

IMPACTO DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DE PROFESSORES: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

IMPACT OF THE COVID-19 PANDEMIC ON TEACHERS' MENTAL HEALTH: INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

Marcelo Jacob¹

Resumo: Em 30 de dezembro de 2019, a cidade chinesa de Wuhan se tornou o centro de um surto da doença zoonótica do Coronavírus 2019 – Covid-19. Uma série de estudos internacionais vem pesquisando as repercussões emocionais da pandemia COVID-19 sobre profissionais de saúde, e em grupos populacionais vulneráveis em geral. No Brasil, as pesquisas acerca da saúde de professores ganharam proporção a partir de 2006, e o país conta, no panorama atual, com diversos estudos sobre o tema. Na literatura nacional o termo “mal-estar docente” é relacionado ao adoecimento e sofrimento psíquico dos professores com a observação do aumento considerável de transtornos mentais. Objetivos: Identificar e analisar os principais impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental de professores da educação básica, de acordo com a literatura nacional e internacional em Ciências da Saúde e Educação. Metodologia: revisão integrativa de estudos acerca do impacto da pandemia da Covid-19 na saúde mental. Resultado e Discussão: A revisão integrativa destacou 13 pesquisas, cujos resultados apontam para os impactos da pandemia nas mudanças na rotina, questões de gênero, relações familiares e na saúde mental de professores escolares. Conclusões: Hoje, 2 anos e 8 meses após o

¹ Mestre em Educação. Docente de Ciências e Biologia, Rede Estadual de Ensino – E.E.B. Marcos Konder, Ilhota – SC.



alerta dos primeiros casos de pneumonia na cidade de Wuhan em dezembro de 2019, são notórios os impactos psicológicos da pandemia em diversos segmentos da sociedade, portanto após a parte mais crítica infere-se como principal desafio a análise da frequência que os sentimentos negativos como tristeza, ansiedade, depressão, desesperança, dentre outros, tem atingido a população docente.

Palavras-chave: Coronavírus, Saúde Mental, Professores.

Abstract: On December 30, 2019, the Chinese city of Wuhan became the center of an outbreak of the zoonotic Coronavirus disease 2019 – Covid-19. A series of international studies have been researching the emotional repercussions of the COVID-19 pandemic on health professionals, and on vulnerable population groups in general. In Brazil, research on teachers' health gained proportions from 2006 onwards, and the country currently has several studies on the topic. In national literature, the term “teacher malaise” is related to the illness and psychological suffering of teachers with the observation of a considerable increase in mental disorders. Objectives: Identify and analyze the main impacts of the Covid-19 pandemic on the mental health of basic education teachers, according to national and international literature in Health Sciences and Education. Methodology: integrative review of studies on the impact of the Covid-19 pandemic on mental health. Result and Discussion: The integrative review highlighted 13 studies, whose results point to the impacts of the pandemic on changes in routine, gender issues, family relationships and the mental health of school teachers. Conclusions: Today, 2 years and 8 months after the alert of the first cases of pneumonia in the city of Wuhan in December 2019, the psychological impacts of the pandemic on different segments of society are notorious, therefore after the most critical part it is in-



ferred as the main I challenge the analysis of the frequency with which negative feelings such as sadness, anxiety, depression, hopelessness, among others, have affected the teaching population.

Keywords: Coronavirus, Mental Health, Teachers.

INTRODUÇÃO

Em 30 de dezembro de 2019, a cidade chinesa de Wuhan se tornou o centro de um surto da doença zoonótica do Coronavírus 2019 – Covid-19. Posteriormente, o número de casos confirmados aumentou rapidamente nas províncias da China com economias desenvolvidas e adjacentes à província de Hubei. Em seguida, os casos confirmados de COVID- 19 ocorreram consecutivamente em todas as províncias, municípios e regiões administrativas da China. O surto foi declarado Emergência de Saúde Pública de Preocupação Internacional (PHEIC) em 30 de janeiro de 2020 pela Organização Mundial da Saúde (OMS). A rápida disseminação da síndrome respiratória aguda grave coronavírus 2 (SARS-COV-2) incorre em perdas substanciais, não apenas na economia e comércio global, mas também representa grandes desafios para os serviços de saúde (LI et al, 2020).

Uma série de estudos internacionais vem pesquisando as repercussões emocionais da pandemia COVID-19 sobre profissionais de saúde, e em grupos populacionais vulneráveis em geral (STACHTEAS, STACHTEAS, 2020).

No que se refere a saúde dos professores, no Brasil, as pesquisas ganharam proporção a partir da segunda metade dos anos 2000², e o país conta, no panorama atual, com diversos estudos sobre

² Embora não aponte diretamente o motivo do aumento dessas discussões a partir da segunda metade dos anos 2000, Araújo et al. (2019) destaca que os docentes costumam a assumir tarefas de



o tema (ARAÚJO et al, 2019). Na literatura nacional o termo “mal-estar docente” é relacionado ao adoecimento e sofrimento psíquico dos professores com a observação do aumento considerável de transtornos mentais (CORTEZ et al, 2017; PENTEADO; SOUZA NETO, 2019).

Contudo, Stachteas e Stachteas (2020) apontam a escassez de pesquisas sobre o impacto emocional da pandemia em professores, até mesmo embora crises semelhantes de saúde pública possam ter vários efeitos psicológicos para todos os participantes do processo de ensino/aprendizagem, com sentimentos de medo, alarme, estresse e depressão como efeitos mais proeminentes (STACHTEAS, STACHTEAS, 2020).

Estudo revelou que indivíduos com alta ansiedade em relação à saúde são propensos a interpretar erroneamente sensações e mudanças corporais inofensivas como evidência de que estão infectados no contexto de um surto viral ou pandemia, o que, por sua vez, aumentará sua ansiedade e influenciará sua capacidade de raciocínio, e decisões que impactam seu comportamento (ASMUNDSON; TAYLOR, 2020).

Além disso, com o fechamento das escolas, as emoções negativas vividas pelos professores se agravam. A atual epidemia de COVID-19 pode estar induzindo ansiedade aos professores (LI et al, 2020).

Portanto, infere-se que a compreensão do estado de ansiedade de professores da educação básica durante a pandemia da Covid-19 é urgentemente necessária e oportuna, e para tal este trabalho realiza uma revisão sistemática da literatura com vistas a resposta da questão norteadora proposta:

cuidado do outro, mas tem dificuldades para voltar o olhar a si mesmo/a, para o seu bem-estar e sua saúde. Sintomas de adoecimento são negados ou minimizados; apenas quando um problema atinge patamar de severidade é que se atenta para a sua existência. Em geral, a doença segue vivenciada como processo individual, uma inadequação ou dificuldade pessoal. O caráter coletivo do adoecer na atividade docente, associado à determinada configuração do trabalho, permanece um olhar a ser construído entre docentes.



Quais são os principais impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental de professores da educação básica, de acordo com a literatura nacional e internacional em Ciências da Saúde e Educação?

Após mais de 2 anos do início das primeiras iniciativas de isolamento social, e com vários estudos clínicos disponíveis em bases de dados, estima-se como relevante a abordagem dos impactos da pandemia numa categoria profissional historicamente atingida por problemas de saúde mental, que podem surgir ou se intensificar durante uma pandemia, como no caso da Covid-19.

MATERIAL E MÉTODOS

A proposta metodológica deste trabalho, a revisão integrativa de estudos acerca do impacto da pandemia da Covid-19 na saúde mental, consiste em analisar a literatura por meio da síntese de múltiplos estudos, permitindo a compreensão do fenômeno abordado (MENDES et al, 2008).

A integração e análise dos resultados da literatura é desenvolvida a partir de 4 etapas, que consistem: 1) Definição da questão norteadora da revisão; 2) Busca de estudos em bases de dados; 3) Seleção de estudos; 4) análise e discussão dos resultados (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Na 1ª Fase foi definida a pergunta norteadora: Quais são os principais impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental de professores da educação básica, de acordo com a literatura nacional e internacional em Ciências da Saúde e Educação? Esta questão, além de nortear o desenvolvimento deste estudo, determina a seleção de pesquisas que serão incluídas, definindo os fenômenos a serem abordados.

A busca na literatura internacional e nacional ocorreu no mês de agosto de 2022, em bases de dados das áreas de Ciências da Saúde, Educação, além de um motor de busca em arquivos de institui-



ções de ensino e pesquisa, e se constituiu na 2ª etapa da revisão integrativa. Os descritores adotados para o levantamento nas bases PUBMED, PsycArticles, ERIC (Educational Resources Information Centre), LILACS e Google Acadêmico foram “Covid-19”, “Professores Escolares” e “Saúde Mental”.

A 3ª Fase compreende a seleção de estudos disponíveis na íntegra (uso de filtro nas bases para textos completos), de acordo com critérios de elegibilidade: estudos de análise de prevalência, professores do ensino básico como tema e pesquisas que abordam os impactos da pandemia de Covid-19 na saúde mental dessa população, além dos idiomas de publicação dos estudos (português, inglês e espanhol).

Na 4ª etapa, discussão dos resultados, são comparadas as informações evidenciadas na análise dos estudos com o referencial teórico desenvolvido após a introdução deste trabalho, com vistas a conclusão do estudo.

Segundo Bardin (2011) o principal objetivo da análise de conteúdo é o desvendar crítico, que se aplica a categorização do tema e seus significados. A organização temática ocorre por meio da análise do conteúdo dos documentos, com vistas a representação condensada das informações obtidas na pesquisa, reunindo características comuns.

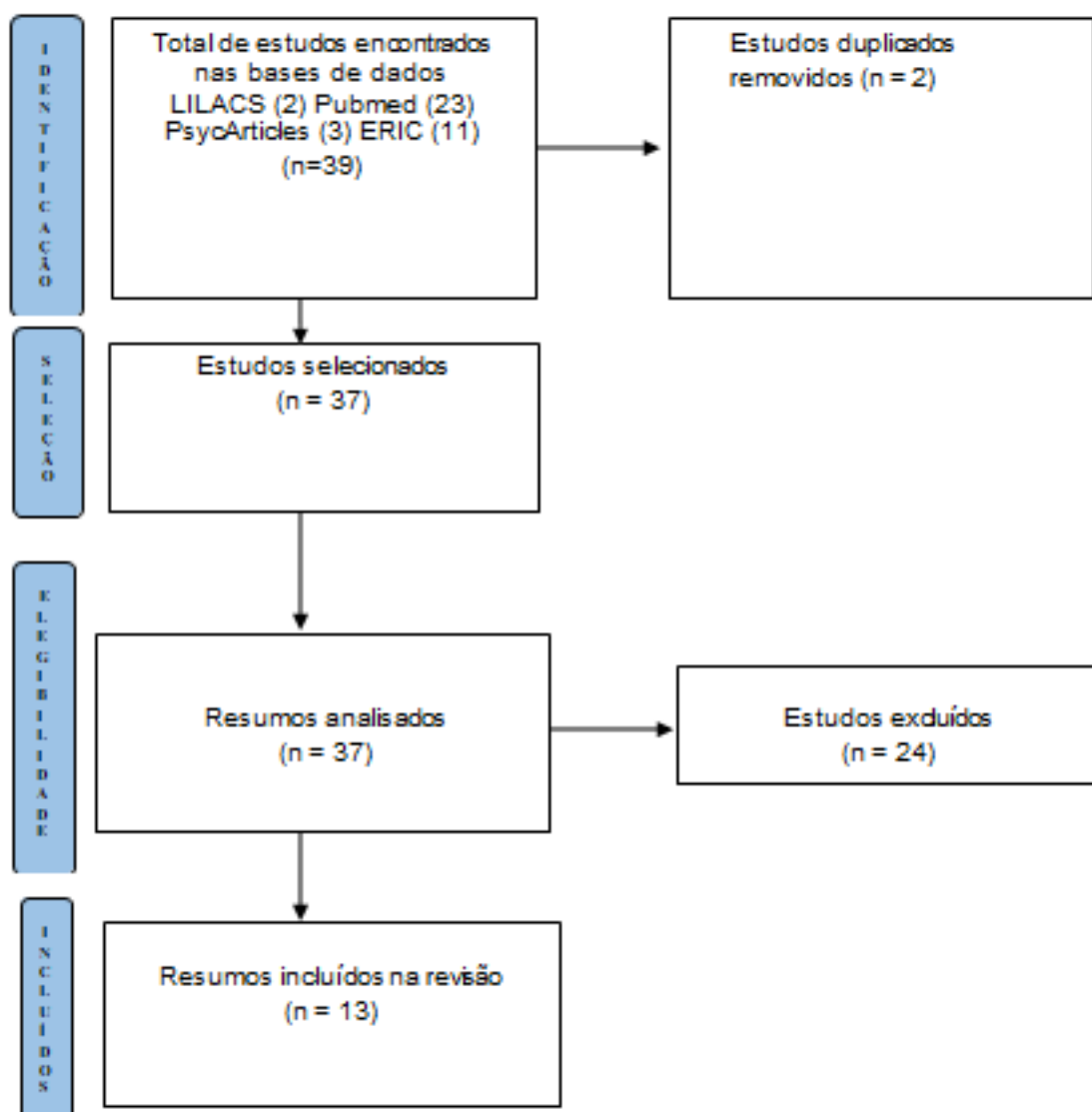
Com vistas a integração dos resultados desta pesquisa, optou-se por descrever as evidências a partir de quatro grupos de características comuns verificadas na literatura selecionada sobre a temática: questões de gênero, burnout e depressão, ansiedade e medo, concentração e uso de drogas, e a resiliência, incluindo informações sobre a origem dos estudos selecionados.

RESULTADOS



A busca inicial identificou 39 pesquisas: destas 2 foram excluídas por tratar-se de artigos duplicados, portanto, apenas 37 estudos tiveram seus títulos e resumos analisados. Durante a análise, 24 artigos foram excluídos por não atenderem os critérios de elegibilidade. 13 referências foram consideradas potencialmente elegíveis e tiveram seus textos analisados na íntegra conforme demonstra a Figura 1.

Figura 1. Fluxograma da busca de estudos



Fonte: Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, *et al.* The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ* 2021;372:n71. doi: 10.1136/bmj.n71



Observa-se, do total de 13 pesquisas incluídas para a revisão integrativa, a maioria de estudos publicados em periódicos internacionais, e apenas um estudo de periódico nacional.

Quadro 1 – Resultados de busca de acordo com as estratégias de busca e bases de dados utilizadas

Estratégia de busca	Bases de Dados	Número de estudos recuperados	Número de estudos selecionados
Covid-19 AND "professores escolares" AND "Saúde Mental"	LILACS	2	1
	PUBMED	23	11
COVID-19 AND "School Teachers" AND "Mental Health"	PsycArticles	3	0*
	ERIC	11	1
		39	13

* 2 artigos foram selecionados, mas excluídos por duplicidade.
 Fonte: Quadro elaborado pelo Autor

Esta revisão integra os resultados de 13 pesquisas com um total de 125 mil e 373 participantes da Ásia, América, Europa e África, com o predomínio para estudos sobre os impactos da pandemia na saúde mental de professores europeus e brasileiros (Quadro 2).



Quadro 2 – Impactos na saúde mental de professores, países e números de participantes

Impactos na saúde mental de professores	Estudos	País e n participantes
Burnout	Kim <i>et al.</i>	Inglaterra - n = 24
	Lizana <i>et al.</i>	Chile - n = 63
	Amri <i>et al.</i>	Marrocos - n = 125
Depressão	Jakubows; Sitko-Dominik	Polónia - n = 285
Ansiedade	Ozamiz-Etxebarria <i>et al.</i>	Espanha - n = 1,633
	Li <i>et al.</i>	China - n = 88611
	Kibici	Turquia - n = 236
Medo de infecção	Nabe-Nielsen <i>et al.</i>	Dinamarca - n = 2665
Dificuldade de concentração no trabalho	Wakui <i>et al.</i>	Japão - n = 427
Uso de medicamentos para relaxar	Silva <i>et al.</i>	Brasil - n = 15641
Consumo de álcool	Leão <i>et al.</i>	Brasil - n = 15641
Resiliência	Delgado-Gallegos <i>et al.</i>	México - n = 223
	Stachteas; Stachteas	Grécia - n = 226

Fonte: Quadro elaborado pelo Autor

Dentre os impactos na saúde mental, representados pelas sintomatologias apresentadas pelos professores durante a pandemia, destacam-se nos resultados 9 categorias: síndrome de burnout, depressão, ansiedade, medo, dificuldade de concentração, uso de drogas (medicamentos e álcool), além da resiliência, o único impacto positivo relatado, abordado com destaque nas discussões por se tratar de um indicador de adaptação da população analisada.

DISCUSSÃO

O trabalho docente é estressante, o que implica vivenciar emoções negativas, como raiva, ansiedade, tensão, frustração e depressão. Além disso, o estresse do professor pode ser definido em



termos dos fatores de risco e proteção existentes; aparece quando os fatores de risco não são contrabalançados por fatores de proteção (JAKUBOWSKI, SITKO-DOMINIK, 2021).

Apesar do fato de que, os fatores indutores de estresse são específicos para cada professor, algumas causas tendem a aparecer com frequência: carga de trabalho/pressão do tempo, baixa motivação do aluno e problema de disciplina, ambiguidade e conflito de papéis, pressão para introduzir mudanças na o currículo, baixo salário, relações com o diretor e colegas (JAKUBOWSKI, SITKO-DOMINIK, 2021).

No mesmo sentido, Wakui et al (2022) destaca as abordagens de estudos anteriores que consideram o trabalho na educação como um dos fatores altamente estressantes, que podem desencadear o estresse ocupacional e afetar a saúde mental e física, aumentando o risco de desenvolver condições, como a depressão.

De acordo com Silva et al (2021) este “novo normal” gerou consequências e preocupações para os professores brasileiros, afetando diretamente as condições de trabalho, hábitos de vida e saúde, especialmente os da educação básica pública, que trabalham em escolas com estruturas precárias, jornadas de trabalho exaustivas e, às vezes, em mais de uma instituição para que ao final do mês possam receber um salário significativo.

Ainda que não faça parte do quadro, cabe destacar a questão de gênero como relevante e presente em vários estudos selecionados para esta revisão (JAKUBOWSK; SITKO- DOMINIK, 2021; LIZANA et al, 2021; SILVA et al, 2021; STACHTEAS; STACHTEAS, 2020).

A profissão docente é prioritariamente ocupada por mulheres, em países como a Polônia, onde representam 64% dos professores, o que justifica a abordagem das implicações da pandemia nesse universo (JAKUBOWSK; SITKO-DOMINIK, 2021).



Estudo de Silva et al (2021), que descreveu as condições de trabalho, estilo de vida e saúde mental de 15,641 professores de escolas públicas do Estado de Minas Gerais durante a pandemia, dentre os quais 81,9% eram mulheres.

O gênero feminino apresentou correlação positiva com sentimentos de medo, depressão e uma correlação negativa com o otimismo (STACHTEAS; STACHTEAS, 2020).

Recentemente, no Chile, foi relatado que as professoras experimentaram exaustão significativa do trabalho e menor engajamento em comparação com seus colegas de trabalho do sexo masculino, independentemente de haver crianças em sua casa, resultados que podem ser complementados com outros estudos pré-pandemia no Chile, que relataram que as mulheres em idade ativa uma maior probabilidade de sofrer estresse do que os homens (LIZANA et al, 2021).

Pesquisa de Lemos et al (2020) destaca as configurações e conflitos da relação trabalho-família sob a visão de mulheres brasileiras que precisaram adotar o trabalho em home office durante a pandemia. Dentre as 14 entrevistadas no estudo, são apontados aspectos negativos da dupla-jornada feminina.

Eu tô ficando bem mais cansada; além dessas coisas (tarefas domésticas) tem que ficar o tempo todo de olho nos deveres do (filho)...eu só acompanhava, então era mais fácil; agora não, você tem que assistir o vídeo, tem um vai e volta, tem que fazer o trabalho, rever o vídeo (LEMOS et al, 2020, p. 393).

Todavia, há relatos que apontam aspectos positivos da relação trabalho-família, como por exemplo a aproximação dos filhos e maridos que propiciou mais tempo para atividade físicas e de lazer, o que denota um aspecto de resiliência frente a pandemia, questão que será abordada neste trabalho (LEMOS et al, 2020).

Observa-se que as profissionais que são mães desejam conciliar as atividades, mesmo às



expensas de sobrecarga de trabalho, e que a combinação flexibilidade e proximidade física da família que o home office na quarentena propiciou foi valorizada pelas entrevistadas inseridas em contextos familiares mais equilibrados (LEMOS et al, 2020).

Portanto, dentre essas consequências e preocupações, esta discussão a Síndrome de Burnout e suas relações com a depressão; estresse e medo; concentração e uso de drogas e a resiliência, como desdobramentos da pandemia na saúde mental de professores da educação básica.

BURNOUT E DEPRESSÃO

Burnout é um termo resultado da junção de duas palavras em inglês, burn e out. Este termo encaminha para um significado que implica queimar algo à exaustão, ou seja, até que seja consumido em toda a energia acessível (PEREIRA, 2014).

O uso do termo burnout para este fenômeno começou a aparecer com certa regularidade na década de 1970 nos Estados Unidos, especialmente entre as pessoas que trabalham com o público. Este uso popular foi pressagiado pelo romance de 1961 de Greene, *A Burn-Out Case*, em que um arquiteto, atormentado espiritualmente, e desiludido, abandona o emprego e se retira para a selva africana. Mesmo escritos anteriores, ficcionais e não ficcionais, descreviam fenômenos semelhantes, incluindo fadiga extrema e perda de idealismo e paixão pelo trabalho (MASLACH et al, 2001).

Maslach e Leiter (2016) definem a Burnout como uma síndrome psicológica, que surge como uma resposta prolongada a estressores interpessoais crônicos no trabalho, classificando-a sob três dimensões principais de resposta ou sintomas: são uma exaustão esmagadora, sentimentos de cinismo e distanciamento do trabalho e uma sensação de ineficácia e falta de realização. O significado deste



modelo tridimensional é que claramente coloca a experiência individual de estresse em um contexto social contexto e envolve a concepção da pessoa de si mesmo e outras.

Outro modelo das três dimensões hipotetizou uma sequência sequencial diferente progressão ao longo do tempo, em que a ocorrência de uma dimensão precipita o desenvolvimento de outro. De acordo com este modelo, a exaustão ocorre primeiro, levando a o desenvolvimento do cinismo, o que leva subsequentemente à ineficácia. Por exemplo, um estudo com enfermeiras de hospitais produziu a seguinte sequência: (a) Interações estressantes com supervisores aumenta a sensação de exaustão dos trabalhadores; (b) altos níveis de a exaustão leva ao cinismo, especialmente se os trabalhadores não tiverem contato de suporte com seus colegas de trabalho; (c) à medida que o cinismo persiste, os sentimentos de eficácia dos trabalhadores diminuem, embora o contato de apoio com colegas de trabalho possa ajudar a desacelerar esse processo (LEITER; MASLACH, 1988).

No Brasil, segundo dados da Isma-BR, representante da International Stress Management Association, 72% dos trabalhadores sofrem de algum sintoma do estresse, sendo 32% da burnout, e neste universo, 92% das pessoas com a síndrome continuariam desenvolvendo suas atividades (ANAMT, 2019).

Para Maslach et al (2001) demandas quantitativas de trabalho (por exemplo, muito trabalho para o tempo disponível) têm sido estudadas por muitos pesquisadores, e os resultados apoiam a noção geral que a Burnout é uma resposta à sobrecarga. Carga de trabalho e pressão de tempo são fortemente e consistentemente relacionadas a Burnout, principalmente a dimensão exaustão. Este padrão é encontrado tanto com autorrelatos de tensão experimentada quanto demandas objetivas, como número de horas trabalhadas e número de clientes.

De fato, os professores têm um risco maior de desenvolver depressão em comparação com



outras ocupações, e o desenvolvimento da síndrome de burnout devido ao estresse acumulado também foi relatado. Durante a pandemia do COVID-19, os professores podem ficar mais estressados do que anteriormente, uma vez que são obrigados a tomar várias medidas para evitar a propagação da infecção (relativas a necessidade de distanciamento social, que incluem as aulas remotas), além para sua própria segurança pessoal (WAKUI et al, 2022).

As pesquisas de Kim et al (2022), Lizana et al (2021) e Amri et al (2020) descrevem casos de síndrome de burnout em professores durante a pandemia. No estudo de Kim et al (2022, p. 309) a percepção negativa da profissão é representada pela sensação de desvalorização mencionada em todos os momentos pelos participantes. Um deles, por exemplo, afirmou: “Há muitos acadêmicos e muitas outras pessoas dizendo que as escolas precisam para permanecer aberto para a saúde e bem-estar das crianças. Não há conversa sobre do nosso pessoal isso, e não tem nada de professores”. Outro entrevistado, preocupado com a forma como os outros podem estar percebendo a profissão enquanto as escolas foram fechadas para maioria dos alunos: “Você tem o problema de que as pessoas pensam que você está em casa com salário integral fazendo nada, o que não é ótimo para sua saúde mental.” Para alguns participantes, esta questão levou a questões sobre se eles queriam continuar na profissão docente: “Houve momentos em que senti, e sinto, que já tive o suficiente. Eu não quero mais fazer isso, porque você não consegue ver nenhuma luz no fim do túnel.

Além do desalento e da percepção negativa da profissão, o esgotamento mental causado por múltiplas atividades e sobrecarga de trabalho pode ser representado por um apontamento crucial no trabalho de Kim et al (2022, p. 299), que inclusive faz parte do título do artigo: “Meu cérebro parece um navegador com 100 abas abertas”.

Lizana et al (2021), que avaliou o impacto do trabalho na qualidade de vida dos professores



chilenos antes e durante a pandemia de COVID-19, observou um contexto de sobrecarga de trabalho multiplicada por teletrabalho e outros fatores que resultam em deterioração da qualidade de vida física e mental.

Amri et al (2020) em estudo que avaliou o burnout e determinar a sua prevalência e seus fatores de risco entre professores marroquinos do ensino básico, verificou que 54% dos participantes foram vítimas de burnout, dos quais 5% tinham burnout grave. A análise de regressão logística mostrou que os fatores de risco para burnout durante este período de confinamento são: o uso e desenvolvimento de competências em novas tecnologias de informação e comunicação ($p < 0,05$); conflitos no trabalho/família conflito ($p < 0,05$); apoio social ($p < 0,05$); e a carga de trabalho relacionada a educação a distância ($p \leq 0,05$).

Quanto a depressão, de acordo com a Classificação Internacional de Doenças (CID 11)³ os transtornos depressivos são caracterizados por humor depressivo (por exemplo, tristeza, irritação, vazão) ou perda de prazer acompanhada por outros sintomas cognitivos, comportamentais ou neurovegetativos que afetam significativamente a capacidade de funcionamento do indivíduo. Um transtorno depressivo não deve ser diagnosticado em indivíduos que já experimentaram um episódio maníaco, misto ou hipomaníaco, o que indicaria a presença de um transtorno bipolar (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

Para Shirom (2005, p. 266): “conceitualmente, a Burnout é distinta da depressão na medida em que depende da qualidade do ambiente social no trabalho”. Em uma semelhante, Leiter e Durup (1994) notaram que a distinção entre burnout e depressão está relacionada a diferenças em seus padrões de atribuição e especificidade de contexto.

3 Disponível em: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2f%2fid%2f%2f%2f1563440232>



Quanto aos trabalhos selecionados nesta revisão, e relacionados no Quadro 2, a pesquisa de Li Jakubows e Sitko-Dominik (2021) aponta a depressão como um dos fatores de impacto psicológico da pandemia em professores do ensino básico na Polónia.

A depressão foi associada à percepção de injustiça, culpa/injustiça e gravidade/irreparabilidade; e à mudança na qualidade do relacionamento durante a pandemia, mudança de qualidade das relações sociais durante a pandemia, apoio social geral, apoio social, apoio social instrumental e satisfação no relacionamento. A relação entre depressão e um sentimento de injustiça podem sugerir que a injustiça percebida pode resultar em ruminação, que por sua vez está associado a uma diminuição do senso de autoestima (JAKUBOWS; SITKO-DOMINIK, 2021).

ANSIEDADE E MEDO

Os transtornos de ansiedade são condições prevalentes e incapacitantes caracterizadas por medo ou ansiedade, bem como uma série de outros sintomas cognitivos e somáticos. Comorbidade com outros transtornos de ansiedade e outros transtornos mentais é muito frequente, como com condição médica não psiquiátrica (PASTRE; LOPEZ-CASTROMAN, 2022).

A carga de doença em termos de anos vividos com incapacidade atribuível a transtornos de ansiedade aumentou relativamente em 14,8% de 2005 a 2015, ocupando o nono lugar no mundo. Além disso, a ansiedade pode aumentar o risco de cancro, doenças cardiovasculares e mesmo mortalidade (LI et al, 2020).

Durante a pandemia de COVID-19, medo, ansiedade e depressão foram os sintomas mais comumente observados. As consequências psicoemocionais, decorrentes das incertezas que a doença



teria na saúde pessoal, familiar e global, bem como sobre os impactos na economia, segurança, educação e política em todo o mundo (BARRETO et al, 2022).

Dentre as pesquisas selecionadas no Quadro 2, estudo de Ozamiz-Etxebarria et al (2021) observou que 49.4% de 1.633 professores espanhóis entrevistados tinham sintomas de ansiedade. Embora a ansiedade tenha sido estudada entre professores desde antes da pandemia, a situação atual pode estar criando sentimentos mais ansiosos entre os professores, devido à incerteza, tensão e responsabilidade o que os professores estão vivenciando.

Li et al (2020), em pesquisa que investiga a prevalência e fatores de ansiedade durante a doença do coronavírus entre 88611 mil professores chineses, observou que a prevalência geral de ansiedade foi de 13,67% durante a pandemia de COVID-19 na China, sendo maior para as mulheres do que os homens (13,89% vs. 12,93%). Fatores como idade, sexo, educação, tipo de professores, localização da escola, fonte de informação, níveis de preocupação e de medo, e estado de comportamento foram associados com a ansiedade.

Pesquisa de Kibici (2021) entre 236 professores de música da Turquia, verificou uma taxa de ansiedade de 2.75 (± 1.09), numa escala entre 1.09 (mínimo) e 4.75 (máximo), relacionada a um médio índice de satisfação com o trabalho, em virtude de terem sido forçados a um ambiente de trabalho extremamente cansativo e desconhecido durante o COVID-19 devido às práticas de ensino a distância.

Em relação ao medo, para muitas pessoas, a incerteza em torno do coronavírus é intimidante e difícil de lidar. Por exemplo, não saber exatamente como a doença afetará a vida pessoal em termos clínicos, econômicos, sociais e psicológicos, desencadeia o medo de se infectar. Consequentemente, há uma distorção e reações psicológicas, fazendo com que as pessoas se comportem de maneira imprevisível e às vezes intolerante socialmente, julgando os outros de suas ações que violam compor-



tamentos aceitáveis, uma vez que o instinto genuíno de sobrevivência pode levar a uma tomada de decisão moral mais rígida. Em última análise, existe o risco de experimentar um medo intenso de ser infectado pelo COVID-19, conhecido como coronafobia (BARRETO et al, 2022).

As consequências psicológicas da pandemia de COVID-19 para a população em geral estão sendo relatadas em vários estudos, que encontram níveis mais altos de ansiedade, medo e estresse em quase todos os setores da população. Além disso, os níveis de medo podem ser um indicador do risco que os sujeitos assumem diante da possibilidade de contágio.

Nesse sentido, estudo de Nabe-Nielsen et al (2022), presente no Quadro 2, verificou que o medo dos professores de infecção e transmissão bem como seu nível percebido de estresse e burnout e suas preocupações sobre sua capacidade de gerenciar o trabalho condições aumentaram de maio a novembro-dezembro de 2020 de 27% a 84% dentre os 2665 mil professores dinamarqueses entrevistados.

CONCENTRAÇÃO E USO DE DROGAS

Observa-se na literatura a diminuição dos níveis de concentração dos docentes e o uso de drogas por professores durante a pandemia, que inclui a questão de gênero em profissionais de outras áreas.

Relacionado no Quadro 2, estudo de Wakui et al (2022) investigou seis alterações físicas entre 427 professores japoneses: insônia/pesadelos, palpitações, tonturas, sudorese, dispneia e sintomas digestivos. Os quatro itens a seguir foram investigados quanto ao efeito sobre o trabalho: imersão excessiva no trabalho, redução da capacidade de pensamento, menor capacidade de concentração e



menor eficiência no trabalho.

Na comparação de gêneros, uma proporção maior de respondentes do sexo feminino afirmou redução da capacidade de concentração em comparação com professores do sexo masculino. Aproximadamente 10 a 20% dos professores responderam que haviam se deteriorado em termos de diminuição do pensamento, concentração e diminuição da eficiência do trabalho, e uma pequena porcentagem de professores respondeu que tinha melhorado nesses aspectos (WAKUI et al, 2022).

Acerca do uso de drogas, segundo Lemos et al (2020), o aumento do estresse vivido na quarentena levou ao maior consumo de álcool, recurso usado por algumas mulheres para suportar a pressão:

Eu sempre gostei de beber aos finais de semana e na pandemia não tem dia; pra sair do estresse, ter um momento de relaxamento eu estava indo pra cerveja todos os dias, o consumo de álcool aumentou. Beber então nem se fala, [...] a gente acaba bebendo para relaxar- Fátima, casada, dois filhos (LEMOS et al, 2020, p. 394).

No âmbito docente, e no Quadro 2 de estudos revistos e integrados, Silva et al (2021) identificou que 30,4% faziam uso de drogas para relaxar/dormir/ansiedade/depressão dentre 15,641 mil professores da rede pública do Estado de Minas Gerais do ensino básico.

Pesquisa de Leão et al (2002) avaliou o consumo de álcool na mesma população do estudo de Silva et al (2021) antes e durante a pandemia da COVID-19, assim como os fatores associados aos professores que aumentaram o consumo de bebidas alcoólicas durante a pandemia.

A maioria dos participantes apresentou um padrão de consumo de álcool ou mesmo diminuiu durante a pandemia (20% e 13%, respectivamente), com 7,1% aumentando o uso e 0,1% retornando ao consumo de álcool. Embora o padrão de aumento do consumo etílico neste estudo não foi o



mais frequente, a pesquisa apontou para algumas questões, como o aumento do consumo maior entre os homens, na faixa etária de 41-59 anos e até 40 anos (LEÃO et al, 2002).

O aumento do consumo de bebidas alcoólicas foi associado as condições de trabalho (insatisfação, dificuldades em realizar as atividades), questões comportamentais ((adesão parcial ao distanciamento social, tabagismo atual e prévio, redução do desejo de cuidar da aparência física, piora do padrão alimentar, redução e aumento da atividade de lazer), além de condições de saúde, como distúrbios do sono ou alguém próximo afetado gravemente pela Covid-19 (LEÃO et al, 2002).

RESILIÊNCIA

Um importante alvo de tratamento na depressão e ansiedade é resiliência, uma medida de lidar e prosperar na adversidade. Também é possível definir resiliência como um processo adaptativo que ajuda a manter um estado de saúde psicológica. Pode-se apontar que indivíduos com alta resiliência tornam-se mentalmente mais fortes por causa de condições adversas.

Denominadas na literatura como Coping, as estratégias de enfrentamento da rotina estressante, são abordadas na literatura. Em estudo realizado com 1027 participantes na China, explorou-se a relação entre estratégias de enfrentamento e estresse no trabalho (LI et al, 2017).

Embora, a alta relevância do estresse induzido por COVID-19 e ansiedade, a resiliência gerada durante o processo de transformação do sistema educacional, pode ser um preditor de adaptação que o profissional acadêmico sofreu durante a quarentena para lidar com o estresse (DELGADO-GALLEGOS et al, 2021).

Segundo Bartosiewicz et al (2022) a natureza da profissão de professor indica a necessidade



de o professor ter traços de personalidade e alta resiliência mental. Tendo em conta as diferentes idades de professores e suas predisposições pessoais, para alguns deles o trabalho escolar pode ser uma carga e nem sempre será capaz de cumprir os requisitos da profissão.

Achados da pesquisa, presente no Quadro 2, que investigou os efeitos psicológicos da nova pandemia de COVID-19 em 226 professores do ensino médio da Grécia, esboçaram um perfil do professor que não mencionaram muito medo do surto do novo coronavírus. Eles não apresentaram sinais de sobrecarga de trabalho pela depressão relacionada à pandemia, e seu otimismo sobre o resultado da crise foi predominante, além da emergência sem precedentes e a implementação do ensino a distância não terem causado muita preocupação (STACHTEAS; STACHTEAS, 2020).

Em outro estudo arrolado no Quando 2, Delgado-Gallegos et al (2021) investigou os impactos da pandemia na saúde mental de 223 professores no México. A partir dos resultados do perfil sociodemográfico, docentes com mais de 50 anos indicaram ansiedade e estresse relacionados ao COVID-19, com altos níveis de resiliência. Os autores indagaram se resiliência poderia se desenvolver ao longo da vida, ou se é a antiga frase “a sabedoria vem com a idade” é verdadeira, principalmente para profissionais acadêmicos.

Pearman et al (2020) denotou que o enfrentamento proativo foi uma medida de proteção contra o estresse relacionado ao COVID-19. Como os pacientes mais velhos são mais propensos a ter complicações se infectados. Então, eles têm uma atitude mais prática em relação ao cumprimento de restrições medidas e até mesmo desenvolver hábitos positivos com base na experiência.

CONSIDERAÇÕES FINAIS



Após 2 anos dos primeiros casos de pneumonia Covid-19 na cidade de Wuhan em dezembro de 2019, são notórios os impactos psicológicos da pandemia em diversos segmentos da sociedade, portanto após a parte mais crítica infere-se como principal desafio a análise da frequência que os sentimentos negativos como tristeza, ansiedade, depressão, desesperança, dentre outros, tem atingido os docentes.

Quanto a literatura, observa-se certa escassez de estudos sobre o tema, embora o próprio método de revisão integrativa e os critérios de inclusão tenham sintetizado os resultados em termos quantitativos.

A pandemia do COVID-19 impactou diferencialmente a linha de frente do trabalho. Os professores trabalham na linha de frente do sistema educacional e a natureza de seus papéis e responsabilidades profissionais foram radicalmente transformados pela pandemia. Isso deixou os professores vulneráveis aos desafios da saúde mental e continua a ser imperativo identificar recursos de proteção que podem amortecer o sofrimento psicológico.

Neste estudo, investigou-se os impactos da pandemia na saúde mental de professores do ensino básico, e cuja literatura resultante do método de integração apontou para questões de gênero, burnout e depressão, ansiedade e medo, concentração e uso de drogas, e a resiliência frente a essas consequências da pandemia.

Ratifica-se como relevante neste levantamento, além da discussão conceitual acerca dos estudos selecionados no quadro, somados a bibliografia complementar, o surgimento de expressões pouco conhecidas, como o Coping, que representa o conjunto de artifícios utilizados como formas de abstração da realidade, já utilizados de forma instintiva, como autodefesa, num cenário profissional que apresenta várias vertentes, que somadas podem acarretar sérios problemas psicológicos: no lado



do trabalhador, as jornadas de trabalho cada vez mais exaustivos, o que acarreta o esgotamento físico, enquanto que a baixa autoestima e a realização profissional estão ligadas a falta de valorização da profissão docente em alguns países.

A coronofobia, outro termo recente e achado desta pesquisa, evidencia que professores, além d população em geral, também foram impactados pela pandemia, e muitos vivenciam estresse, crises de ansiedade pela incerteza do futuro e medo da morte, restrições por isolamento social, perda do emprego e mudanças na rotina diária.

Dentre as limitações desse estudo, destaca-se a dificuldade de definição do quadro de impactos da pandemia na saúde mental, em virtude da possibilidade de diversas inferências, embora na leitura das pesquisas tenha ocorrido o esforço de extrair as questões e índices mais significativos dos estudos.

Finalmente, é importante salientar que a falta de políticas públicas no Brasil, com vistas a prevenção e assistência de agravos psicológicos em docentes, incluindo problemas de gestão e a formação continuada insuficiente dos professores, dificultam a identificação dos casos, contribuindo dessa forma para quadros tão alarmantes como os apresentados.

Apesar de enfraquecidos nos últimos anos no país, entende-se que os movimentos associativos de classe podem colaborar efetivamente para o diagnóstico e intervenção em casos de sofrimento psicológico de professores, infelizmente comuns, mas que foram intensificados durante a pandemia.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 5 ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.



AMRI, R. et al. Assessment of burnout among primary teachers in confinement during the COVID-19 period in Morocco: case of the Kenitra. *Pan Afr Med J*, Kampala, Uganda, v. 35, Supp 2, p. 1-5, 2020.

ARAÚJO, T. M. et al. Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios. *Cad Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 35, Suppl 1, p. 1-14, 2019.

ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE MEDICINA DO TRABALHO – ANAMT. OMS inclui a síndrome de burnout na Classificação Internacional de Doenças. 2019. Disponível em: <https://www.anamt.org.br/porta1/2019/05/27/oms-inclui-a-sindrome-de-burnout-na-lista-de-doencas/>. Acesso em: 20 ago. 2022.

BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2011.

BARRETO, M. S. et al. The experience of coronaphobia among health professionals and their family members during COVID-19 pandemic: A qualitative study. *Collegian*, [S.l.], v. 29, p. 288–295, 2022.

BARTOSIEWICZ, A et al. Assessment of job satisfaction, self-efficacy, and the level of professional burnout of primary and secondary school teachers in Poland during the COVID- 19 pandemic. *Peer J*, [S.l.], v. 10, e13349, 2022.

DELGADO-GALLEGOS, J. L. et al. Teaching Anxiety, Stress and Resilience During the COVID-19 Pandemic: Evaluating the Vulnerability of Academic Professionals in Mexico Through the Adapted COVID-19 Stress Scales. *Front Public Health*, Lausanne, v. 9, p. 1-10, 2021.

FRIGANOVIC, A. et al. Stress and burnout syndrome and their associations with coping and job satisfaction in critical care nurses: a literature review. *Psychiatr Danub*, [S.l.], v. 31, Suppl. 1, p. s21-s31, 2019.



JAKUBOWS, T. D.; SITKO-DOMINIK, M. M. Teachers' mental health during the first two waves of the COVID-19 pandemic in Poland. *Plos One*, San Francisco, p. 1-25, 23 set. 2021.

KIBICI, V. B. Analysis of Music Teachers' Job Satisfaction and COVID-19 Anxiety Levels. *Int J Educ Soc Sci*, Dhaka, Bangladesh, v. 3, n. 4. p. 752-767, 2021.

KIM, L. E. et al. "My brain feels like a browser with 100 tabs open": A longitudinal study of teachers' mental health and well-being during the COVID-19 pandemic. *Br J Educ Psychol*, London, v. 92, p. 299–318, 2022.

LEÃO, A. C. A. et al. Consumo de álcool em professores da rede pública estadual durante a pandemia da COVID-19. *J Bras Psiquiatr*, Rio de Janeiro, v. 71, n. 1, p. 5-15, 2022.

LEITER, M. P.; MASLACH, C. The impact of interpersonal environment on burnout and organizational commitment. *J Organ Behav*, [S.l.], v. 9, p. 297–308, 1988.

LEMOS, A. H. C. et al. Mulheres em home office durante a pandemia da covid-19 e as configurações do conflito trabalho-família. *Rev Adm Empresas*, São Paulo, v. 60, n. 6, p. 388-399, 2020.

LI, Q. et al. Prevalence and factors for anxiety during the coronavirus disease 2019 (COVID- 19) epidemic among the teachers in China. *J Affect Disord*, Amsterdam, *Journal of Affective Disorders*, v. 277, p. 153–158, 2020.

LIZANA, P. A. et al. Impact of the COVID-19 Pandemic on Teacher Quality of Life: A Longitudinal Study from before and during the Health Crisis. *Int J Environ Res Public Health*, Basel, v. 18, p. 1-11, 2021.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. Understanding the burnout experience: recent research and its impli-



cations for psychiatry. *World Psychiatry*, [S.l.], v. 15, n. 2, p. 103-111, 2016.

MASLACH, C. et al. Job Burnout. *Annu Rev Psychol*, [S.l.], v. 52, p. 397–422, 2001.

MENDES, K. D. et al. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto Contexto Enfermagem*, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758–764, 2008.

NABE-NIELSENN, K. et al. The effect of COVID-19 on schoolteachers' emotional reactions and mental health: longitudinal results from the CLASS study. *Int Arch Occup Environ Health*, Berlin, v. 95, p. 855–865, 2022.

OZAMIZ-ETXEBARRIA, N. et al. Estado emocional del profesorado de colegios y universidades en el norte de España ante la Covid-19. *Rev Esp Salud Pública*, Madrid, v. 95, p. 1-8, 2021.

PASTRE, M.; LOPEZ-CASTROMAN, J. Actigraphy monitoring in anxiety disorders: A mini-review of the literature. *Front Psychiatry*, [S.l.], v. 13, 984878, 2022.

PEREIRA, S.M. et al. Burnout in physicians and nurses: A multicenter quantitative study in palliative care units in Portugal. *Magaz Nursi Refer*, [S.l.], v. 3, p. 55-64, 2014.

SILVA, N. S. S. et al. Working conditions, lifestyle and mental health of Brazilian public- school teachers during the COVID-19 pandemic. *Psychiatriki*, Athēna, v. 32, p. 282–289, 2021.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Integrative review: what is it? How to do it? *Einstein* (São Paulo), São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.

STACHTEAS, P; STACHTEAS, C. The psychological impact of the COVID-19 pandemic on secondary school teachers. *Psychiatriki*, Athēna, v. 31, p. 293–301, 2020.

