei muitas horas pesquisando e planejando e preparando atividades para atender alunos; **Informante 14** - Dobrou em os sentidos acumulou o serviço online não online muitas tarefas no celular para corrigir e dar o retorno imediato; **Informante 15** - Durante a pandemia o trabalho ficou mais completo e muitos atividades para serem corrigidas excesso de aulas em diferentes formatos para serem planejadas; **Informante 16** - Como eu tive dificuldade então trabalhei muito mais; **Informante 17** - Falta de apoio pedagógico; **Informante 18** - o número de atividades eram exorbitantes, também pela dificuldade de compreender a gráfica dos alunos; **Informante 19** - Pela

ampliação da jornada de trabalho e necessidade de auxiliar alunos pelas redes sociais uso excessivo de telas; **Informante 20** - Na pandemia recebemos atividades a todo momento, algumas reuniões demoravam demais; **Informante 22** - Devido a defasagem na aprendizagem de alguns alunos foi intensificado o trabalho; **Informante 23** - Muitas demandas extras; **Informante 24** – Triplicou, trabalhamos 3 vezes mais; **Informante 25** –fiquei muito tempo em pé, minha costa doía e meus pés incharam; **Informante 26** - Com certeza. Trabalho mais de 40 horas gravando editando vídeos planejando aulas; **Informante 27** – passei muito no computador, ficava com vista cansada, lacrimejando.

Diante disso buscou-se saber dos docentes se houve apoio do governo quanto a orientações e treinamentos para os docentes, e quanto ao fornecimento de recurso didático para a demanda de todo o trabalho na pandemia. Para 94% dos docentes (figura 27) não houve apoio do governo no ensino remoto, segundo eles tiveram que improvisar suas próprias ferramentas nesse trabalho, por isso o trabalho no período da pandemia foi ainda mais intenso por essa falta de apoio do governo, e isso causou ainda mais impacto na vida emocional dos professores, apenas 6% se sentiram apoiados pelo governo.

Figura 25: Apoio do governo no trabalho remoto segundo os docentes



Fonte: Do autor (2023)

Em continuidade com a pesquisa, buscou-se saber na ótica dos docentes se o isolamento social afetou o relacionamento com trabalho de modo geral. Segundo a figura 26, os relacionamentos de 78% dos docentes com o trabalho foram afetados através do isolamento social, 14% não se sentem afetados, não sabem e não responderam 8%. Percebe-se que a maioria dos professores sofreram com o isolamento social no seu trabalho, isso estar relacionado diretamente com a pandemia que

proporcionou esse isolamento, o distanciamento provocou uma certa dificuldade no processo de trabalho.

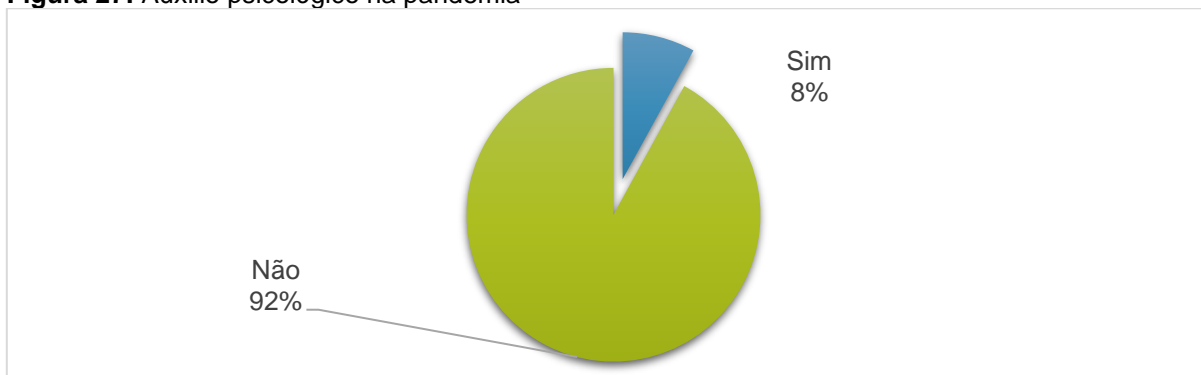
Figura 26: Se o isolamento afetou o relacionamento no trabalho



Fonte: Do autor (2023)

Foi necessário averiguar diante de toda problemática que a pandemia gerou no trabalho e os impactos causados a saúde mental da maioria, buscamos saber se algum dos docentes foram em busca de apoio psicológico durante a pandemia, a figura 27 apresenta que 92% dos docentes não precisaram ir ao psicólogo no período da pandemia, mas para 8% isso foi necessário. Isso significa que mesmo que para maioria das pessoas a pandemia não tenha causado impacto significativo, uma minoria chegou ao extremo, e se a pandemia e o isolamento social perdurassem por mais tempo esse número poderia ser maior.

Figura 27: Auxilio psicológico na pandemia



Fonte: Do autor (2023)

Com base nisso, buscou-se saber se a pandemia juntamente com isolamento social trouxe a algumas mudanças resultantes dos impactos a saúde mental dos professores, a figura 28 apresenta 82% dos professores não tiveram nenhuma sequela resultante da pandemia ou processo de trabalho nesse período, para 16% houve sequela como: queda de cabelo, alergias na pele, baixa imunidade, dores na coluna, aumento do grau da visão, temor as aulas remotas, perda de memória, esquecimento e muito estresse.

Figura 28: Docente que obteve sequela da pandemia



Fonte: Do autor (2023)

Buscou-se saber se no período pandêmico, os docentes foram infectados pela covid-19, pois a infecção agravaria ainda mais os problemas enfrentados no período. Descobriu-se que 42% dos docentes foram contagiados pela covid-19, quase a metade, enquanto em 58% não houve contágio.

Para os docentes que foram contagiados, os critérios razoavelmente impactados e pouco impactados, ambos apresentam 26,3%, para os sentiram muito impactados 31,6%, não impactados 15,8%. Para os docentes não impactados os critérios muito impactado e razoavelmente impactados, ambos apresentam 32,3%, para 22,6% relataram ser pouco impactados, 12,9% não se sentiram impactados.

Diante disso percebe-se uma controvérsia, os docentes não infectados pela covid-19 foram mais impactados apresentando um total de 87,1% de impacto, enquanto para os docentes infectados o impacto resultou em 84,2%. De forma comum entende-se que

os acometidos pela covid-19 seriam mais vulneráveis aos impactados da pandemia quanto aos não acometidos, portando buscou-se analisar a razão pela se deu esse resultado.

Verificou-se que os docentes não infectados se sentiram mais estressados devido a intensidade dos trabalhos comparados aos infectados durante a pandemia. Os docentes não infectados apresentam um nível médio de estresse de 2,03 enquanto os infectados apresentam apenas 0,93%, com isso podemos afirmar que de forma comum os infectados tendem a se sentir mais impactados que os não infectados desde que não outros fatores que influencia na mudança desse resultado.

Algumas reações emocionais foram detectadas na pesquisa, quando o docente foi diagnosticado com COVID 19. Abaixo, segue algumas das principais citações:

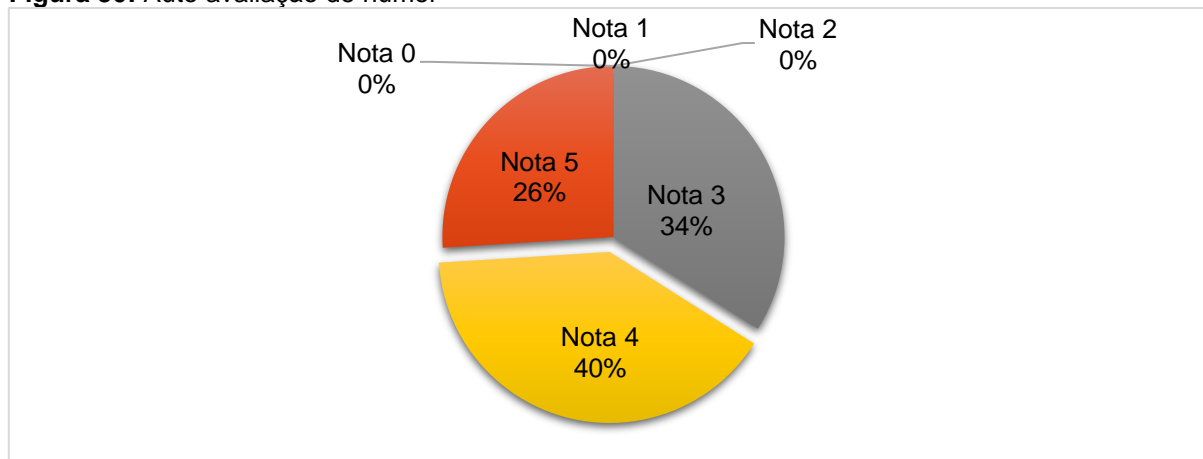
Informante 1: Sentir Medo; **Informante 2:** Mantive a calma; **Informante 3:** fiquei tranquila; **Informante 4:** Surpresa, pois não sentia nada. **Informante 5:** Fiz o teste para iniciar um trabalho e foi detectado que eu havia testado positivo e já estava curada; **Informante 6:** Preocupada; Tristeza mas fiquei muito bem cuidada pelos meus filhos marido netos; **Informante 7:** Meus pais e meus filhos foram infectados tive contato direto cuidei de todos eles porém não testei positivo em nenhum dos testes realizados; **Informante 8:** Muito medo, pois muitas pessoas estavam morrendo por conta do vírus foi um período difícil para mim e meus familiares; **Informante 9:** Inicialmente amedrontei me no entanto segui firme atento aos cuidados; **Informante 10:** Na minha família alguns foram infectados, fiz vários testes e deu Negativo; **Informante 11:** não acreditava que estava doente; **Informante 12:** Sentir insegurança e medo sim fiquei apavorada; **Informante 13:** Primeiro momento foi o susto mas foi só um susto; **Informante 14:** Não fiz testes, mas sei que fui acometida de doença seguiu o protocolo e foquei na fé em Deus; **Informante 15:** surpresa pois não senti nenhum sintoma; **Informante 16:** Reagir tranquilamente; **Informante 17:** Apavorada desesperada e desestimulada; **Informante 17:** Passou 1000.... as pessoas falecendo, pessoas próximas conhecidos, me mantive firme nas orações tentando me controlar.

Com base nos dados anteriores verificou-se quantos docentes foram vacinados contra a covi-19, a figura 29 abaixo mostra que 96% dos docentes tomaram a vacina e apenas 4% não se imunizaram com vacina contra a covid-19. Isso mostra uma preocupação de grande parte dos docentes com a covid-19, apesar de muitos não terem sido acometidos com o contágio do vírus, demonstraram seriedade com o risco de vida que estavam sujeitos a enfrentar, pois intrinsicamente há o temor pela morte.

Figura 29: docentes que tomaram vacinas contra a covid-19

Fonte: Do autor (2023)

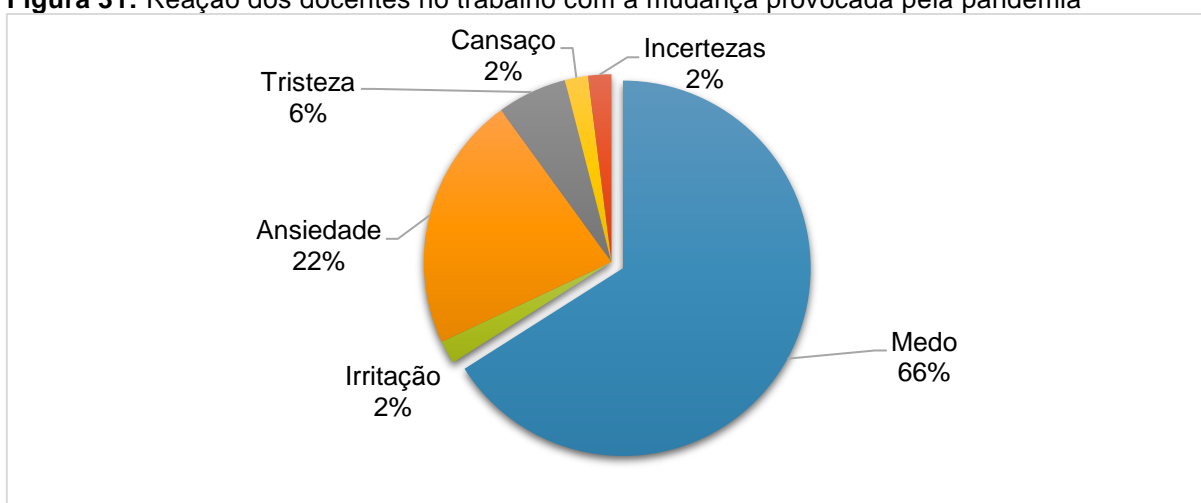
Buscou-se avaliar também qual era o senso de humor dos docentes antes da pandemia, classificados em uma nota de 0 a 5, sendo que 0 significa menos humorado e 5 muito humorado. A *figura 30*, mostra que 40% dos docentes deram a nota 4 para o seu humor, 34% deram a nota 3, 26% deram a nota 5. Observa-se que conforme a *figura 35* a maior parte dos docentes eram bem-humorados antes da pandemia, pois 100% dos docentes apresenta uma nota acima da metade (2,5) da nota máxima (5) sendo a partir da nota 3. O cálculo da média de todas as notas de humor apresentadas pelos docentes antes da pandemia é de 24,14, através dessa media o estado de humor dos docentes pode ser classificado como bem-humorado.

Figura 30: Auto avaliação de humor

Fonte: Do autor (2023)

Buscamos saber qual foi a reação dos docentes no trabalho com as mudanças provocadas pela pandemia (*figura 31*), mais uma vez o medo é o destaque, com 66% dos casos, os docentes obtiveram uma reação de medo, seguido por uma reação de ansiedade com 22%, em por menores vem a tristeza com 6%, incertezas, irritação e cansaço com 2% cada. Diante destes relatos podemos concluir que a vida dos professores no período pandêmico enfrentou grandes dificuldades, sendo aspectos de medo e ansiedade gerando abalos emocionais em grande parte dos docentes.

Figura 31: Reação dos docentes no trabalho com a mudança provocada pela pandemia



Fonte: Do autor (2023)

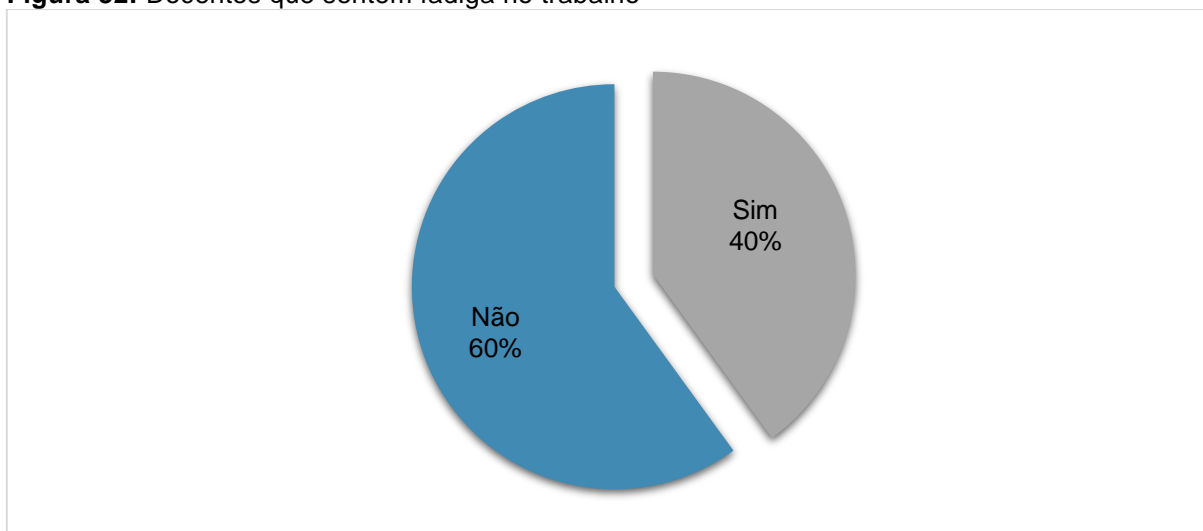
Abaixo estão alguns relatos dos professores em relação a essas reações apresentadas no gráfico anterior.

Informante 1 - “Preocupada com as mortes e infecções;” **Informante 2** - “Período de medo, ansiedade;” **Informante 1** - “Medo de pegar a doença;” **Informante 3** - “Diante dos acontecimentos de ser infectada;” **Informante 1** - “De ser contagiada;” **Informante 4** - “Medo de não voltar ao normal;” **Informante 5** - “medo de perder alguém;” **Informante 6** - “Medo pelas informações da doença na mídias;” **Informante 7** - “Cansaço pela demanda do trabalho praticamente duplicado;” **Informante 8** - Tristeza por não ter a certeza de quem poderia estar conosco nos próximos anos; **Informante 9** - Incertezas; **Informante 10** - Que as aulas presenciais voltassem logo; **Informante 11** - insegurança; **Informante 12** - Desafiadora buscando outro método para trabalhar; **Informante 13** - As mudanças foram necessárias para diminuir a disseminação do vírus na população e assim não haveria perda de contato físico entre os professores alunos e funcionários da escola; **Informante 14** - Tristeza orando muito a Deus para o surgimento das vacinas e para a vida no retornar às suas atividades normais devemos ser gratos a Deus por termos sobrevivido em meio às que esta pandemia a lição é cuidar da saúde física mental espiritual católica; **Informante 15** - Nervosa; **Informante 16** - Insegurança; **Informante 17** - Preocupada com a minha

família; Informante 18 - Tristeza; Informante 19 - Tentei ter cuidado com os amigos; Informante 20 - Apreensão.

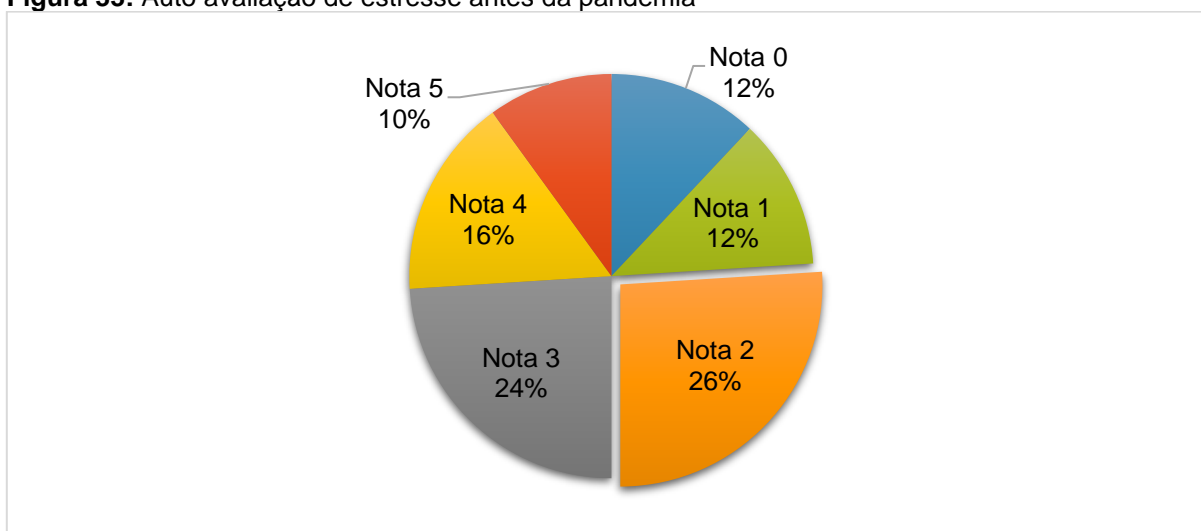
Pressupondo que a intensidade tarefas nos trabalhos podem gerar fadigas, essa é uma realidade vivida pelos docentes já comprovadas neste trabalho que houve aumento nas atividades com as aulas remotas. Buscou-se saber dos docentes se sentem fadiga no trabalho com o objetivo de saber quem estar de fato sendo mais prejudicado com o excesso de trabalho nas escolas. A figura 32, mostra que 60% dos docentes não se sentem fatigados no trabalho, mas 40% são fatigados pelo excesso de trabalho. Apesar da maior parte dos docentes não sentirem fadiga, não significa que não houve fadiga no período pandêmico, pois uma parte obteve essa fadiga, isso porque cada pessoa reage de forma diferente para cada situação da vida, depende muito da experiência e do estilo de vida que essa pessoa leva. Este gráfico confirma mais um fator de impacto na pandemia na vida dos professores.

Figura 32: Docentes que sentem fadiga no trabalho



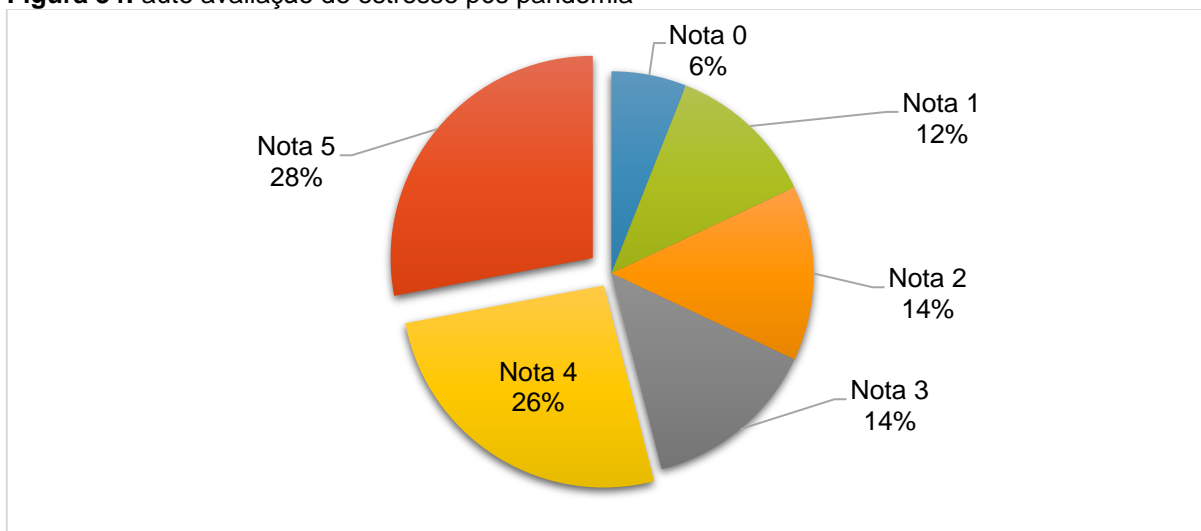
Fonte: Do autor (2023)

Na fase final desta pesquisa, fez-se necessário que os docentes um auto avaliação do seu estresse antes e depois da pandemia, pois sabe-se que devido a intensidade nos trabalhos os níveis de stress poderiam aumentar. Os critérios a ser avaliados foram notas de 0 a 5, sendo que 0 para o nível de muito baixo ou sem estresse e 5 para um nível de estresse muito alto ou muito estressado. As figuras 33 e 34 mostram os resultados na tabela comparativa abaixo.

Figura 33: Auto avaliação de estresse antes da pandemia

Fonte: Do autor (2023)

Para a avaliação de estresse antes da pandemia (FIGURA 33) 26% deram a nota 2, 24% deram a nota 3, 16% deram a nota 4, 12% deram a nota 0, ou seja, sem nenhum estresse, 12% a nota 1 e 10% a nota 5. A média de todas notas dadas pelos docentes é de $\approx 2,0$ em estresse antes da pandemia, assim podemos classificar um nível de estresse moderado dos docentes antes da pandemia.

Figura 34: auto avaliação de estresse pós pandemia

Fonte: Do autor (2023)

Para a avaliação de estresse pós pandemia (FIGURA 34), 28% dos docentes deram a nota 5, 26% deram a nota 4, 14% deram a nota 3 juntamente com outros 14%

a nota 2, 12% a nota 1 e apenas 6% a nota 0, ou seja, sem nenhum estresse após a pandemia. A média de todas as notas para o estresse apresentadas pelos docentes pós pandemia é de 2,36. Observe que o nível de estresse do docente subiu após a pandemia sendo isso um resultado do efeito do excesso de trabalho resultante da pandemia, um aumento de 1,6 no nível de estresse dos docentes comparado as notas antes do período pandêmico (figura 34).

A tabela 12 faz o comparativo e apresenta a diferença nos níveis de estresse nos dois períodos da pandemia, percebe-se que houve um crescimento de 18% para nota máxima de estresse (Nota 5) e um crescimento de 10% para a nota 4 após a pandemia, esses números foram subtraídos das notas mais baixas sendo as notas 3, 2 e 0. Diante disso conclui-se que diante da complexidade e intensidade dos trabalhos, possibilitou o aumento do nível de estresse do docente na pandemia.

Tabela 12: Comparativos de auto avaliação docente antes e pós pandemia

Crítérios	Nota 5	Nota 4	Nota 3	Nota 2	Nota 1	Nota 0
Antes pandemia	10%	16%	24%	26%	12%	12%
Pós Pandemia	28%	26%	14%	14%	12%	6%
<i>+/- crescimento</i>	+18%	+10%	-10%	-12%	0%	-06%

Fonte: Do autor (2023)

Por fim, foi solicitado aos docentes que fizessem uma última declaração do que sentiram e viveram na pandemia, abaixo seguem algumas citações como:

Informante 1 - Experiência e superação; **informante 2** - A preocupação com a aprendizagem dos alunos; **Informante 3** - Em relação ao estresse aprendi que as nossas ações e atitudes relacionamentos devem ser cultivados guardados a 7 chaves pois não sabemos se te se lembro dá um bom dia uma boa tarde ou boa noite e nem dizer oi ZAP aqui convivemos diariamente. **Informante 4** - Plataforma para crianças, foi um dos problemas que encontrava; **Informante 5** - Foi difícil no sentido pelo fato de ter sido algo inesperado e que nos deixou apreensivos o medo de perdê-los as pessoas de ficar doente e todas as intrigas que nos rodeavam; **Informante 6** - Aprendi a trabalhar em novas tecnologias diferentes aplicativos que aí eu não tinha feito

ou tido a experiência de desenvolver; **Informante 7** - Tivemos dificuldade neste período, mas conseguimos dá o nosso melhor por nossas crianças; **Informante 3** - Experiência da vida são práticas educacionais que visam nos aprimorar, desde que estejamos abertos e conscientes dessa aprendizagem. a pandemia foi uma avalanche de acontecimentos que radicalizaram nossas vidas inclusive na escola mas trouxe íntimas e flexibilidades que nos permitiu repensar em nosso papel alimentando perspectiva se aperfeiçoar; **Informante 8** - A pandemia do reinventou como profissionais e como seres humanos. Através desse mal tão grande a humanidade, nós todos de repente, nos deparamos com outra realidade nos fazendo enxergar cada vez mais que precisamos nos preparar para o novo e que podemos nos reinventar de várias maneiras próprio tudo é uma questão de equilíbrio, de força de fé. Nada é pra sempre, tudo muda tudo se transforma; **Informante 9** - Sim. Os materiais do estudante foram copiados para responder em casa, vinha sujos e rasgados e incompletos; **Informante 10** - Muita atividade feita pelos adultos, muitos não faziam a devolução dos deveres de casa, outro não pegam a atividade na escola momento de muita preocupação, afastar-se dos mais idosos da família, foi terrível; Peço para não deixar algo dessa natureza voltar não; **Informante 11** - Uma tristeza no nosso país que perdeu muitas pessoas provocada pela covid -19 eu trabalho no período pandêmico serviu para despertar o interesse por aplicativos que ajudam na aprendizagem; **Informante 12** - Após a pandemia percebeu uma queda na aprendizagem dos alunos onde estes apresentam desinteresse pelas aulas.

8. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste estudo foi abordado diversas situações vividas por profissionais da educação básica durante a pandemia da covid-19 na cidade de Pinheiro/MA. Com base nas análises, percebeu-se os impactos psicoemocionais causados à saúde dos docentes em meio as dificuldades, excesso de trabalho e grandes desafios enfrentados por eles, nesse período, comprometendo sua a saúde física e psicoemocional.

Além disso este estudo possibilitou a identificação de narrativas dos docentes relacionada aos impactos sofridos nos aspectos físicos, emocional e mental no período pandêmico. Sobre a saúde física percebeu-se um cansaço em demasia provocado pela demanda de trabalho; além disso, constatou-se que alguns sintomas como: inchaço nas pernas e nos pés, dores nas costas, vista cansada e fadiga no trabalho, surgiram pelo excesso de atividades, sejam domésticas ou mesmo profissionais, ou ambas, exercidas pelos docentes no período pandêmico.

Sobre a saúde emocional constatamos a presença de medo, desânimo, tristeza, desespero, pavor e desmotivação, ocasionados pelas incertezas sobre a continuidade da própria vida e de seus familiares, uma vez que muitas pessoas, inclusive próximas

aos pesquisados, estavam morrendo. Dado essa situação, alguns docentes recorreram a apoio psicológico como forma de aliviar as tensões e os impactos causados pelas mortes na covid -19. Adiciona-se a esse estado de impactos emocionais as questões financeiras que foram afetadas, uma vez que uma parcela significativa dos entrevistados, possuem apenas uma única fonte de renda na família, sendo responsáveis pelo sustento da mesma, e parte dessa parcela estava em situação de déficit financeiro.

Por fim concluímos que a saúde mental/emocional dos docentes foi impactada pela pandemia da covid-19, tendo em vista os temores advindos da finitude da vida. Concomitantemente, os níveis de estresse aumentaram devido ao excesso de trabalho, falta de apoio do governo, pelas dificuldades com o trabalho remoto e pelo impacto financeiro resultante da pandemia.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Alexsandro Barreto, *et al*: **Área Técnica Estadual de Saúde Mental, Álcool e outras Drogas** ... Disponível em:< <http://www.scielo.br/pdf/reben/v67n5/0034-7167-reben-67-05-0708.pdf> > Acesso em: 18/04/2022.

ALMEIDA, Alexsandro Barreto; NASCIMENTO, Eliane Regina Pereira do; RODRIGUES, Jeferson; SCHWEITZER, Gabriela. **Intervenção nas situações de crise psíquica: dificuldades e sugestões de uma equipe de atenção pré-hospitalar**. Revista Brasileira de Enfermagem. 2014 set-out;67(5):708-14. Disponível em:< <http://www.scielo.br/pdf/reben/v67n5/0034-7167-reben-67-05-0708.pdf> > Acesso em: 18/10/2023

ANDRADE, Sabrina: **7 desafios na sala de aula que toda a comunidade escolar pode solucionar**. IMAGINE EDUCAÇÃO, 2020. Disponível em: <https://educacao.imagine.com.br/desafios-na-sala-de-aula/>> acesso em: 04/01/2024

ARCHANJO, Ludmila Caroline de Matos; ZANIN, Antônio; KRUGER, Silvana Dalmutt; SANTOS, Edicreia Andrade dos: **Impacto da covid-19 nas finanças pessoais: estudo com alunos de graduação da UFMS**. VI EIGEDIN, MS, 2022.

CARDOSO, Ana Cláudia Moreira; ROSSO, Sadi Dal: **Intensidade do trabalho: questões conceituais e metodológicas**. 2015, p.1. São Paulo. Disponível em: <<<https://www.scielo.br/j/se/a/RNpccFSrCBTFhVcpZWhqTLF/#>>> acesso em: 28/12/23

CAREGNATO, Rita Catalina Aquino; Mutti, Regina. **Pesquisa qualitativa: análise de discurso versus análise de conteúdo**. 2006. <Disponível em: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.scielo.br/j/tce/a/9VBbHT3qxByvFctbZDZHgNP/?format=pdf > acesso em: 19/10/2022.

CARLOTTO, M. S. **Síndrome de burnout: o estresse ocupacional do professor**. Canoas: Editora da Ulbra, 2010.

CRUZ, Fundação Oswaldo. **Desigualdades sociais provocam aumento do sofrimento mental em meio à pandemia da covid-19**. Cee.Fiocruz. 2020. Disponível em:<< [https://cee.fiocruz.br/?q=desigualdades-sociais-provocam-aumento-do-sofrimento-mental-em-meio-a-pandemia-da-covid-1#:~:text=Covid%2D19-Desigualdades%20sociais%20provocam%20aumento%20do%20sofrimento%20menta](https://cee.fiocruz.br/?q=desigualdades-sociais-provocam-aumento-do-sofrimento-mental-em-meio-a-pandemia-da-covid-1#:~:text=Covid%2D19-Desigualdades%20sociais%20provocam%20aumento%20do%20sofrimento%20mental,%C3%A0%20pandemia%20da%20covid%2D19&text=Nos%20%C3%BAltimos%20meses%2C%20os%20especialistas,%E2%80%9Ctsunami%20de%20doen%C3%A7a%20mental%E2%80%9C) l,%C3%A0%20pandemia%20da%20covid%2D19&text=Nos%20%C3%BAltimos%20meses%2C%20os%20especialistas,%E2%80%9Ctsunami%20de%20doen%C3%A7a%20mental%E2%80%9C. >>acesso em: 23/10/23.

DANTAS, Andrezza Aleixandre; HENRIQUES, Fabiana Regina: **Relacionamento interpessoal no ambiente de trabalho**. São Paulo: UNAERP, vol. 4 ed. 5,2020 .Disponível em:<https://www.unaerp.br/revista-cientifica-integrada/edicoes->

[anteriores/volume-4-edicao-5/4171-rci-relacionamento-interpessoal-122020/file](#) acesso em: 29/12/23

DENCKER, Ada de Freitas Maneti; VIÁ, Sarah Chucid da. **Pesquisa empírica em ciências humanas com ênfase em comunicação**. São Paulo: Futura. 2001.

ESTAR, Instituto bem do. **Qual o impacto dos relacionamentos na saúde da mente?** Disponível em: <<[FGV. O conceito de capital mental no campo da saúde mental no trabalho: uma análise crítica do discurso da organização mundial da saúde. 2016. Disponível em: <<https://bibliotecadigital.fgv.br/dspace/handle/10438/24181> . Acesso em: 05/11/2023](https://www.bemdoestar.org/artigos/qual-o-impacto-dos-relacionamentos-na-saude-da-mente#:~:text=Bons%20relacionamentos%20protegem%20nossa%20sa%C3%BAde,nossos%20corpos%20e%20nossas%20mentes.>> Acesso em: 27/10/2023.</p>
</div>
<div data-bbox=)

FILHO, João Carlos do Nascimento Almeida: **Saúde Financeira**. Ed. 12. Disponível em: <<chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.gov.br/ebserh/pt-br/hospitais-universitarios/regiao-nordeste/huol-ufrn/saude/coronavirus-covid-19/procedimentos/cartilha_dicasdesaude_12.pdf. Acesso em: 23/10/2023

FRANCO, Tania; DRUCK, Graça; SILVA, Seligmann Edith. **As novas relações de trabalho, o desgaste mental do trabalhador e os transtornos mentais no trabalho precarizado**. 2010. p. 241. <Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/TsQsX3zBC8wDt99FryT9nnj/?lang=pt> > acesso em 03/10/2022.

HOFFMANN, M. H.; CRUZ, R. M.; ALCHIERI, J. C. Comportamento humano no trânsito. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

LEITE, Raphaela Mendonça: **Saúde mental**. UFLA, 2018. Disponível em: <<<https://ufla.br/noticias/extensao/12537-ufla-promove-mais-uma-acao-sobre-saude-mental>. acesso em: 27/12/23

MINAYO, Maria Cecília de Souza; DESLANDES, Suely Ferreira; NETO, Otávio Cruz; GOMES, Romeu. **Pesquisa Social: Teoria, Método e criatividade**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1994.

MOROSINI, L. Sob a pressão das telas: docentes sofrem efeitos do isolamento social, sobrecarga do ensino remoto e mudanças na rotina. RADIS, n. 217, out. 2020. Disponível em: <<https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/44444/2/Press%C3%A3oTelas.pdf>>. Acesso: 21/10/2023

OMS. **Relatório sobre a saúde no mundo; Saúde Mental: Nova Concepção, Nova Esperança**. 2021. <Disponível em: [chrome-](#)

extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/0205.pdf> acesso em: 18/10/202.

PARANÁ. Ministério da Saúde. **Saúde destaca os benefícios da atividades físicas em todas as fases da vida.** Curitiba, 2023. Disponível em: <<https://www.saude.pr.gov.br/Noticia/Saude-destaca-os-beneficios-da-atividades-fisicas-em-todas-fases-da-vida#:~:text=A%20atividade%20f%C3%ADsica%20reduz%20o,a%20socializa%C3%A7%C3%A3o%20e%20a%20conviv%C3%Aancia>> acesso em 29/12/23

PAZ, Eduarda: **Ser professor na pandemia: impactos na saúde mental.** Revista Arco UFSM 2021. <Disponvel em: <https://www.ufsm.br/midias/arco/saude-mental-professores-pandemia>> acesso em: 16/03/2023.

_____**Relações interpessoais e qualidade de vida no trabalho.** IESDBRASIL, 2023. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.foar.unesp.br/Home/projetovi-verbem/relacoes-interpessoais-e-qualidade-de-vida-no-trabalho.pdf> acesso em 30/10/2023.

PENHA, Dr. Rodrigo: **Convívio familiar ajuda a melhorar o equilíbrio emocional.** 2018. Disponível em: < <https://hospitalsantaclara.com.br/convivio-familiar-ajuda-a-melhorar-o-equilibrio-emocional/#:~:text=Familiares%20e%20amigos%20s%C3%A3o%20os,quanto%20para%20sua%20sa%C3%BAde%20mental.> > acesso em: 28/12/23

PERES, Fabíola de Carvalho Leite; OLIVEN Ruben George: **De um lado, sobrecarga de trabalho; de outro, falta de concentração: a relação entre docentes e estudantes de escola pública e privada de Porto Alegre durante o ensino remoto emergencial na pandemia de Covid-19.** OPENEDITIONS JOURNALS, V.48 N3 2023. Disponível em:< <https://journals.openedition.org/aa/11434>> acesso em: 04/01/2024

PIÑA-FERRER, L. EI COVID 19: **Impacto psicológico en los seres humanos. Salud y vida,** 4 (7), 1-12. 2020. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7407744> acesso em: 05/11/2023.

QUIRINO, G. S.; VILLEMOR-AMARAL, A. E. **Relação entre estresse e agressividade em motoristas profissionais.** Revista Psicologia e Saúde, Campo Grande, v. 7, n. 2, 125132, 2015. Disponível em: <<chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2018/04/18103.pdf>>Acesso em: 30/10/2023.

ROMANO, Flávia: **A relação entre saúde mental e vida financeira.** Disponível em: <<<https://www.telavita.com.br/blog/a-relacao-entre-saude-mental-e-vida-financeira/>>>. acesso em: 23/10/23

SANG-HO, L. **Principles of public policy practice. ebook.** Ed. Springer. 2001. Disponível em: <<https://www.springer.com/us/book/9780792372295>> Acesso em: 30 abr 2018.

SCIELO. **Saúde e Vulnerabilidade Mental.** < disponível em: <https://www.scielo.br> > rlpf > format=pdf. < Acesso em: 18/04/2022.

SCIELO BRASIL. **Fatores associados ao enfrentamento da pandemia da COVID-19 por pessoas idosas com comorbidades.** Disponível em: <<<https://www.scielo.br/j/ean/a/xzndmwKbd54gmVZG5t3SqvP/?lang=pt>>>. Acesso em: 23/10/23

SERASA. **Os impactos da pandemia no bolso dos brasileiros.** 2022. Disponível em: <<https://www.serasa.com.br/imprensa/os-impactos-da-pandemia-no-bolso-dos-brasileiros/>> acesso em: 04/01/2024.

SILVEIRA, Denise Tolfo; CÓRDOVA, Fernanda Peixoto. A pesquisa científica. In: GERHARDT, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo (org.). **Método de Pesquisa.** Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009.

SOUZA, A. S. et al. Precarização do trabalho docente: reflexões em tempos de pandemia e pós pandemia. *Ensino em Perspectivas*, Fortaleza, v. 2, n. 2, p. 1-23, 2021. Disponível em <<https://revistas.uece.br/index.php/ensinoemperspectivas/>>. Acesso: 21 jun. 2021.

SOUZA FILHO, Zilmar Augusto de, *et al.*. **Fatores associados ao enfrentamento da pandemia da COVID-19 por pessoas idosas com comorbidades.** Escola Anna Nery 25(spe) 2021. Disponível em: <<<https://www.scielo.br/j/ean/a/xzndmwKbd54gmVZG5t3SqvP/?lang=pt>>>. Acesso em: 23/10/23

TOZZI, Elisa: **Exigências difíceis, trabalho intenso e prazos curtos aumentam o estresse.** 2021, p.1. disponível em: <<<https://vocerh.abril.com.br/politicasepraticas/exigencias-dificeis-trabalho-intenso-e-prazos-curtos-aumentam-o-estresse#:~:text=Trabalhar%20com%20intensidade%2C%20exig%C3%Aancias%20dif%C3%ADceis,de%203.000%20pessoas%20no%20Brasil.>>> acesso em: 28/12/23

APÊNDICES



UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE PINHEIRO/MA
CURSO DE LICENCIATURA EM CIÊNCIAS NATURAIS

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Prezado Sr(a).

Será feito um estudo de cunho acadêmico acerca da **SAÚDE MENTAL DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA EM TEMPO DE PÂNDEMIA NA CIDADE DE PINHEIRO/MA**, visando analisar o impacto emocional de um grupo de professores das escolas da educação básica nesta cidade. Tal estudo poderá colaborar a *identificar fatores relevantes do trabalho dos professores nas escolas que interferem no seu melhor desempenho, identificar fatores externos ao trabalho dos professores que os desmotivaram no período pandêmico e pontar possíveis problemas mentais resultantes de fatores internos e externos que impactaram negativamente na vida dos professores.*

Convidamos-lhe então a participar desta pesquisa, prestando informações de modo voluntário com a certeza de que serão adotados todos os cuidados para evitar riscos desnecessários e garantir a sua total segurança.

As informações obtidas por meio da pesquisa serão mantidas em sigilo e serão utilizados para fins estritamente acadêmicos. Será preservado o seu anonimato, de modo que nenhuma identificação pessoal será usada em qualquer relato ou publicação que possam resultar do presente estudo. Serão utilizados, caso necessário siglas ou nomes fictícios quando empregadas suas declarações, com vista a manter íntegra sua identificação pessoal.

Cabe ressaltar que sua participação é totalmente voluntária tendo possibilidade de a qualquer tempo descontinuar a sua participação neste estudo. Os dados coletados serão trabalhados pelo discente e o professor orientador e usados para fins da disciplina de *Ciências Naturais* e possíveis divulgações em eventos científicos.

Considerando os itens acima expostos, eu, de maneira livre e esclarecida, expresso o meu interesse em participar desta pesquisa. Declaro ter recebido uma cópia assinada deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Em: ____/____/2023

Nome do Participante da Pesquisa

Assinatura do Participante da Pesquisa

Prof. Dr. Roberto Santos Ramos
Docente UFMA/DE
e-mail: roberto.ramos@ufma.br

Joel Rocha
Discente do Curso de Ciências
Naturais/ UFMA - Pinheiro

DADOS PESSOAIS**1. GÊNERO**

Feminino () Masculino () Binário () Outros

2. ESTADO CIVIL

Casado/união estável () Solteiro () Viúvo () Divorciado

3. FAIXA ETÁRIA DE IDADE

20 a 30 () 30 a 40 anos () 40 a 50 anos () mais de 60 anos

4. FORMAÇÃO ACADÊMICA

Graduação. Área: _____

Pós-graduação: _____

ASPECTOS FINANCEIRO**1. Você é o (a) único (a) responsável pelo sustento da sua família?**

Sim () Não

2. Você tem filhos (as)?

Sim () Não. Em caso positivo, quantos? _____

3. Qual a sua renda média mensal?

até R\$ 2 MIL () R\$ 2 a R\$ 4.MIL () R\$ 4. a 8.MIL () mais de R\$ 8 MIL

4. Com a relação à sua vida financeira você se considera um agente:

Superavitário (gasta menos do que ganha).

Deficitário (gasta mais do que ganha).

Equilibrado (gasta conforme ganha)

5. Você exerce alguma outra atividade remunerativa?

sim () não

ASPECTOS PESSOAIS E DO LAR**1. Você possui algum membro da Família em sua residência que possui necessidades especiais ou à época tinha comorbidades?**

Sim () Não Se sim, qual(is): _____

2. Você possui alguém da família ou empregado (a) que cuide da sua casa enquanto estar no trabalho?

Sim () Não

3. Qual a sua religião? À época da pandemia, ela lhe trouxe algum tipo de conforto emocional?

Sim () Não

R: _____

4. Você possui algum problema de saúde? Se sim, qual desses você acha que abala mais o seu estado emocional? sim () não

R: _____

5. Como é o relacionamento com seus familiares e vizinhos?

6. Você costuma praticar alguma forma de lazer como exercícios físicos, passear, visitar amigos ou familiares ou outros? Se sim, qual a frequência?

sim () não;

R: _____

ASPECTOS DA ATUAÇÃO PROFISSIONAL

1. Qual o meio de transporte que usa para se deslocar para o trabalho? Quanto tempo de deslocamento?

R: _____

2. Qual o seu Regime de trabalho:

Efetivo () Contrato temporário

3. Carga horária de trabalho semanal:

20h () 40h () mais de 40

4. Em quais etapas de ensino você atuou como professor?

fundamental anos iniciais (1º ao 5º ano) () Ensino Médio/técnico

Fundamental anos finais (6º ao 9º ano) () Superior

5. Trabalha no (s) turno (s):

Matutino () Vespertino () Noturno

6. Quantos anos de experiência profissional na docência você possui:

01 a 10 anos () 10 a 20 anos () 20 a 30 anos () 30 a 40 anos () Mais de 40 anos

7. Você gosta da sua profissão como docente?

Sim () Não

Justifique _____

8. Como é o relacionamento com gestores e colegas de trabalho?

9. Depois que se tornou professor, você adquiriu alguma doença que considera ter alguma relação com o seu trabalho?

Sim Não. Se sim, qual? _____

EM RELAÇÃO AO TRABALHO EM TEMPOS DE PANDEMIA DA COVID-19:

1. Quais sentimentos você teve quando as aulas presenciais foram suspensas?

Tristeza Alegria Solidão Vazio (a) Medo ódio alívio

2. Você sentiu dificuldade em trabalhar remotamente?

Sim Não.

Porque? _____

3. Você acredita que o seu trabalho foi intensificado na pandemia?

Sim Não

Porque? _____

4. Você teve algum apoio do governo para trabalhar remotamente?

Sim Não

5. Como você se avalia com o uso das tecnologias no trabalho remoto na pandemia?

Ótimo Bom Regular Ruim

6. De que forma o isolamento social afetou seu relacionamento com colegas de trabalho e alunos?

7. Você precisou de algum apoio psicológico durante a pandemia? Fale um pouco sobre isso?

8. Você possui alguma sequela resultante da Pandemia?

Sim Não. Se sim, qual? _____

9. Alguém de sua convivência diária faleceu devido a covid-19?

Sim () Não Especifique? _____

10. Você foi infectado pelo covid-19? Qual foi a sua reação ao saber do diagnóstico?

Sim () Não

11. Tomou vacina para o covid-19?

Sim () Não

12. De que forma você avalia sua saúde mental no período da pandemia?

Muito impactado () pouco impactado () razoavelmente impactada () não impactado

13. Em uma nota de 0 a 5, como você avalia seu humor?

Nota: ____

14. Você se sente pessimista no seu trabalho?

Sim Não ()

Porque? _____

15. De que forma você reagiu no seu ambiente de trabalho diante das mudanças provocadas pela pandemia da COVID-19?

Medo () Irritação () Ansiedade

16. Você sente fadiga durante o seu trabalho?

Sim () Não

17. Qual nota entre 0 a 5 você se atribuiria, para o seu nível de stress antes e pós pandemia

Antes: _____ Pós: _____

#Existe algo a mais declarar sobre a sua realidade como professor na pandemia, caso positivo, descreva abaixo: