



INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E
TECNOLOGIA DO TRIÂNGULO MINEIRO – CAMPUS UBERABA
Programa de Pós-Graduação em Educação Tecnológica (PPGET)
Mestrado Profissional em Educação Tecnológica (MPET)

SABRINA ALMEIDA ALVES DOS SANTOS

**UMA PESQUISA BIBLIOGRÁFICA A LUZ DO PENSAMENTO DE CHRISTOPHE
DEJOURS SOBRE A SAÚDE MENTAL DOCENTE APÓS O ISOLAMENTO
SOCIAL DEVIDO À PANDEMIA DA COVID-19.**

Uberaba/MG
2023

SABRINA ALMEIDA ALVES DOS SANTOS

**UMA PESQUISA BIBLIOGRÁFICA A LUZ DO PENSAMENTO DE CHRISTOPHE
DEJOURS SOBRE A SAÚDE MENTAL DOCENTE APÓS O ISOLAMENTO
SOCIAL DEVIDO À PANDEMIA DA COVID-19.**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Tecnológica – curso de Mestrado Profissional em Educação Tecnológica do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Triângulo Mineiro (IFTM) – Campus Uberaba, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Educação Profissional e Tecnológica.

Linha de Pesquisa I: Educação, Trabalho, Ciência e Tecnologia – Processos Formativos e Práticas Educativas em Educação Tecnológica.

Orientador: Prof. Dr. Bruno Pereira Garcês

Uberaba/MG
2023

Ficha Catalográfica elaborada pelo Setor de Referência do IFTM –
Campus Uberaba-MG

Santos, Sabrina Almeida Alves dos
S59u Uma pesquisa bibliográfica a luz do pensamento de
Christophe Dejours sobre a saúde mental docente após o isolamento
social devido à pandemia da COVID-19./ Sabrina Almeida Alves dos
Santos – 2023.

121f.: il.


Orientador: Prof. Dr. Bruno Pereira Garcês
Dissertação (Mestrado Profissional em Educação
Tecnológica) - Instituto Federal do Triângulo Mineiro - Campus
Uberaba - MG, 2023.

1. Professor. 2. Saúde Mental. 3. Isolamento Social. 4.
Pandemia.

I. Garcês, Bruno Pereira. II. Título.

CDD 158.7

FOLHA DE APROVAÇÃO

 INSTITUTO FEDERAL Triângulo Mineiro Campus Uberaba	SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
	INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA TRIÂNGULO MINEIRO – CAMPUS UBERABA MESTRADO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA

SABRINA ALMEIDA ALVES DOS SANTOS

Título: UMA PESQUISA BIBLIOGRÁFICA A LUZ DO PENSAMENTO DE CHRISTOPHE DEJOURS SOBRE A SAÚDE MENTAL DOCENTE APÓS O ISOLAMENTO SOCIAL DEVIDO À PANDEMIA DA COVID-19.

FOLHA DE APROVAÇÃO DEFESA DISSERTAÇÃO

Data da aprovação: 05/07/2023

Membros componentes da Banca Examinadora

Membros

Dr. Bruno Pereira Garcês

Membros

Dr. Welisson Marques

Membros

Dr. Antônia Teresinha da Silva

Local: Uberaba/MG

Rua João Batista Ribeiro, 4000 - Distrito Industrial II - CEP: 38064-790 - Uberaba/MG
Recepção: (34) 3319-6000 / Fax: (34) 3319-6001
www.iftm.edu.br/uberaba

Continuação ou Assinatura Eletrônica da Folha de Aprovação

Dedico este trabalho a todos os professores que, incansavelmente, destinam suas vidas à educação e ao bem-estar dos seus alunos. A vocês, que enfrentam desafios diários, adaptam-se a novas realidades e superam obstáculos, minha admiração e gratidão.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de expressar meus sinceros agradecimentos a todas as pessoas que estiveram ao meu lado durante a realização deste trabalho, oferecendo seu apoio, incentivo e contribuições valiosas.

Agradeço primeiramente ao meu amado esposo e aos meus queridos filhos, que compreenderam e apoiaram minha jornada acadêmica, sendo fontes inesgotáveis de amor, paciência e compreensão. Sua presença constante e encorajamento foram fundamentais para que eu pudesse enfrentar os desafios deste estudo. Agradeço as minhas tias Neusa e Marcilene, por me incentivarem aos estudos desde a infância. Agradeço aos amigos Laércio e Adalgisa.

À equipe de professores do curso de mestrado, expresso minha gratidão pela dedicação e excelência na transmissão do conhecimento. Cada um de vocês contribuiu de maneira única para o meu crescimento acadêmico e profissional. Seus ensinamentos e orientações foram essenciais para o desenvolvimento deste trabalho.

Aos meus colegas de curso, sou grata pela troca de experiências, pelos debates enriquecedores e pelo apoio mútuo ao longo dessa caminhada. Nossas discussões e reflexões foram fundamentais para o aprimoramento das ideias apresentadas neste estudo.

Não poderia deixar de agradecer ao meu orientador, Bruno Garcês, por ter aceitado o desafio de me guiar nesta jornada. Sua expertise, disponibilidade e paciência foram imprescindíveis para o desenvolvimento deste trabalho. Agradeço por compartilhar seu conhecimento e por me incentivar a buscar sempre a excelência.

Por fim, agradeço a todos aqueles que, de alguma forma, contribuíram para a realização deste trabalho, mesmo que não mencionados individualmente. Seu apoio e encorajamento foram fundamentais para a conclusão desta etapa tão significativa em minha vida.

Que este trabalho seja uma contribuição expressiva para a compreensão e valorização da saúde mental dos professores, e que possamos juntos promover um ambiente de trabalho mais saudável e acolhedor para esses profissionais que desempenham um papel tão importante na formação de indivíduos e na construção de uma sociedade melhor.

Meu carinhoso agradecimento a todos vocês.

Por mais que se entusiasme com os novos avanços técnico-científicos, nunca esqueça as questões que realmente contam: em que medida as técnicas de informações e de comunicação e os muitos saberes ajudam a gestar vida antes da morte? E proporcionam uma sociedade que todos podem caber?

Leonardo Boff (1998, p. 12)

RESUMO

Uma pesquisa bibliográfica a luz do pensamento de Christophe Dejours sobre a saúde mental docente após o isolamento social devido à pandemia da COVID-19.

Este trabalho tem como objetivo principal investigar o impacto do ensino remoto durante o período de isolamento social decorrente da pandemia do COVID-19 na saúde mental dos professores. Buscamos compreender como esses profissionais enfrentaram esse contexto pandêmico e quais foram os efeitos das aulas remotas e do distanciamento social em sua saúde mental. A pesquisa foi desenvolvida no âmbito do Programa de Pós-Graduação em Educação Tecnológica do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Triângulo Mineiro (IFTM) e se encontra inserida na linha de pesquisa I: Educação, Trabalho, Ciência e Tecnologia – Processos Formativos e Práticas Educativas em Educação Tecnológica. A metodologia adotada baseou-se em uma abordagem qualitativa, utilizando-se de pesquisa bibliográfica. Foram utilizados artigos científicos da base de dados do google acadêmico, Scielo e o Portal de periódicos da CAPES. As pesquisas foram estipuladas por trabalhos desenvolvidos e publicados entre os anos de 2020 e 2023. Foram consultadas as obras de Dejours, além de livros e artigos científicos que abordam o tema da saúde mental dos docentes, o adoecimento mental no ambiente de trabalho e os impactos do ensino remoto. As perguntas de pesquisa que nortearam este estudo foram: Como os professores enfrentaram o contexto do ensino remoto durante a pandemia do COVID-19? Qual sofrimento provocado nos professores com o distanciamento social e o ensino remoto devido a pandemia da COVID-19? A justificativa para a realização deste estudo reside na importância de compreender os impactos psicológicos enfrentados pelos professores durante o período de ensino remoto e isolamento social. A saúde mental dos docentes é uma preocupação relevante, pois influencia diretamente a qualidade do ensino e o bem-estar desses profissionais. Com base nos estudos e pesquisas apresentados, concluiu-se que fatores como o aumento de estressores, a sobrecarga de trabalho, a escassez de tempo para planejamento e adaptação ao uso de tecnologias digitais de informação e comunicação, aliados à desvalorização profissional, têm contribuído para o comprometimento da saúde mental dos professores. Adicionalmente, evidenciou-se como esses fatores foram acentuados durante o período de isolamento social decorrente da pandemia do COVID-19, impactando significativamente a saúde mental desses profissionais. Considera-se, portanto, que a promoção da saúde mental dos professores é essencial para garantir um ambiente de trabalho saudável e propício ao desenvolvimento educacional. Recomenda-se a implementação de políticas públicas que visem proteger a saúde e o bem-estar dos professores, incluindo a vacinação prioritária, a redução da carga de trabalho e a adoção de medidas que permitam um equilíbrio entre trabalho e vida pessoal. Essas considerações reforçam a importância de valorizar e apoiar os professores, reconhecendo o seu papel fundamental na sociedade e oferecendo as condições necessárias para que possam exercer sua profissão de forma saudável e eficaz.

Palavras-Chave: Professor. Saúde Mental. Isolamento Social. Pandemia.

ABSTRACT

A bibliographical research in the light of Christophe Dejours' thinking on teaching mental health after social isolation due to the COVID-19 pandemic.

This study aims to investigate the impact of remote teaching during the period of social isolation resulting from the COVID-19 pandemic on the mental health of teachers. We seek to understand how these professionals faced this pandemic context and what were the effects of remote classes and social distancing on their mental health. The research was developed within the scope of the Graduate Program in Technological Education at the Federal Institute of Education, Science, and Technology of Triângulo Mineiro (IFTM) and is part of Research Line I: Education, Work, Science, and Technology - Formative Processes and Educational Practices in Technological Education. The methodology adopted was based on a qualitative approach, using bibliographic research. Scientific articles from the academic google database, Scielo and the CAPES journal portal were used. The surveys were stipulated by works developed and published between the years 2020 and 2023. Works by Dejours, as well as books and scientific articles addressing the topic of teachers' mental health, mental illness in the workplace, and the impacts of remote teaching were consulted. The research questions that guided this study were: How did teachers face the context of remote teaching during the COVID-19 pandemic? What were the effects of remote classes and social distancing on teachers' mental health? The justification for conducting this study lies in the importance of understanding the psychological impacts faced by teachers during the period of remote teaching and social isolation. The mental health of teachers is a relevant concern as it directly influences the quality of education and the well-being of these professionals. Based on the studies and research presented, it was concluded that factors such as increased stressors, workload overload, lack of time for planning and adaptation to the use of digital information and communication technologies, coupled with professional devaluation, have contributed to the compromise of teachers' mental health. Additionally, it was evidenced how these factors were accentuated during the period of social isolation resulting from the COVID-19 pandemic, significantly impacting the mental health of these professionals. Therefore, it is considered essential to promote the mental health of teachers to ensure a healthy work environment conducive to educational development. It is recommended to implement public policies aimed at protecting the health and well-being of teachers, including prioritized vaccination, workload reduction, and the adoption of measures that allow for a balance between work and personal life. These considerations reinforce the importance of valuing and supporting teachers, recognizing their fundamental role in society and providing the necessary conditions for them to exercise their profession in a healthy and effective manner.

Keywords: Teacher. Mental Health. Social Isolation. Pandemic.

SIGLAS E ABREVIações

CAPES	Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
CNTE	Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação
CPERS	Centro dos Professores do Estado do Rio Grande do Sul
DORT	Distúrbios Osteomusculares Relacionadas ao Trabalho
EaD	Ensino a Distância
ERE	Ensino Remoto Emergencial
FCC	Fundação Carlos Chagas
Gestrado/UFMG	Grupo de Estudos sobre Política Educacional e Trabalho Docente da Universidade Federal de Minas Gerais
IBES	Instituto Brasileiro para Excelência em Saúde
LER	Lesões por Esforços Repetitivos
MEC	Ministério da Educação
OIT	Organização Internacional do Trabalho
OMS	Organização Mundial da Saúde
PC	Personal Computer
PNAD Contínua	Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua
PNE	Plano Nacional de Educação
SciELO	Scientific Electronic Library Online
TDIC	Tecnologias digitais da informação e comunicação
TIC's	Tecnologias da Informação e da Comunicação
TOC	Transtorno obsessivo-compulsivo

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	12
CAPÍTULO I - O PROFESSOR E O USO DA TECNOLOGIA.....	26
CAPÍTULO II - DEJOURS E O ADOECIMENTO NO TRABALHO	45
CAPÍTULO III - PROFESSOR: AS CONDIÇÕES DE TRABALHO E A SAÚDE MENTAL.....	50
CAPÍTULO IV - SAÚDE MENTAL – ANÁLISE DE PESQUISAS E DISCUSSÃO DOS DADOS.....	63
CAPÍTULO V - PRODUTO EDUCACIONAL – CARTILHA DIGITAL.....	81
CONSIDERAÇÕES FINAIS	86
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	89
APÊNDICE	100

INTRODUÇÃO

A tarefa docente é impregnada de uma ampla gama de emoções, que desempenham um papel de suma importância na preservação do equilíbrio psicológico do professor. Conforme argumentado por Marchesi (2008), o labor no campo da educação repousa primordialmente nas interações interpessoais que permeiam toda a comunidade escolar. É por essa razão que os docentes se veem submetidos a uma multiplicidade de experiências emocionais, como irritação, apreensão, regozijo, ansiedade, afetividade, melancolia, frustração, entre outras. A habilidade do profissional em manter o equilíbrio diante de tão abrangentes estados emocionais está intrinsecamente relacionada às suas condições laborais e aos aspectos intrínsecos à sua esfera pessoal, uma vez que tais circunstâncias podem afetar direta e adversamente a sua saúde mental.

Ao discorrermos acerca da saúde mental, é comum que as pessoas erroneamente concebam a sua existência somente na ausência de transtornos ou enfermidades psíquicas, tais como depressão, ansiedade, transtorno obsessivo-compulsivo, entre outros. Todavia, ao abordarmos a saúde mental, é fundamental compreender que ela transcende a simples inexistência de patologias. A Organização Mundial da Saúde (OMS), nesse sentido, atribui à saúde mental uma definição que extrapola a mera ausência de doenças:

Na verdade, só é possível ter saúde quando há um completo bem-estar físico, mental e social de uma pessoa. Diversos fatores podem colocar em risco a saúde mental dos indivíduos; entre eles, rápidas mudanças sociais, condições de trabalho estressantes, discriminação de gênero, exclusão social, estilo de vida não saudável, violência e violação dos direitos humanos. A promoção da saúde mental envolve ações que permitam às pessoas adotar e manter estilos de vida saudáveis (GRUPO IBES, 2016, s.p.).

A saúde mental abrange uma ampla gama de aspectos, incluindo o equilíbrio emocional, o funcionamento cognitivo, a resiliência, a autoestima e a capacidade de se adaptar às mudanças e lidar com adversidades. Também está relacionada à capacidade de estabelecer e manter relacionamentos saudáveis, ter uma visão positiva de si mesmo e do mundo ao seu redor, e encontrar significado e propósito na vida. Alves e Rodrigues (2010) discorrem sobre a dificuldade de definir saúde mental, mas assim como a OMS, afirmam que para se ter saúde mental dependemos de vários

fatores.

O conceito de “saúde mental” é amplo, e nem sempre é fácil a sua definição, ou a identificação daquilo que a determina. No entanto, da mesma forma que a “saúde” não é apenas a ausência de doença, também a saúde mental é mais do que apenas a ausência de perturbação mental. Neste sentido, tem sido cada vez mais entendida como o produto de múltiplas e complexas interações, que incluem factores biológicos, psicológicos e sociais (ALVES; RODRIGUES, 2010).

A saúde mental é um estado de bem-estar emocional, psicológico e social no qual uma pessoa é capaz de lidar com os desafios normais da vida, trabalhar de forma produtiva e contribuir para sua comunidade. Envolve a capacidade de gerenciar as emoções e o estresse, estabelecer relacionamentos saudáveis, tomar decisões e lidar com as dificuldades da vida. Mas quando se trata da saúde mental do trabalhador, encontramos obstáculos para estabelecê-la.

A temática concernente à saúde laboral é objeto de estudo na sociedade contemporânea. Dentre as inúmeras perspectivas teóricas existentes, emerge a contribuição do renomado psicanalista Christopher Dejours, cujo enfoque crítico sobre as relações entre trabalho e saúde mental desponta com notoriedade. Dejours, eminente psiquiatra e psicopatologista francês, prontamente se dedicou ao estudo das intrincadas conexões entre o labor e a saúde. Sua proposição reside na compreensão de que a saúde do trabalhador não pode ser meramente apreendida sob um viés biológico ou individual, mas sim como um fenômeno intrincado, permeado por dimensões psicossociais, organizacionais e culturais.

A Psicodinâmica do Trabalho possibilita uma compreensão contemporânea sobre a subjetividade no trabalho. Essa abordagem trouxe um novo olhar nas ciências do trabalho, ao propor a criação de espaços de discussão onde os trabalhadores puderam expressar sua voz, seus sentimentos e as contradições do contexto do trabalho que respondem pela maioria das causas geradoras de prazer e de sofrimento (DEJOURS, 2015).

Ao longo de seus estudos, Dejours evidenciou a necessidade premente de adotar uma abordagem distinta no que concerne à saúde do trabalhador, uma vez que, anteriormente, essa questão não recebia a devida atenção. Por meio de suas obras, tais como “A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho”, “Psicodinâmica do trabalho: Contribuições da Escola Dejouriana à Análise da Relação Prazer, Sofrimento e Trabalho”, “O fator Humano” e “Trabalho, tecnologia e

organização: avaliação do trabalho submetida à prova do real”, Dejours aprofunda-se nas relações laborais, nas causas dos afastamentos e na exploração desse tema, deixando claro que ele não deve ser relegado a um plano secundário. Sua obra serve como um alerta contundente, chamando a atenção para a importância dessa matéria.

Na psicodinâmica do trabalho, o sofrimento é uma experiência vivenciada, ou seja, é um estado mental que implica um movimento reflexivo da pessoa sobre seu “estar no mundo”, para utilizar um conceito da fenomenologia alemã, aplicado à condição de trabalhador [...] O conceito de sofrimento pertence à ordem do singular; o sofrimento coletivo é inconcebível, já que não existe corpo coletivo. Se, clinicamente, se observam estratégias coletivas de defesa fundadas em uma cooperação entre sujeitos, por outro lado o sofrimento permanece sempre individual e único (DEJOURS, 1999, p. 19).

O autor apresenta uma abordagem que abarca a ambivalência entre os conceitos de “bem-estar” e “loucura” (DEJOURS, 1994). Ao discorrer sobre essa distinção, sugere que o sofrimento no ambiente de trabalho pode ser compreendido como “o campo de batalha situado entre, por um lado, o bem-estar, e, por outro, a doença mental ou a loucura” (DEJOURS, 1993, p. 153). O bem-estar está intrinsecamente relacionado à ideia de desfrutar do trabalho, ter uma vida equilibrada, sendo o que leva as pessoas a encontrarem satisfação nas tarefas que desempenham. Contudo, a ideia de sofrimento está associada às dificuldades cotidianas enfrentadas tanto no âmbito profissional quanto pessoal, e quando isso ocorre, a pessoa se sente frustrada e alimenta um sentimento de aversão em relação ao próprio trabalho que produz.

A relevância de compreender a relação entre trabalho e saúde mental é ainda mais evidente diante do crescente número de afastamentos ocorridos após a pandemia da COVID-19. Durante o período de isolamento social, tornou-se essencial preocupar-se com a saúde mental dos professores, dado o comprometimento de sua qualidade de vida. Ao considerarmos a definição da OMS acerca da saúde mental, fica claro que alcançar um bem-estar completo, abrangendo os aspectos físico, mental e social, tem se tornado cada vez mais desafiador.

O isolamento social, imposto como medida de contenção da doença, causou impactos na sociedade. No entanto, mesmo em crises pandêmicas anteriores, nas quais estratégias semelhantes foram adotadas, não foi possível encontrar na literatura estudos que enfatizassem os problemas de saúde mental decorrentes dessas medidas.

A pandemia mais recente antes da COVID-19 foi a gripe suína em 2009. No entanto, seu impacto na população não foi tão significativo em comparação com a gripe espanhola, que ocorreu em 1918 e é considerada a última grande pandemia. A Gripe Espanhola recebeu esse nome porque foram os jornais da Espanha, país neutro na guerra, que começaram a divulgar o surto que estava afetando os combatentes da Primeira Guerra Mundial (KIND; CORDEIRO, 2020). O vírus se espalhou rapidamente e em 1918 causou milhões de mortes no Brasil e em todo o mundo, com projeções indicando até 100 milhões de mortes (SCHUELER, 2021). Ao contrário da gripe suína, medidas extremas foram adotadas para combater a doença durante a gripe espanhola e também na pandemia da COVID-19.

Durante a gripe espanhola, a primeira medida tomada para combater a disseminação da doença foi a suspensão das aulas. Em agosto de 1918, as escolas foram fechadas e, a partir desse momento, o isolamento social foi exigido, com a proibição de festas e aglomerações. Feriados foram antecipados e o carnaval de 1919 foi cancelado como medida de contenção da doença. No livro “A bailarina da morte: a gripe espanhola no Brasil” das autoras Schwarcz e Starling (2020), são abordados temas como a propagação da doença, o negacionismo dos governantes e os cuidados que a população adotou, porém não há menção à saúde mental das pessoas diante do caos provocado pela pandemia. Da mesma forma, nos artigos de Kind e Cordeiro (2020) e Souza (2021), que discutem a gripe espanhola em comparação com a COVID-19, também não são mencionados os efeitos na saúde mental das pessoas durante a gripe espanhola.

No livro “Psiquiatria das Pandemias” de Huremovic (2019), são abordadas hipóteses sobre problemas de saúde mental na população decorrentes de pandemias ao longo da história. No entanto, o enfoque principal está voltado para melhorias na medicina relacionadas ao saneamento básico, e não são apresentadas informações específicas sobre a saúde mental das pessoas durante a gripe espanhola. Quando realizado um levantamento das produções acadêmicas nas bases de dados do google acadêmico, Scielo e o Portal de periódicos da CAPES, sobre os impactos na saúde mental das pessoas em isolamento social durante a gripe espanhola, a pesquisa revelou a escassez de estudos que abordam esses aspectos. Além disso, não foram encontrados estudos direcionados especificamente aos professores nesse contexto.

Essa lacuna na pesquisa ressalta a importância de investigar e compreender os impactos na saúde mental durante crises pandêmicas passadas, como a gripe

espanhola, e também durante a pandemia da COVID-19. É fundamental desenvolver estudos que considerem as especificidades da saúde mental dos professores, uma vez que esses profissionais enfrentam desafios únicos no contexto educacional e podem ser especialmente afetados por condições de trabalho adversas e mudanças repentinas nas condições de trabalho. Durante a pandemia da COVID-19, os professores tiveram que se adaptar rapidamente a novas modalidades de ensino, como o ensino remoto emergencial, lidando com desafios como a falta de infraestrutura adequada, a sobrecarga de trabalho, a dificuldade de manter o engajamento dos alunos e a preocupação com sua própria saúde e bem-estar.

A pandemia do novo coronavírus, também conhecido como COVID-19, iniciou-se na China na província de Wuhan, no final de 2019. Apesar das fortes medidas de controle tomadas pelo governo chinês, em poucos meses a doença se espalhou pelo mundo (KIND; CORDEIRO, 2020, p. 7). Mesmo com as medidas, no Brasil os primeiros casos foram registrados em fevereiro de 2020 e, após a confirmação da primeira morte pelo vírus em março de 2020, o país iniciou as medidas de contenção da doença. Este foi o mesmo período em que a OMS classificou o novo coronavírus como uma pandemia, alertando os governos para tomarem medidas urgentes (KIND; CORDEIRO, 2020, p. 7). As autoras Kind e Cordeiro (2020) fizeram um comparativo entre as pandemias de Gripe Espanhola e do COVID-19:

Elas se situam em conjunturas econômicas, políticas e sociais distintas, há similitudes entre a “espanhola” e a Covid-19. Ambas vitimaram milhares de pessoas, especialmente os setores mais pobres da população, houve suspensão de cerimônias fúnebres, adoção de isolamento social e paralisação de atividades produtivas. Nas duas, ocorreram intenso debate público sobre a doença, a morte, as formas de contaminação e as medidas governamentais adotadas (KIND; CORDEIRO, 2020, p. 2).

Como pontuado pelas autoras, não muito diferente da atual situação pandêmica, a Gripe Espanhola dizimou parte da população brasileira. No que tange a Gripe Espanhola, “quando as primeiras notícias sobre a gripe chegaram ao Brasil, foram tratadas com descaso e em tom pilhérico, até mesmo em tom de pseudocientificidade ilustrando um estranho sentimento de imunidade face à doença” (KIND; CORDEIRO, 2020, p. 5).

Assim como a Gripe Espanhola, o novo coronavírus, de forma geral, foi apontado pelos governantes no Brasil de maneira minimizada, “propalando que era apenas uma gripe comum, passageira e benigna” (KIND; CORDEIRO, 2020, p. 5).

Frente a falsa calma divulgada, a população encontrou a falta de conhecimento dos médicos e dos cientistas sobre o contágio, diagnóstico e tratamento. E ainda, “a lentidão dos governos em darem respostas satisfatórias fizeram com que as pessoas se sentissem entregues à própria sorte” (KIND; CORDEIRO, 2020, p. 5).

Durante o episódio da Gripe Espanhola, uma época marcada pela ausência dos meios de comunicação que temos hoje, como rádio, televisão e redes sociais, o acesso à informação era limitado, especialmente considerando que grande parte da população era analfabeta (BRAGA; MAZZEU, 2017). Nesse contexto, a disseminação das notícias era mais difícil e sujeita a restrições.

Atualmente, vivemos em uma era de ampla disseminação de informações, em que diversos canais, como redes sociais, noticiários televisivos e de rádio, nos fornecem um acesso quase instantâneo aos eventos. No entanto, é importante mencionar que essa facilidade de acesso à informação é acompanhada pela presença de notícias falsas, as *fake News*, que contribuem para a desinformação e podem agravar os desafios enfrentados no combate à pandemia.

Conforme destacado por Silva, Oliveira e Martelli Júnior (2020), lidar com pandemias requer uma abordagem solidária e cooperativa entre líderes políticos, cientistas, gestores de saúde e a população em geral. Essa cooperação é fundamental para enfrentar os desafios e garantir o bem-estar coletivo. É também relevante ressaltar o valor do trabalho dos profissionais de saúde, cujo compromisso com o cuidado dos pacientes é de suma importância para preservar a saúde pública.

Analisando o contexto histórico da Gripe Espanhola, é evidente que, mesmo com as limitações da época, os profissionais de saúde desempenharam um papel essencial na busca por estratégias de prevenção, tratamento e controle da doença, sempre buscando o bem-estar dos pacientes. Essa abordagem centrada no cuidado médico demonstrou a importância da atuação dos profissionais de saúde em momentos de crise sanitária.

Dessa forma, tanto no passado quanto no presente, a colaboração conjunta dos profissionais de saúde e da sociedade como um todo continua sendo de vital importância para enfrentar pandemias. Por meio de esforços coletivos, solidariedade e cooperação entre os diversos atores envolvidos, podemos enfrentar os desafios e garantir a preservação da saúde e do bem-estar da população.

Com o mesmo pensamento, Adriana Goulart, mestre em História pela Universidade Federal Fluminense (UFF), falou sobre a Gripe Espanhola apontando a

importância do trabalho dos médicos pensando no bem-estar do paciente:

Se tratando de uma doença perigosa, esses mecanismos possibilitam torná-la compreensível e emocionalmente mais aceitável. A desordem pode ser uma situação criadora, uma vez que torna visível os problemas, tensões e insatisfações latentes no mundo social, podendo ser também fonte de mudanças [...] de novos comportamentos sociais. [...] O perfil higienista, normatizador e despótico, reforçava a autoridade do médico sobre o paciente, ao mesmo tempo que buscava elevar a qualidade de vida e trabalho dos cidadãos, reduzindo as possibilidades de adoecimento e propagação de doenças (GOULART, 2005, s/p).

Não havia no Brasil um profissional distinto para cuidar dos pacientes e de sua saúde mental, que não fosse o médico. Em 1918 o médico era o responsável por tudo que envolvia a saúde das pessoas.

Com o elevado número de mortes e o isolamento necessário, as demandas de saúde mental eram sempre reportadas aos médicos. A saúde mental das pessoas não encontrava o tratamento individual e necessário, os cuidados eram amplos e realizados apenas pelos médicos. Em 1918, a psicologia ainda não era reconhecida como ciência no Brasil; fazia parte de uma especialização da medicina.

Nesta época, a psicologia se fez presente em situações pontuais como “a psicologia racial no Brasil” (MASIERO, 2005, s/p). Segundo Pereira e Pereira Neto (2003), a psicologia não era uma prática definida ou regulamentada. O mercado de trabalho era incipiente. O que havia eram pessoas interessadas nos temas e questões psicológicas. Inicialmente a psicologia aproximou-se da educação e mais tarde da medicina.

Por este motivo, a medicina “tomou conta” dos vieses psicológicos. Percebendo a relevância do tema e dos resultados encontrados, quando se tentou implantar o primeiro curso de psicologia no Brasil, a pressão colocada pelos médicos foi um dos motivos para a escola fechar antes de formar a primeira turma:

Em 1932, seus objetivos foram atingidos: o Decreto-Lei nº 21. 173 transformou o Laboratório da Colônia de Psicopatas no Instituto de Psicologia da Secretaria de Estado de Educação e Saúde Pública. Ao Instituto caberia realizar pesquisas científicas, ser um centro de aplicação e uma escola superior de psicologia. O objetivo desta escola seria o de formar os primeiros profissionais de psicologia. No entanto, apesar do decreto, o Instituto foi fechado em menos de um ano. Como o curso de formação profissional duraria três anos, não foi possível habilitar nenhum psicólogo (PEREIRA; PEREIRA NETO, 2003, p. 22).

É importante ressaltar que a relação da psicologia e da medicina, em 1932, era

um jogo de interesses da medicina. Conforme afirmam Pereira e Pereira Neto, “se por um lado, a medicina, através da psiquiatria, criou condições para o desenvolvimento da psicologia brasileira, por outro, ela buscou apropriar-se do universo psi” (2003, p. 22). Esta estratégia era uma maneira de transformar a psicologia em especialidade médica. Frente a essas tentativas, incorporada a outras formações, em 1937, a psicologia foi disponibilizada como disciplina de várias graduações na Universidade do Brasil, atual Universidade Federal do Rio de Janeiro.

Relevante, mas sem notoriedade, ainda cobiçada pelos médicos, apenas no final da década de 40, início dos anos 50, a psicologia tornou-se “própria”, tendo a formação profissional de psicólogo. A psicologia chega ao final da década de 1950 como uma profissão detentora de uma formação profissional de nível universitário nos dois principais centros econômicos e políticos do país (PEREIRA; PEREIRA NETO, 2003, p. 23).

A trajetória da profissão de psicólogo no Brasil foi marcada por inúmeros desafios e obstáculos até alcançar sua regulamentação em 1962. Antes disso, durante o período da Gripe Espanhola, ocorrida há mais de um século, todas as demandas relacionadas à saúde mental eram direcionadas aos médicos, uma vez que a psicologia ainda não havia conquistado seu reconhecimento profissional.

As medidas adotadas para enfrentar a Gripe Espanhola, que se tornaram emblemáticas na luta contra a atual pandemia do novo coronavírus, envolviam estratégias como o uso de máscaras, a implementação de quarentenas e o isolamento social. No entanto, é importante ressaltar que, na época da Gripe Espanhola, os recursos disponíveis para a sobrevivência e o combate à doença eram precários, e não havia meios de comunicação abrangentes capazes de disseminar informações e orientações à população de forma efetiva.

Diferentemente do cenário atual, em que as aulas puderam ser adaptadas para o formato remoto enquanto enfrentávamos a pandemia da COVID-19, durante a Gripe Espanhola não havia possibilidade de manter o funcionamento regular das instituições de ensino. As limitações tecnológicas e a falta de infraestrutura impediam a continuidade das atividades educacionais, o que evidencia as diferenças significativas entre os dois períodos.

Essas observações destacam não apenas as transformações ocorridas ao longo do tempo no campo da saúde e da comunicação, mas também a importância de refletir sobre as condições históricas e sociais que moldaram a resposta a

diferentes crises sanitárias. O contraste entre as duas pandemias ressalta a necessidade de adaptação e inovação contínuas para enfrentar os desafios impostos pelas emergências de saúde pública, visando sempre preservar o bem-estar e a saúde da população.

É importante ressaltar a diferença entre o período de isolamento social durante a pandemia da Gripe Espanhola, no qual não existiam meios de comunicação abrangentes nem tecnologias digitais para facilitar o processo de ensino-aprendizagem dos alunos. Nessa época, o governo adotou medidas como a promoção dos alunos para os anos seguintes. Por outro lado, durante o isolamento causado pelo novo coronavírus, uma parcela da população teve acesso aos avanços tecnológicos e pôde continuar os estudos remotamente, enquanto outra parcela teve acesso apenas a atividades impressas. Embora isso tenha impactado o processo de ensino-aprendizagem de forma menos significativa, a saúde mental dos professores não foi favorecida.

A falta de preparo e familiaridade com as TDIC, juntamente com as exigências impostas pela nova modalidade de ensino, contribuíram para um cenário de sobrecarga emocional e desgaste psicológico entre os educadores. É fundamental reconhecer os desafios enfrentados pelos professores e oferecer suporte adequado para preservar sua saúde mental durante esse período desafiador.

Crawford, Butler-Henderson, Rudolph, Malkawi, Glowatz, Burton, Magni e Lam (2020), apontam alguns desafios vividos por professores e estudantes, como a ausência ou a precariedade de infraestrutura de home office, com banda larga da Internet indisponível, além da falta de domínio de recursos e competências digitais para projetar ou aprender no ensino digital. A garantia de uma infraestrutura de rede confiável é um dos elementos principais para o ERE, a fim de garantir participação nos momentos síncronos, usar recursos em tempo real, assistir a vídeos, baixar materiais, fazer upload, trabalhar com os alunos etc.

Dessa maneira, percebe-se que o professor foi submetido a uma adaptação brusca para conseguir seguir com as aulas. Essa adaptação “forçada” compromete a saúde mental do professor, uma vez que os níveis de ansiedade, estresse, depressão aumentaram em decorrência da insegurança por ministrar aulas virtualmente e da sobrecarga de trabalho e vida pessoal, tudo reunido em um só lugar (SILVA, 2021). E não só durante o período de isolamento social, ainda hoje o professor têm que continuar se adaptando às novas tecnologias, se mantendo atualizado perante um

mercado competitivo e exigente.

Dejours (2015) aborda as decorrências da realização do trabalho sem estrutura e apoio, salientando consequências físicas e mentais, como a ansiedade que causa desorganização do funcionamento mental, revelando uma insatisfação no trabalho, criando um ciclo.

A partir dos efeitos específicos da organização do trabalho sobre a vida mental dos trabalhadores resulta uma ansiedade particular partilhada por uma grande parte da população trabalhadora: é o sentimento de esclerose mental, de paralisia da imaginação, de regressão intelectual. De certo modo, de despersonalização (DEJOURS, 2015, p. 100).

Assim como a preocupação de Dejours em suas pesquisas, este estudo chama a atenção para a necessidade de uma abordagem mais ampla na saúde mental do professor, pois as modificações nesse sentido demonstram quanto a deterioração da saúde mental dos professores repercute diretamente no cotidiano do seu trabalho, provocando rupturas e processos de vulnerabilidade.

A presente dissertação tem como objetivo investigar a condição atual da saúde mental dos professores que enfrentaram o período de isolamento social devido à pandemia da COVID-19, enquanto continuaram a lecionar de forma remota. O foco central deste estudo é compreender se houve um impacto significativo no bem-estar psicológico desses profissionais ou se conseguiram lidar de forma efetiva com as adversidades e superar esse período desafiador. Além disso, busca-se explorar o impacto das mudanças na forma de ministrar as aulas durante o ensino remoto.

A relevância deste estudo se justifica e fundamenta na necessidade de compreender os efeitos psicológicos enfrentados pelos professores no contexto do ensino remoto durante a pandemia. A saúde mental dos educadores desempenha um papel crucial na qualidade do ensino e no bem-estar dos alunos. Portanto, é fundamental investigar como essas mudanças afetaram os professores, a fim de desenvolver estratégias e intervenções adequadas para promover a saúde mental desses profissionais.

Destarte, trazemos, como perguntas de pesquisa:

- Qual foi o impacto do ensino remoto no bem-estar mental dos professores durante o período de isolamento social?
- Como os professores lidaram com as adversidades enfrentadas no ensino remoto durante a pandemia?

- Quais foram os principais desafios e dificuldades encontrados pelos professores ao utilizar as tecnologias digitais para ministrar as aulas remotas?

Para tanto, temos, como objetivo geral, investigar o impacto da experiência do ensino remoto no bem-estar mental dos professores durante o período de isolamento social imposto pela pandemia da COVID-19. A partir dele, desdobramos, como objetivos específicos:

- Analisar os desafios enfrentados pelos professores ao ministrar aulas utilizando as tecnologias digitais durante o ensino remoto.
- Explorar as contribuições teóricas de Christophe Dejours sobre o adoecimento no trabalho e suas implicações para a saúde mental dos professores.
- Realizar uma análise crítica das pesquisas existentes sobre o adoecimento dos professores durante a pandemia e discutir os principais resultados encontrados.
- Desenvolver um produto educacional que visa auxiliar os professores no cuidado e promoção da saúde mental.

Este trabalho se baseia nos princípios da pesquisa qualitativa, por meio da realização de uma pesquisa bibliográfica. A pesquisa utilizando o levantamento bibliográfico desempenha um papel fundamental no avanço do conhecimento em diversas áreas do saber. Assim temos:

A pesquisa bibliográfica é aquela que se realiza a partir do registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores, em documentos impressos, como livros, artigos, teses etc. Utiliza-se de dados ou de categorias teóricas já trabalhados por outros pesquisadores e devidamente registrados. Os textos tornam-se fontes dos temas a serem pesquisados. O pesquisador trabalha a partir das contribuições dos autores dos estudos analíticos constantes dos textos (SEVERINO, 2013, p. 106).

Essa abordagem metodológica consiste na busca, seleção e análise crítica de uma ampla gama de fontes bibliográficas, como livros, artigos científicos, teses, dissertações e relatórios, a fim de obter informações relevantes e embasar teoricamente um estudo. A metodologia de pesquisa escolhida é uma abordagem muito utilizada em diversas áreas do conhecimento. Ela consiste em um processo de análise e síntese de informações e conhecimentos já existentes, com o objetivo de produzir uma nova interpretação ou síntese do tema. Como afirma Galvão:

[...] Realizar um levantamento bibliográfico é se potencializar intelectualmente com o conhecimento coletivo, para se ir além. É munir-se com condições cognitivas melhores, a fim de: evitar a duplicação de

pesquisas, ou quando for de interesse, reaproveitar e replicar pesquisas em diferentes escalas e contextos; observar possíveis falhas nos estudos realizados; conhecer os recursos necessários para a construção de um estudo com características específicas; desenvolver estudos que cubram lacunas na literatura trazendo real contribuição para a área de conhecimento; propor temas, problemas, hipóteses e metodologias inovadoras de pesquisa; otimizar recursos disponíveis em prol da sociedade, do campo científico, das instituições e dos governos que subsidiam a ciência (GALVÃO, 2010, p. 1).

A importância da pesquisa utilizando o levantamento bibliográfico reside na sua capacidade de fornecer uma base sólida para a investigação acadêmica. Ao explorar e analisar a literatura existente sobre um determinado tema, os pesquisadores podem identificar lacunas no conhecimento, entender as diferentes perspectivas e teorias existentes e situar o seu próprio trabalho dentro de um contexto mais amplo.

Uma vez que se saiba qual temática abordar, é preciso definir qual fonte de informação será empregada (CUNHA, 2001). Para fins científicos e acadêmicos, o ideal é consultar as bases de dados bibliográficos confiáveis, por conterem informações de melhor qualidade. Foram utilizados artigos científicos da base de dados do google acadêmico, Scielo e o Portal de periódicos da CAPES. As pesquisas foram estipuladas por trabalhos desenvolvidos e publicados entre os anos de 2020 e 2023. Uma vez que o isolamento social foi estabelecido no Brasil a partir de março de 2020 e as aulas presenciais retornaram normalmente em fevereiro de 2022, fica mais evidente pesquisar sobre a saúde mental dos professores neste período que compreendeu todo o período pandêmico (início e o pós).

A partir dessa estratégia, utilizamos na base de pesquisa os descritores “saúde mental”, “professores”, “pandemia”. Uma vez finalizado o processo de busca nas plataformas acadêmicas, foi realizada a leitura do material encontrado. Com as fontes de informação selecionadas, é importante avaliar criticamente o conteúdo, verificando a qualidade e a confiabilidade dos dados e das informações apresentadas. Deste ponto em diante, é possível identificar lacunas e oportunidades para produzir uma discussão sobre o tema proposto.

Uma das vantagens de utilizar essa metodologia de pesquisa é que ela permite ao pesquisador acessar uma ampla gama de informações e dados já existentes, muitas vezes de forma mais rápida e econômica do que se fosse necessário coletar novos dados por meio de pesquisas empíricas. Além disso, ela pode ser uma abordagem particularmente útil para investigar temas complexos e multifacetados, pois permite ao pesquisador reunir e organizar informações de diversas fontes para

produzir uma visão mais ampla do assunto. No entanto, pode ser difícil garantir que todas as perspectivas e abordagens relevantes para o tema sejam consideradas.

É importante lembrar que a pesquisa bibliográfica não é apenas um resumo das fontes consultadas, mas sim uma análise crítica e reflexiva da literatura existente sobre o tema de pesquisa. Ao final da coleta, os dados foram analisados e discutidos à luz do trabalho de Dejours.

A dissertação está estruturada em cinco capítulos. No Capítulo 1, intitulado “O professor e o uso da tecnologia”, foram explorados os desafios enfrentados pelos professores ao utilizar as tecnologias digitais no ensino remoto. No Capítulo 2, intitulado “O adoecimento no trabalho pela perspectiva de Christophe Dejours”, abordamos as obras e conceitos desenvolvidos por Christophe Dejours, com destaque para o livro “A Loucura do Trabalho”. Essa referência é fundamental para uma compreensão crítica das relações entre trabalho e saúde mental, fornecendo *insights* sobre as condições de trabalho que podem levar ao adoecimento dos professores.

No Capítulo 3, intitulado “Professor: condições de trabalho e saúde mental”, foi realizada uma análise detalhada das condições de trabalho dos professores durante a pandemia da COVID-19, à luz dos conceitos de Christophe Dejours. Identificamos as questões específicas que comprometeram a saúde mental dos profissionais nesse contexto, considerando fatores como carga de trabalho, demandas emocionais, falta de apoio institucional e desafios tecnológicos.

Com base nas informações apresentadas nos capítulos anteriores, o Capítulo 4, intitulado “Saúde Mental - Análise de pesquisas e discussão dos dados”, realizou uma revisão crítica das pesquisas existentes que abordam o adoecimento dos professores durante a pandemia da COVID-19. Foram examinados os principais achados dessas pesquisas, destacando as dificuldades enfrentadas pelos professores, os impactos na saúde mental e as possíveis estratégias de enfrentamento.

A partir das reflexões e *insights* obtidos nos capítulos anteriores, o Capítulo 5 apresenta o produto educacional desenvolvido como resultado deste estudo. Esse produto tem como objetivo oferecer um suporte efetivo para os professores no cuidado e promoção da saúde mental, com base nas necessidades identificadas ao longo da pesquisa. Foram discutidas estratégias e recursos práticos que possam contribuir para o bem-estar emocional dos professores no exercício de suas atividades.

Por fim, apresentamos as considerações finais, retomando os principais

achados da pesquisa e destacando sua relevância para a compreensão da saúde mental dos professores durante o ensino remoto. Discutimos possíveis limitações do estudo e sugestões para pesquisas futuras nessa área, visando contribuir para a promoção do bem-estar dos professores e a melhoria das condições de trabalho no contexto educacional.

Dessa forma, esta dissertação aborda de maneira abrangente a condição da saúde mental dos professores que enfrentaram o período de ensino remoto durante a pandemia da COVID-19, buscando compreender os impactos, discutir as questões relacionadas ao adoecimento no trabalho e propor estratégias para promover o cuidado e a promoção da saúde mental desses profissionais.

CAPÍTULO I - O PROFESSOR E O USO DA TECNOLOGIA

A teoria da evolução de Charles Darwin nos lembra que como seres humanos estamos constantemente passando por mudanças, incluindo o aprendizado contínuo. Durante a década de 1980, testemunhamos o início de grandes avanços tecnológicos que transformaram profundamente nossa sociedade. Um marco importante foi o lançamento do primeiro computador pessoal (PC) no mercado em 1981. Desde então, a produção desses dispositivos se tornou em massa e tem evoluído continuamente até os equipamentos que utilizamos atualmente.

No cenário brasileiro, a internet comercial começou suas operações em 1995, inicialmente em uma forma discada e acessível apenas para uma parcela restrita da população. Além disso, existiam outras formas de transmissão de dados, como conexões via rádio e satélite. Embora a internet discada ainda exista hoje, a tecnologia de fibra ótica se estabeleceu como a forma mais eficiente e amplamente utilizada, impulsionando assim uma nova era digital.

Os celulares também foram introduzidos no Brasil em 1990 e, desde então, esses dispositivos têm passado por avanços tecnológicos significativos até chegarem aos modelos atuais (DIZARD JR, 1998). Essas transformações tecnológicas têm desempenhado um papel fundamental em nossa sociedade, moldando a forma como nos comunicamos, trabalhamos e acessamos informações. E à medida que continuamos evoluindo, é fundamental compreender e adaptar-se às novas tecnologias para acompanhar o ritmo acelerado do mundo digital em que vivemos.

Conforme Kenski (2007), ao longo da história, a criatividade humana tem sido responsável pela criação das mais diversas tecnologias. De acordo com Grinspun (1999), vivemos em uma era essencialmente tecnológica, na qual a educação tem buscado acompanhar todas essas transformações. A cada década, foi necessário assimilar os avanços tecnológicos e adaptar-se a eles. Segundo Skinner (1972), a aprendizagem ocorre por meio da influência dos estímulos do ambiente. A escola desempenha o papel de ensinar novas tendências, utilizar novas tecnologias e romper com paradigmas. Todos os indivíduos são capazes de aprender, e a escola deve ser um facilitador, atuando como um meio.

Quanto ao papel da tecnologia, é importante destacar:

Sabemos que a educação precisa ser repensada e que é preciso buscar formas alternativas para aumentar o entusiasmo do professor e o interesse do aluno. Qual o papel da tecnologia nesse processo de mudança? A aplicação inteligente do computador na educação é aquela que sugere mudanças na abordagem pedagógica, encaminhando os sujeitos para atividades mais criativas, críticas e de construção conjunta. Os recursos tecnológicos facilitam a passagem do modelo mecanicista para uma educação sociointeracionista, ainda que a realização de um novo paradigma educacional dependa do projeto político-pedagógico da instituição escolar, da maneira como o professor sente a necessidade desta mudança e da forma como prepara o ambiente da aula. É importante criar um ambiente de ensino e aprendizagem instigante, que proporcione oportunidades para que seus alunos pesquisem e participem na comunidade, com autonomia (FARIA, 2004, p. 58).

No entanto, em muitos casos, as escolas não fornecem as estruturas necessárias para facilitar o trabalho dos professores. Embora o sucesso da educação dependa em grande parte do perfil do professor, a falta de recursos tecnológicos e pedagógicos adequados nas escolas dificulta a realização de suas tarefas. Os professores precisam buscar seus próprios recursos para transformar seu trabalho, enfrentando desafios como a seletividade e exclusão em algumas escolas, e constantemente procuram apoio para exercer sua profissão com qualidade, visando oferecer um ensino diferenciado para todos os alunos que dependem deles.

É evidente a urgente necessidade de investimento no uso das Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDIC) nas salas de aula, uma vez que essas tecnologias estão em constante crescimento e são amplamente utilizadas no cotidiano doméstico. Enquanto vivemos em uma era de avanço tecnológico, muitos professores ainda não conseguiram implementar efetivamente o uso dessas ferramentas em suas aulas.

A escola busca ampliar seus objetivos, visando proporcionar uma formação de qualidade para os alunos, e essa responsabilidade recai sobre os professores. Isso exige que os profissionais ampliem seus conhecimentos e domínios para promover uma prática pedagógica capaz de atender às expectativas da escola. No entanto, essa responsabilidade acaba recaindo exclusivamente sobre os professores, ao invés de ser uma via de mão dupla.

Conforme Valente (2005), não é necessário ser um especialista em informática, mas é importante buscar novas ideias e abordagens que permitam aproveitar ao máximo o uso das TDIC. O autor destaca a importância de explorar as possibilidades dessas tecnologias, citando:

O domínio do técnico e do pedagógico não deve acontecer de modo estanque, um separado do outro. É errôneo pensar ser, primeiramente, um especialista em informática ou em mídia digital para depois tirar proveito desse conhecimento nas atividades pedagógicas. O melhor é quando os conhecimentos técnicos e pedagógicos crescem juntos, simultaneamente, um demandando novas ideias do outro (VALENTE, 2005, p. 1).

A colocação do autor é pertinente, uma vez que não se faz necessário ser especialista nas tecnologias para aplicá-las, no entanto durante a graduação os professores não cursam unidades curriculares que auxiliam no desenvolvimento de competências para a utilização das TDIC. O que os tornam leigos até mesmo na utilização básica dessas ferramentas tecnológicas.

Neste momento de crise pandêmica, quando professores se encontram em uma troca imediata do sistema de ensino, saindo do presencial e “caindo” no ensino remoto, a afirmativa de Valente não tem valia. O autor coloca o mundo tecnológico como crescente e contínuo entre conhecimentos técnicos e pedagógicos. Mas para o período de transformação instalado neste momento, onde não houve tempo para realizar a transição da modalidade de ensino (presencial / remoto). Assim como sugerido pelo autor, não foi possível o conhecimento ser consolidado continuamente. Se os alunos apresentam domínio tecnológico, mas não o utilizam para o serviço da aprendizagem, do outro lado estão os professores com conhecimento e ferramentas limitadas.

Por não ter uma disciplina que auxilie no uso das TDIC, a mudança repentina das modalidades de ensino se transformou em uma tortura para o professor, uma vez que esse profissional já recebe uma formação desatualizada e é cobrado pelo conhecimento não disponibilizado. A afirmação de Valente (2005) está correta no que diz respeito à preparação do profissional ainda na graduação, assim como é possível verificar na pesquisa das autoras Lopes e Furkotter (2016). Elas investigaram a inclusão de disciplinas direcionadas para as TDIC nos cursos de licenciatura, apontando:

Mantendo o foco na formação inicial, conforme pesquisa realizada por Barreto (2006, p. 34) [...] no período de 1996 a 2002, indica que os egressos de cursos de licenciatura não têm “uma história de apropriação das TIC e, em alguns casos, sequer de acesso a elas”. Na perspectiva de Marinho e Lobato (2008), formados em espaços com pouco ou nenhum uso das TDIC, os futuros professores possivelmente não levarão para as salas de aula [...] práticas de uso do computador e da internet (LOPES E FURKOTTER, 2016, p. 273).

Em 2020, Schuartz e Sarmiento (2020) também realizaram uma pesquisa com o mesmo tema das autoras Lopes e Furkotter. Assim como na pesquisa das autoras, reportadas aos anos de 1996 a 2002, fase crescente do desenvolvimento tecnológico; Schuartz e Sarmiento (2020) encontraram o mesmo problema: a falta de formação tecnológica dos professores. Pesquisas com 18 anos de diferença e a mesma conclusão. Através da resposta daqueles que acessaram o questionário elaborado pelos autores, foi possível apurar na pesquisa que 71,4% dos estudantes e professores recém-formados, afirmaram possuir computador. Quando perguntados se realizaram algum curso para o uso do equipamento, 27% dos participantes afirmaram positivamente, 44% negativamente e 29% deixaram de responder à questão. Quanto ao uso da tecnologia, 56% não realizaram qualquer curso para o uso das TDIC.

Em outra pesquisa também realizada por Lopes e Furkotter (2020), sobre o ensino das TDIC nas universidades, apuramos que:

a formação para o uso das TDIC nos projetos pedagógicos de dois cursos de licenciatura em Matemática de uma universidade pública do estado de São Paulo são os únicos, de um contingente de 123 cursos de formação de professores de três universidades públicas do referido estado, a incluírem em seus projetos a referida formação (LOPES & FÜRKOTTER, 2020, p. 3).

As pesquisas citadas retratam a realidade da formação de professores. As instituições não investem no ensino das tecnologias, dessa forma o aluno não aprende na graduação e é cobrado quando profissional. Percebemos que ainda são poucas as oportunidades de qualificação nas tecnologias digitais, mesmo que básicas, oferecidas pelos cursos de graduação. E ainda, apesar de uma maior porcentagem afirmar que possui computador, o maior índice apontado na pesquisa foi de pessoas que não realizaram nenhum curso para o uso das TDIC e apenas uma pequena parcela realizou algum curso para o uso do computador, ou seja, muitos subutilizam da ferramenta não aproveitando todos os recursos disponíveis.

Não chegar à universidade com conhecimento básico sobre as TDIC pode deixar o aluno (futuro professor) à margem da aprendizagem efetiva. O então aluno chega à instituição sem conhecimento básico sobre as tecnologias, em contrapartida a instituição também não oferece cursos básicos para iniciantes e tão pouco disciplinas formadoras de profissionais para utilizar as TDIC como ferramenta pedagógica. Para replicar seu conhecimento o aluno quando se tornar professor terá que saber fazê-lo com êxito. Uma vez inseguro para tal, o então professor, não

inovára durante suas aulas. Na formação docente, também se deseja que o profissional seja munido de ferramentas e de conhecimentos para entender e aplicar processos de avaliação da aprendizagem coerentes com as novas perspectivas (SILVA; GOMES, 2015, p. 26).

A implementação do isolamento social como medida para conter a propagação do novo coronavírus resultou na suspensão das aulas presenciais, no fechamento do comércio e na interrupção de atividades não essenciais em março de 2020 no Brasil. Nesse contexto, as escolas rapidamente adotaram o ensino remoto como alternativa. Professores e alunos de todas as faixas etárias passaram a participar de aulas online, utilizando dispositivos como computadores, celulares e outras tecnologias para acompanhar o conteúdo educacional.

No entanto, é importante ressaltar que a transição para o ensino remoto evidenciou desafios relacionados à desigualdade de oportunidades e à exclusão digital em todo o país. Conforme observado por Macedo (2021), embora o Plano Nacional de Educação (PNE) 2014-2024 estabeleça diretrizes para a ampliação da conectividade e do uso de tecnologias digitais no processo educacional, a expansão desse acesso tem ocorrido de forma gradual e insuficiente.

Ainda existe uma lacuna considerável entre a disponibilidade de recursos tecnológicos nas escolas brasileiras, tanto públicas quanto privadas. A questão da conectividade à internet se tornou um fator crucial para garantir a interação entre alunos e professores nas aulas remotas, sejam elas ao vivo ou gravadas. Embora o PNE preveja a ampliação da conectividade, não há informações claras sobre o progresso alcançado nesse sentido.

A pandemia expôs de maneira evidente a precariedade da infraestrutura tecnológica nas escolas, destacando as marcantes disparidades existentes entre instituições públicas e privadas. Diversos estudos têm demonstrado, por meio de pesquisas, a significativa diferença percentual entre essas realidades distintas.

Diante desse panorama, torna-se imprescindível não apenas refletir sobre as desigualdades sociais e educacionais agravadas pela pandemia, mas também buscar soluções para superar esses desafios estruturais. É necessário um esforço conjunto de governantes, gestores educacionais e da sociedade como um todo para garantir um acesso mais equitativo às tecnologias digitais nas escolas, de forma a promover uma educação inclusiva e de qualidade para todos os estudantes.

A desigualdade de oportunidades para acesso à internet entre os alunos da rede pública e privada foi investigada em uma pesquisa realizada por Médici, Tatto e Leão (2020):

[...] na escola pública apenas 38,6%, afirmam ter acesso a internet de boa qualidade em suas residências. Outros 40,6% disseram que possuem acesso à internet, mas que a qualidade é regular. Foram 18,8% que disseram ter acesso, mas de qualidade ruim e outros 02 estudantes da escola pública (2%) afirmam não possuir internet em casa. Isso difere da realidade dos estudantes da escola privada, pois mais da metade (53,6%) afirmou possuir internet de boa qualidade instalada em casa, e o restante (46,4%) afirmou ter acesso com qualidade regular (MÉDICI; TATTO; LEÃO, 2020, p. 144-145).

A antropóloga Renata Macedo também buscou registrar em pesquisa, apontando a grande desigualdade entre escola pública e privada no Brasil. A pesquisa evidenciou que:

Apenas 14% das escolas públicas declararam utilizar alguma plataforma ou ambiente virtual de aprendizagem em 2019, número que chega a 64% nas escolas particulares, apontando para diferença muito expressiva entre as redes pública e privada. Outro dado relevante é que 58% dos alunos declararam utilizar o celular para atividades escolares, destes, 18% só possuíam acesso à internet pelo telefone (MACEDO, 2021, p. 267).

Em relação aos professores, também foi possível apurar que apenas 33% disseram ter tido algum tipo de formação para uso do computador e da internet para atividades escolares (MACEDO, 2021). Professores de escolas particulares e públicas encontraram dificuldades similares no que tange a utilização da tecnologia e a disponibilidade de espaço físico em casa para ministrar as aulas. Ambos os professores (escola pública e particular)

[...] passaram a realizar suas tarefas de forma inesperada por meio de aparatos tecnológicos e plataformas digitais sem terem sido formados ou recebido condições materiais e prescrições mínimas para isso. Essa exigência obrigou essas e esses profissionais abruptamente a se adaptarem ao novo formato de ensino e ao ambiente virtual de trabalho, tendo que improvisar o próprio espaço doméstico e dividir, simultaneamente, a sua atenção entre as atividades profissionais e familiares (SOUZA; SANTOS; RODRIGUES; FELIX; GOMES; ROCHA; CONCEIÇÃO; ROCHA; PEIXOTO, 2020, p. 3).

A Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNAD Contínua) desempenha um papel fundamental na compreensão do uso da internet em diversas áreas no Brasil. No contexto educacional, Costa e Nascimento (2020) exploraram os

resultados dessa pesquisa, revelando informações relevantes sobre a situação digital no país:

no quarto trimestre de 2018 [...] o número de domicílios com acesso à internet na área urbana subiu de 74,9% em 2017, para 79,1%, em 2018, tendo um aumento percentual de 80,2% para 83,8%, enquanto que no meio rural, passou de 41% para 49,2%; de acordo com a pesquisa ainda existem 14,9 milhões de domicílios sem acesso à internet. A pesquisa ainda revelou que entre as 45,9 milhões de pessoas que não usavam internet, o principal motivo é que não sabia utilizar ou não tinha interesse. Porém na região Norte, 13% alegou que não utilizava porque o serviço não estava disponível (COSTA; NASCIMENTO, 2020, s/p.).

Além disso, o estudo destaca a desigualdade digital entre as classes sociais. Os resultados revelam que apenas cerca de 23,5% dos indivíduos pertencentes aos 20% mais pobres da população tinham acesso à internet, enquanto esse número aumentava para cerca de 96,4% entre os 20% mais ricos. Essa discrepância aponta para um cenário de exclusão digital que afeta especialmente os grupos mais vulneráveis, reforçando as desigualdades educacionais existentes.

Diante dessas informações, fica evidente a importância de políticas públicas e investimentos adequados para reduzir a exclusão digital no país. A garantia de acesso à internet e o fornecimento de recursos tecnológicos nas escolas, especialmente para estudantes de baixa renda e residentes em áreas rurais, são passos essenciais para promover a equidade educacional e mitigar as desigualdades agravadas pela pandemia da COVID-19. Além disso, é necessário fortalecer a infraestrutura digital e promover programas de capacitação para que a população possa utilizar a tecnologia de forma eficaz e construtiva, abrindo caminhos para uma educação mais inclusiva e acessível a todos.

Frente aos resultados das pesquisas apresentadas, é necessário pensar que o ensino remoto não gerou as mesmas oportunidades, uma vez que uma parcela da população não tem acesso aos serviços de tecnologia e ainda existem regiões onde o serviço de internet nem é disponibilizado. Muitas transformações na educação provocadas pela pandemia trouxeram à tona desigualdades que antes estavam camufladas pela disponibilidade do ensino presencial como a desigualdade social, tecnológica e econômica. Foram citadas algumas das milhares de pesquisas existentes sobre a desigualdade nas escolas e lares brasileiros, no que diz respeito ao uso das tecnologias. Se tais desigualdades já eram conhecidas no Brasil, durante a pandemia, com a transferência do ensino presencial para o ensino remoto

emergencial (ERE), a diferença de acesso ampliou tais diferenças (MACEDO, 2021).

Para professores e alunos impedidos de manter as aulas de maneira online, alternativas como cartilhas, aulas via programas de rádio e aulas televisionadas foram algumas opções, como sugerido pelo Conselho Nacional de Educação (CNE), na Resolução CNE/CP Nº 2, de 10 de dezembro de 2020, parágrafo 3º:

As atividades pedagógicas não presenciais podem ocorrer, desde que observadas as idades mínimas para o uso de cada mídia: I - por meios digitais (videoaulas, conteúdos organizados em plataformas virtuais de ensino e aprendizagem, redes sociais, correio eletrônico, blogs, entre outros); II - por meio de programas de televisão ou rádio; III - pela adoção de material didático impresso com orientações pedagógicas distribuído aos estudantes e seus pais ou responsáveis; e IV - pela orientação de leituras, projetos, pesquisas, atividades e exercícios indicados nos materiais didáticos (CNE, 2020, s/p).

Os professores que enfrentaram as aulas remotas ministrando aulas online tiveram que realizar uma adaptação abrupta a essa nova modalidade. Apesar de já existir cursos online e o Ensino a Distância (EaD), as aulas remotas como impostas neste momento pandêmico foi uma modificação extrema, passando em pouco tempo do ensino presencial tradicional para o ensino com aulas remotas, online, ao vivo, gravadas, síncronas, assíncronas etc.

De fato, é essencial destacar as diferenças entre o ensino remoto, a educação a distância (EaD) e a educação online, pois cada uma dessas práticas possui características específicas. Embora possam ser confundidas, é importante compreender suas distinções para uma análise mais precisa.

O ensino remoto refere-se à adaptação das atividades educacionais para um formato não presencial, em que os estudantes e os professores interagem por meio de plataformas digitais ou tecnologias de comunicação, devido a circunstâncias excepcionais, como a pandemia da COVID-19. Nesse contexto, as aulas são ministradas de forma síncrona ou assíncrona, utilizando recursos como videoconferências, material didático digital, fóruns de discussão, entre outros. O ensino remoto pode envolver a transmissão ao vivo das aulas, o envio de tarefas e a realização de atividades de aprendizagem online (GOEDERT; ARNDT, 2020).

Por outro lado, a educação a distância (EaD) é uma modalidade de ensino que se baseia na utilização de recursos tecnológicos para a realização de atividades educacionais fora do ambiente presencial. Nesse caso, os estudantes têm acesso a materiais e conteúdos didáticos por meio de plataformas virtuais, como sistemas de

gestão de aprendizagem, e interagem com tutores ou professores por meio de canais de comunicação online. A educação a distância pode incluir aulas gravadas, videoconferências, atividades práticas, avaliações e fóruns de discussão, oferecendo flexibilidade de tempo e espaço para os estudantes (GOEDERT; ARNDT, 2020).

Já a educação online abrange um espectro mais amplo de práticas educacionais mediadas pela internet. Ela engloba não apenas o ensino a distância, mas também diferentes abordagens de aprendizagem que utilizam recursos digitais. A educação online pode envolver cursos totalmente online, programas de capacitação, tutoriais interativos, plataformas de aprendizagem adaptativa, entre outras modalidades. Seu foco está na utilização efetiva da tecnologia para promover a aprendizagem e oferecer recursos interativos e personalizados aos estudantes (GOEDERT; ARNDT, 2020).

Portanto, é importante reconhecer que o ensino remoto, a educação a distância e a educação online são conceitos distintos, cada um com suas características e finalidades específicas. Compreender essas diferenças contribui para uma análise mais precisa das práticas educacionais adotadas em diferentes contextos, permitindo uma abordagem mais adequada e esclarecida sobre os desafios e benefícios de cada modalidade.

O EaD é uma modalidade de ensino já consolidada no Brasil, que possui uma legislação própria, em que os cursos ofertados a distância devem apresentar uma proposta e uma arquitetura pedagógica que evidencie sua finalidade e o público atendido nessa modalidade (GOEDERT; ARNDT, 2020). O Ensino Remoto Emergencial (ERE) é algo totalmente novo, tendo na literatura educacional poucas escrituras a respeito, foi regulamentado pela Portaria nº 343 de 17 março de 2020, para atender uma educação num cenário onde é exigido que a sociedade cumpra o isolamento social devido a pandemia da COVID-19 (WANDSCHEER, 2020).

Dessa maneira, ressalta-se que o ERE e o EaD não podem ser considerados como sinônimos. Distintamente do que ocorreu com a implementação do ERE na pandemia da Covid-19, o EaD é um ensino planejado com professores treinados para esse trabalho e ambiente digital preparado. Em contrapartida, o ERE é utilizado em caráter de emergência, sem planejamento e treinamento apropriado para as (os) docentes (REIS; LIMA; GOMES-SOUZA; RESENDE, 2023, p. 8).

Souza, Santos, Rodrigues, Felix, Gomes, Rocha, Conceição, Rocha e Peixoto (2020) esclareceram a diferença no processo de ensino por plataformas sendo aulas

em tempo real (síncronas), diretamente entre professor e aluno; e por aulas gravadas (assíncronas), com a exibição do material para a turma, disponibilizado por meio de plataformas tecnológicas. Dessa maneira, podemos resumir as definições afirmando que o ensino remoto foi uma adaptação (até então) temporária do ensino presencial, já o ensino a distância é pensado de maneira tática para ser online.

Em geral, o Ensino Remoto Emergencial tem aplicado algumas estratégias que são usadas na Educação a Distância (EaD), para dar seguimento aos processos educacionais diante a necessidade causada pela pandemia. Sendo assim o atual ERE não é EaD, mas um ensino que usa estratégias, metodologias e ferramentas que são próprias da modalidade EaD (GOEDERT; ARNDT, 2020).

Com a inserção do ERE, devido a pandemia, não houve tempo de adaptação, professores passaram juntos pela mesma mudança. Docentes precisando conhecer novas ferramentas e tecnologias de ensino, alunos adaptando-se a ter aulas em casa, sem a presença dos colegas e a dinâmica diferenciada do ensino presencial. Como autorizado pelo CNE, além das aulas online outros métodos poderiam ser adotados. Como mostram os artigos de Sales e Nascimento (2020), Crawford, Butler-Henderson, Rudolph, Malkawi, Glowatz, Burton, Magni e Lam (2020), os alunos oriundos de escolas periféricas foram significativamente prejudicados devido à falta de acesso à internet. A ausência desse recurso essencial impossibilitou que esses estudantes tivessem um engajamento adequado com os conteúdos apresentados de forma não presencial, gerando dificuldades adicionais no processo de aprendizagem tanto para eles quanto para suas famílias. Essa desigualdade no acesso às tecnologias digitais, conhecida como desigualdade digital, tornou-se ainda mais evidente durante o período da pandemia da COVID-19.

A inserção do Ensino Remoto Emergencial (ERE) devido à crise pandêmica representou um desafio significativo para os professores, diferenciando-se das modalidades de ensino tradicionais, como os cursos online e EAD, que já eram conhecidos. Os professores enfrentam essa adversidade tendo que se adaptar às novas demandas de preparar e ministrar aulas utilizando as ferramentas sugeridas, enquanto tentam manter uma sensação de normalidade. Nesse contexto, o uso de novas tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC) tem sido empregado para enriquecer as aulas, tornando-as mais atrativas e despertando o interesse dos alunos pelos conteúdos apresentados.

No entanto, é fundamental levar em consideração o fator humano nesse

processo de ensino. A sobrecarga resultante do ensino remoto emergencial acaba deixando os professores mais cansados ao final das aulas. Apesar das diversas ferramentas disponíveis para facilitar o ensino, é essencial reconhecer o impacto emocional e físico que essa modalidade de trabalho impõe aos educadores. A necessidade de se adaptar rapidamente, lidar com desafios tecnológicos e atender às demandas individuais dos alunos pode gerar um desgaste adicional para os professores, exigindo um cuidado especial com seu bem-estar e saúde mental.

É no contexto escolar que, por tradição, ocorre o aprendizado formal; sendo que a carga horária legal exige que os alunos permaneçam, pelo menos, 4 horas diárias, dentro da escola. Neste período há dedicação ao aprendizado de conteúdos curriculares, mas também espaço para a socialização e desenvolvimento de habilidades. Com as aulas remotas, a produtividade não é a mesma, fazendo assim com que o tempo das aulas diminua. Uma pesquisa realizada pelo Institute of Labor Economics, citada por Pastore (2021) indica que a produtividade do trabalho remoto é cerca de 6% a 12% mais baixa do que o presencial, mas a produção é igual devido ao maior número de horas trabalhadas pelos profissionais diariamente. Os professores tiveram que aprender a utilizar TDIC, alguns estados ofereceram cursos rápidos, uma vez que boa parte dos profissionais não tinham habilidade com as ferramentas tecnológicas. Como pontuado por Sales e Nascimento,

[...] optou pela continuidade das aulas usando a plataforma Google Classroom, logo de início foi um desafio devido a tantas realidades diferentes. Apesar de vivermos em uma sociedade altamente conectada onde a internet está presente em grande parte das atividades humanas na atualidade, e possuir a função de acelerar a modernização, mudar a produtividade, além de ampliar a comunicação e informação, a plataforma não era usual tanto para maioria dos docentes, como para maioria dos alunos (2020, p. 22).

Nesse contexto, torna-se evidente que a falta de familiaridade com as Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação (TDIC) enfrentada por muitos professores resultou em um comprometimento de sua saúde mental. O estresse, a angústia e as frustrações decorrentes da dificuldade em compreender as tecnologias disponíveis geraram uma pressão desmedida, ampliada ainda mais pela pressão cultural que coloca o professor como o detentor absoluto do conhecimento.

As autoras citadas anteriormente acreditam que a falta de investimento aplicado pelas universidades em disciplinas que envolvam uso das TDIC, que são necessárias para a formação de professores, pode na verdade servir como um fator que dificultará ainda mais a preparação dos licenciados. Gatti e Barretto (2009) constatam que os saberes relacionados às tecnologias no ensino estão praticamente ausentes nos currículos das instituições que formam professores. É possível perceber uma falta de preparo das instituições em capacitar seus alunos (futuros professores), para uma vida profissional abrangente. Na verdade, a formação disponibilizada prepara novos professores para velhas estratégias.

Os autores Coll e Monereo (2010) afirmam que:

Há algumas décadas, é possível acompanhar o “surgimento de uma nova forma de organização econômica, social, política e cultural, identificada como Sociedade da Informação (SI), que comporta novas maneiras de trabalhar, de comunicar-se, de relacionar-se, de aprender, de pensar e, em suma de viver” (COLL; MONEREO, 2010, p. 15).

Foi possível acompanhar o “nascimento” e a aplicação dessa Sociedade da Informação, conforme citado anteriormente pelos autores. O mundo evoluiu tecnologicamente. As pessoas, cada um a seu modo, aderiram às novas tecnologias e o que é possível perceber, são instituições de ensino, formadoras de profissionais, não favorecendo o mesmo conhecimento para seus licenciados.

Os autores Silva e Gomes (2015) também enfatizam a qualificação dos professores ainda na licenciatura, trazendo uma visão da inegável presença das TDIC na sociedade e nas escolas, com a preocupação de que os professores busquem desenvolver as competências necessárias para usar essas tecnologias, bem como para desenvolver suas práticas pedagógicas com tais ferramentas.

No entanto, para que tudo isso seja realmente efetivado é preciso que a formação docente seja atualizada e aponte para o desenvolvimento de habilidades e competências pertinentes a tais perspectivas. Na ausência de uma boa preparação na formação docente, fica inviável alcançar tais objetivos. No que concerne aos docentes, sabe-se que as instituições de formação docente ainda não incorporaram nos seus currículos, de forma efetiva, a utilização das tecnologias digitais como um recurso essencial para o fazer pedagógico, não como uma disciplina que leva os graduandos a aprender a lidar pura e simplesmente com os equipamentos e suas ferramentas, mas como um recurso natural para o processo de ensino e de aprendizagem em todas as disciplinas. Desta maneira, não há como o futuro professor utilizar as tais tecnologias com seus aprendizes, uma vez que essa utilização não permeou sua formação, nem como recursos utilizados pelos seus docentes, tampouco como orientação para a utilização na sala de aula

(SILVA; GOMES, 2015, p. 43).

Nas pesquisas de Lopes e Furkotter (2016), sobre a formação dos professores, foi possível apurar que mais de 85% das disciplinas que falam de TDIC nas universidades são optativas. Foi verificado na mesma pesquisa que “nas grades curriculares dos cursos pesquisados há disciplinas nas quais as TDIC, embora presentes, não comparecem como conteúdos curriculares propriamente ditos” (LOPES; FURKOTTER, 2016, p. 282). Tal oferta fica como algo superficial e a cargo do graduando buscar aprender com excelência.

Assim, quando as instituições disponibilizam conteúdos sobre TDIC em disciplinas optativas, indiretamente essa instituição informa ao futuro professor que não há lugar para essas tecnologias nos processos de ensino e aprendizagem, fazendo com que se tenha uma visão distorcida e até restrita sobre as possibilidades de uso e o papel educativo dessas tecnologias.

Interessante expor que ainda há a crença de que o trabalho docente não seria vítima da flexibilização dos processos do trabalho e do mercado de trabalho. Só que a flexibilização chegou ao professorado e em suas relações de trabalho, explicitadas pelas regulações contratuais, reformulações curriculares e, neste momento de pandemia, com o uso de mídias como ferramentas didáticas ao qual atribuíram ao docente apenas a função de fiscalização dos alunos com o acompanhamento e correção de atividades (VENTURELLI, 2020, p. 281).

Seguindo com essa estrutura, como apontado anteriormente, as instituições sugerem o fortalecimento da formação de professores para continuar com o ensino de maneira arcaica. A instituição deveria na verdade, como sugerido por Miskulin (2003, p. 224) “introduzir tecnologia na sala de aula, investigando seu alcance e seus efeitos na formação crítica docente”.

Coll e Monereo (2010) ressaltam que com o surgimento da Sociedade da Informação e o contínuo avanço tecnológico, o uso das tecnologias não deve ser visto como uma oposição, mas sim como propriedades interdependentes das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC): acessibilidade, usabilidade e adaptabilidade. Quanto mais acessíveis e adaptáveis forem as TIC, maior será sua usabilidade e vice-versa. Essa interdependência resalta a importância de incluir disciplinas que abordem as TDIC nos cursos de formação de professores.

Os autores destacam que se as TDIC não se tornarem parte rotineira do ensino, sua aplicação se tornará cada vez mais difícil. Portanto, é essencial promover a

integração das tecnologias no contexto educacional desde a formação inicial dos professores. Dessa forma, os futuros docentes estarão preparados para utilizar de maneira efetiva e significativa as TDIC em suas práticas pedagógicas, promovendo a acessibilidade, usabilidade e adaptabilidade dessas tecnologias no ambiente escolar.

Como é possível perceber, ainda existe uma falta de preparo dos professores no que diz respeito ao uso das TDIC. No entanto, mesmo com a necessidade de saber utilizar as tecnologias, o professor conseguia driblar essa demanda com aulas presenciais sendo direcionadas de outras maneiras. Porém, quando a pandemia da COVID-19 foi decretada no Brasil, além do problema de saúde pública, iniciou-se o problema frente às formas de ensino nesse momento.

Entretanto, no caso da Educação, a paralisação das atividades nas escolas e nas universidades não significou, necessariamente, um período de folga para professores e alunos. Em algumas redes públicas, a suspensão das atividades presenciais efetivamente traduziu-se na suspensão das atividades de ensino, ainda que em muitas esteja havendo atividades remotas. Contudo, escolas e universidades privadas, inclusive na Educação Infantil, determinaram que as atividades presenciais deveriam ser transpostas, por meio de ferramentas digitais, para um modelo de educação remota enquanto durasse a crise sanitária. Tal decisão recebeu, inclusive, suporte legal do Ministério da Educação (MEC) (SARAIVA; TRAVERSINI; LOCKMANN, 2020, p. 3).

Essas mudanças emergenciais, de acordo com Saraiva, Traversini e Lockmann, implicaram uma rápida transição do ensino presencial para o ensino remoto, uma transformação não trivial que exigiu tanto de instituições educacionais quanto de alunos e professores uma adaptação repentina e profunda à nova realidade. A pressão da pandemia acelerou a necessidade de integrar tecnologias digitais no sistema educacional, um movimento que já vinha sendo discutido há algum tempo, mas que, nesse contexto, se tornou uma questão de sobrevivência para o processo educativo.

Prosseguindo com essa linha de pensamento, Silva e Teixeira apontam que a crise sanitária levou a um questionamento significativo do modo convencional de ensino. Em resposta ao fechamento das escolas e à conseqüente necessidade de manter o aprendizado dos alunos, a educação à distância se tornou a norma.

Neste contexto, as escolas fecharam e alunos e professores permaneceram em casa, o que ocasionou uma mudança importante no modo de pensar quanto às atividades escolares. Por isso, pensou-se em uma educação à distância, mais especificamente um ensino remoto, via plataformas digitais, com aulas on-line por aplicativos de videoconferência. Dessa forma, tem-se

demonstrado que a pandemia do novo coronavírus pode ser considerada um marco no uso das tecnologias digitais, em se tratando de que o que antes era opcional, passou a ser de uso necessário no “novo normal” à qual a sociedade está vivenciando (SILVA; TEIXEIRA, 2020, p. 70071).

Diante das alterações recentes na estrutura educacional, precipitadas pela crise da pandemia, a instituição escolar assumiu um novo papel. Estamos todos lidando com as reviravoltas abruptas decorrentes deste novo modelo de ensino, a educação remota/online, com cada indivíduo respondendo de maneira única a essas transformações. Se as dificuldades rotineiras do ensino presencial já não fossem suficientes, o ensino à distância apresenta um desafio adicional: além de garantir um ambiente virtual de aprendizagem com uma conexão estável à internet, ainda é preciso manter os estudantes engajados, promover interação entre eles e elaborar atividades cativantes. Para tanto, é imprescindível que os professores dominem as Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDIC). Venturelli (2020) destacou a importância da preparação dos professores e da colaboração entre os profissionais neste contexto:

Os professores com acesso e facilidade de manuseio das ferramentas e canais de comunicação digital passaram a auxiliar seus colegas, evidenciando o quão despreparado muitos docentes estavam em relação às habilidades de domínio das TICs (Tecnologias de Informação e Comunicação) que sempre são tão citadas nas pautas de formação docente, porém, pouco são dadas oportunidades de aprendizado (VENTURELLI, 2020, p. 293).

O uso das tecnologias como ferramenta para promover conhecimento nas escolas têm se tornado constante, “a escola tem sido um nicho especial quando se trata da inserção de tecnologias digitais, e, principalmente, da inclusão de aplicativos incorporados ao próprio processo de ensinar” (SILVA; TEIXEIRA, 2020, p. 70071).

A pesquisa realizada por Silva e Teixeira (2020) destaca a formação dos professores para a utilização das Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDIC) no ensino remoto durante a pandemia. Diante das necessidades impostas pelo isolamento social, os professores rapidamente recorreram ao uso das tecnologias para garantir a continuidade das aulas por meio da modalidade remota.

Um dado relevante apresentado na pesquisa é que todos os entrevistados possuem acesso fácil à internet, o que é fundamental para a realização das atividades remotas. Além disso, 40% dos professores possuem algum tipo de especialização na área tecnológica, o que indica um certo grau de familiaridade com as ferramentas

digitais. No entanto, é importante destacar que 18% dos professores consideram a qualidade da sua conexão à internet ruim, o que pode representar um desafio adicional para o desenvolvimento das aulas online de forma eficiente.

Esses resultados ressaltam a importância de considerar não apenas a disponibilidade das tecnologias, mas também a qualidade e a capacitação dos professores para seu uso. O contexto de ensino remoto exigiu uma rápida adaptação por parte dos educadores, que tiveram que se reinventar e explorar novas metodologias e recursos tecnológicos. A pesquisa evidencia a necessidade de investimentos em formação docente e infraestrutura para garantir que todos os professores estejam preparados e tenham condições adequadas para ministrar as aulas remotas de maneira eficaz. A pesquisa de Silva e Teixeira (2020, p. 70074) revelou ainda que:

- a. os professores que lecionam na escola pública não tiveram nenhum direcionamento ao ensino remoto e nem tiveram formação nesse sentido;
- b. A maioria dos professores da rede privada não teve nenhum tipo de formação que pudesse auxiliar para o processo de ensino remoto;
- c. Os professores que possuíam algum tipo de formação, o fizeram por conta própria, e somente uma professora manifestou ter uma formação direcionada advinda da sua instituição de ensino.

O estudo realizado pelo Grupo de Estudos sobre Política Educacional e Trabalho Docente da Universidade Federal de Minas Gerais (Gestrado/UFMG) em parceria com a Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação (CNTE) revelou dados preocupantes sobre a falta de preparo dos professores para o ensino remoto. Dos cerca de quinze mil professores participantes, 89% não possuíam experiência prévia em lecionar por meio do ensino remoto, e 71% relataram ter enfrentado dificuldades consideráveis no uso das Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDICs).

Esses resultados evidenciam que a transição para o ensino remoto durante a pandemia foi desafiadora para a maioria dos professores. Além das dificuldades inerentes à situação pandêmica, os docentes tiveram que lidar com a falta de formação direcionada para o uso das TDICs, o que agravou as adversidades enfrentadas nesse novo contexto. As demandas impostas pelo ensino remoto foram além das situações rotineiras vivenciadas em sala de aula, o que exigiu uma rápida adaptação por parte dos educadores.

Nesse cenário, observou-se uma busca significativa por ferramentas e recursos tecnológicos, como aplicativos, sites e equipamentos, para viabilizar o ensino remoto. No entanto, surgiram obstáculos nesse processo, uma vez que muitos professores não estavam familiarizados com as TDICs e enfrentaram dificuldades para utilizá-las de forma eficiente.

Diante disso, fica evidente a necessidade de investimentos em formação docente que contemplem o uso das TDICs, tanto na graduação quanto em programas de capacitação e atualização. A preparação dos professores para o ensino remoto deve ser uma prioridade, a fim de garantir que eles possam enfrentar os desafios impostos por situações emergenciais, como a pandemia, e oferecer uma educação de qualidade aos estudantes, independentemente do formato de ensino adotado.

Na mesma pesquisa supracitada, Silva e Teixeira (2020, p. 70076) analisaram alguns obstáculos e dificuldades enfrentadas pelos professores no que diz respeito às aulas remotas, como segue:

- Me falta manuseio das tecnologias digitais (professor A).
- Tenho dificuldades na edição de vídeo (professor B).
- Formativa e técnica (professor C).
- Dificuldades em manusear o ambiente virtual (professor D).
- Ter um equipamento melhor (professor E).
- A internet e seus instrumentos não atingem a todos (professor F).
- Dificuldade com os aplicativos (professor K).

É notável que as dificuldades dos professores giram em torno da utilização da ferramenta (manuseio técnico) e do acesso à internet. Parece normal que todos os professores tenham acesso a internet em casa, mas não é. Mesmo que o tenham, o acesso é limitado devido a conectividade ruim.

Sobre o manuseio técnico, compreende-se com a ideia de que o envolvimento do docente com as TIC's pode servir como meio para auxiliar sua própria formação em diversas áreas do conhecimento [...] e/ou ainda como objeto de conteúdo complementar ao processo pedagógico (MENDES; BUTTENTUIT JUNIOR apud SILVA; TEIXEIRA, 2020, p. 70076).

É válido ressaltar que a exigência de que os professores dominem as Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDICs) para o ensino não deve ser vista como uma cobrança injusta. É compreensível que muitos professores não tenham recebido uma formação adequada nesse sentido, o que reflete uma lacuna na

preparação inicial dos profissionais da educação.

A falta de conhecimento e habilidades relacionadas às TDICs na formação inicial dos professores é uma realidade que precisa ser enfrentada. É fundamental que as instituições de ensino e os órgãos responsáveis pela educação reconheçam essa deficiência e invistam em programas de capacitação e atualização para os docentes.

No entanto, é importante destacar que a formação não se encerra na graduação. A constante atualização e a busca por conhecimentos tecnológicos são necessárias para acompanhar as transformações da sociedade e atender às demandas contemporâneas da educação. Os professores precisam estar abertos a aprender e a se adaptar às novas tecnologias, mesmo que não tenham tido acesso a essa formação anteriormente.

A pesquisa mencionada evidencia as dificuldades enfrentadas pelos professores no uso das TDICs como uma manifestação da desigualdade digital existente na sociedade. A pandemia apenas evidenciou de forma mais latente essa disparidade, uma vez que muitos professores e alunos não possuem acesso igualitário aos recursos tecnológicos necessários para o ensino remoto.

Diante desse cenário, é fundamental que os governos, as instituições educacionais e a sociedade como um todo se empenhem em promover a inclusão digital e garantir que todos os professores tenham acesso às ferramentas e ao suporte necessário para a utilização efetiva das TDICs em suas práticas pedagógicas. Somente assim poderemos superar as desigualdades e proporcionar uma educação de qualidade para todos. “Ou seja, o uso das tecnologias na educação cria um contexto cultural que coloca a usabilidade das tecnologias, a acessibilidade a internet, o processo cultural digital e a formação em um centro de importância” (SILVA; TEIXEIRA, 2020, p. 70077).

Não só os autores Silva e Teixeira, mas o autor Moran, em 2004, já fazia menção ao que foi apurado na pesquisa citada anteriormente:

É a capacitação para o uso das tecnologias necessárias para acompanhar o curso em seus momentos virtuais: conhecer a plataforma virtual, as ferramentas, como se coloca material, como se enviam atividades, como se participa de fórum, num chat, tirar dúvidas técnicas. [...] Tudo isso pressupõe que os professores foram capacitados para fazer esse trabalho didático com os alunos no laboratório e nos ambientes virtuais de aprendizagem (o que muitas vezes não acontece) (MORAN, 2004, p. 5).

Uma vez identificado que o professor passa o período de formação sem

conhecer bem as tecnologias disponíveis para dinamizar suas aulas, é possível pensar como foi o processo de “aprender na marra” o uso das TDIC para aplicar nas aulas remotas devido a pandemia do novo coronavírus. “A incorporação das TICs em sua prática pedagógica de uma forma quase que imposta frente ao atual contexto, e a falta de uma formação mais específica na área” trouxe transtorno para o professor, uma vez que o mesmo teve que se adaptar de maneira abrupta (SILVA; TEIXEIRA, 2020, p. 70077).

Além disso, a pandemia trouxe incertezas e instabilidade, tanto no âmbito profissional quanto pessoal, afetando a saúde mental dos professores. O isolamento social, a falta de contato humano e o medo da contaminação também contribuíram para o aumento do estresse e da ansiedade.

Nesse contexto, compreender e abordar as questões relacionadas à saúde mental dos professores torna-se fundamental para garantir seu bem-estar e sua capacidade de desempenhar seu papel de educadores. Isso inclui o apoio emocional, o fornecimento de recursos adequados, a promoção de ambientes de trabalho saudáveis e a implementação de políticas que valorizem e protejam a saúde mental dos profissionais da educação.

Além disso, é importante ressaltar que o impacto na saúde mental dos professores não se restringe apenas à pandemia da COVID-19. Esses profissionais enfrentam desafios constantes, como a pressão por resultados, o excesso de trabalho, a falta de reconhecimento e as condições inadequadas de trabalho. Portanto, é fundamental que haja investimentos contínuos na promoção da saúde mental dos professores, por meio de programas de apoio psicológico, capacitação em manejo do estresse e políticas de valorização e bem-estar no ambiente escolar.

CAPÍTULO II - DEJOURS E O ADOECIMENTO NO TRABALHO

Christophe Dejours, renomado psicólogo e psicanalista francês, trouxe importantes contribuições para a compreensão das relações entre trabalho e saúde mental dos trabalhadores. Seu livro “A Loucura do Trabalho: Estudo de Psicopatologia do Trabalho” foi pioneiro ao abordar o tema do adoecimento no contexto profissional.

Publicado pela primeira vez na França em 1980 e posteriormente traduzido para o Brasil em 1987, o livro de Dejours trouxe uma nova perspectiva ao examinar as questões relacionadas ao sofrimento psíquico dos trabalhadores. Ele defende que o sofrimento não é um fenômeno individual, mas sim um produto das condições de trabalho e das relações interpessoais presentes no ambiente laboral.

A obra de Dejours teve um impacto significativo, tornando-se uma referência importante para a clínica e a saúde mental no trabalho. Suas ideias têm subsidiado estudos e intervenções teóricas e metodológicas na área (MERLO; MENDES, 2009). Ao enfatizar a dimensão social do sofrimento psíquico, Dejours chama a atenção para a importância de se considerar o contexto laboral e as relações estabelecidas no ambiente de trabalho ao analisar os problemas de saúde mental enfrentados pelos trabalhadores.

Enquanto a Organização Mundial da Saúde (OMS) estabelece que o bem-estar físico, mental e social são fundamentais para alcançar uma boa saúde mental, Alves e Rodrigues (2010) ressaltam a multiplicidade de fatores envolvidos nesse contexto. Dejours, por sua vez, enfoca os desafios inerentes ao trabalho como um obstáculo para alcançar um estado de boa saúde mental. De fato, é perceptível que o trabalho está impregnado de afetividade, entendendo aqui o afeto como os sentimentos diretamente ligados às atividades laborais, como “amor” e “ódio”, “tristeza” e “alegria”, “entusiasmo” e “frustração”, entre tantos outros. Portanto, se, de alguma forma, o trabalho do professor não proporciona sentimentos positivos, bem como não contribui para sua saúde física ou para o bem-estar social, é impossível que ele desfrute de uma boa saúde mental.

Dessa forma, as contribuições de Dejours são fundamentais para a compreensão mais ampla dos impactos psicológicos do trabalho e para o desenvolvimento de abordagens terapêuticas e intervenções preventivas que visem

promover a saúde mental dos trabalhadores. Sua análise pioneira sobre as relações entre trabalho, sofrimento e saúde psíquica continua a ser relevante e influente até os dias atuais.

Ao longo dos anos, inúmeros estudos foram conduzidos sobre a saúde mental dos trabalhadores, ampliando as pesquisas em diversas áreas. Um exemplo é o artigo de Débora Miriam Raab Glina, Lys Esther Rocha, Maria Lucia Batista e Maria Goretti Vieira Mendonça (2001), que aborda a saúde mental dos trabalhadores e foi elaborado há 20 anos, mas continua sendo um tema atual. As autoras discutem os quadros clínicos frequentemente observados em trabalhadores, tais como medo, ansiedade, depressão, nervosismo, tensão, fadiga, mal-estar, perda de apetite, distúrbios do sono e distúrbios psicossomáticos (como gastrite e crises hipertensivas). Além disso, destacam a contaminação involuntária do tempo de lazer, na qual os trabalhadores têm sonhos relacionados ao trabalho e não conseguem “desligar-se”.

Outro estudo relevante é o artigo de Leal, Bandeira e Azevedo (2012), que aborda a qualidade de vida dos trabalhadores. Durante a pesquisa, as autoras identificaram problemas de saúde mental entre os participantes, que variavam entre 21 e 68 anos de idade, sendo a maioria mulheres (54,3%).

Paralelamente, a teoria de Dejours explora o impacto do trabalho sobre a saúde mental, enfatizando que as condições impostas que ultrapassam a capacidade de adaptação do trabalhador podem causar sofrimento psíquico. Essas abordagens evidenciam a necessidade de investigar e compreender os desafios enfrentados pelos trabalhadores em relação à sua saúde mental.

Em suas pesquisas, Dejours (2015) define o sofrimento no trabalho como um conjunto de fenômenos que envolvem a experiência de dor física e psíquica, o sentimento de impotência e a perda de sentido e identidade profissional. Esse sofrimento pode levar a doenças ocupacionais, absenteísmo e outros problemas de saúde. Dejours parte da premissa de que o trabalho é uma atividade humana que envolve tanto aspectos materiais quanto simbólicos. Para ele, a saúde do trabalhador é prejudicada quando há uma desestruturação desse equilíbrio, gerando uma série de problemas como o estresse, a ansiedade e a depressão.

Este estudo ressaltou a necessidade urgente de aumentar os investimentos destinados aos serviços de saúde mental. Dejours (2015) enfatiza que as demandas do trabalho e da vida representam uma ameaça ao trabalhador em si, expondo-o a riscos de sofrimento que podem ser comparados a uma doença contagiosa e,

portanto, devem ser encarados e tratados como tal. No entanto, a primeira vítima desse sistema não é o aparelho psíquico em si, mas sim o corpo submisso e disciplinado, submetido às dificuldades inerentes à atividade laboral. Assim, um corpo sem defesa é projetado, explorado e fragilizado pela ausência de sua proteção natural, que é o aparato mental. Portanto, quando as pesquisas indicam ansiedade, fadiga e tensão, Dejours está correto em afirmar que as exigências do trabalho adoecem e que o aparelho psíquico também está doente, pois reflete os males sofridos.

Os estudos mencionados, juntamente com outros tantos, ressaltam a necessidade contínua de aprofundar as pesquisas sobre saúde mental, não apenas abrangendo trabalhadores em geral, como demonstrado por diversos artigos, mas também investigando especificamente a saúde mental dos professores.

Desse modo, Dejours traz a psicodinâmica do trabalho, o que possibilita uma compreensão contemporânea sobre a subjetividade no trabalho. Essa abordagem trouxe um novo olhar nas ciências do trabalho, ao propor a criação de espaços de discussão onde os trabalhadores pudessem expressar sua voz, seus sentimentos e as contradições do contexto do trabalho que respondem pela maioria das causas geradoras de prazer e de sofrimento.

A Psicodinâmica do Trabalho é antes de tudo uma clínica. Ela se desdobra sobre um trabalho de campo radicalmente diferente do lugar da cura. Afirmar que ela é uma clínica implica que a fonte de inspiração é o trabalho de campo, e que toda a teoria é alinhavada a partir deste campo (DEJOURS, 1994, p. 137).

O autor argumenta que o trabalho é um dos principais fatores na formação da identidade pessoal e social. Por isso, a perda de sentido e a desvalorização do trabalho podem ter influência na saúde mental dos trabalhadores. Assim, se faz necessário uma abordagem multidisciplinar para a compreensão da saúde do trabalhador, que inclui a análise dos aspectos organizacionais, culturais e sociais do trabalho.

A pesquisa realizada por Cortez, Souza, Amaral e Silva (2017) destaca uma série de fatores que podem impactar a saúde dos professores. Esses fatores abrangem diferentes aspectos, desde a falta de programas de promoção de saúde até questões relacionadas ao contexto de trabalho, sintomas psíquicos, políticas públicas e organização, sintomas físicos e aspectos teóricos e metodológicos.

Um dos fatores mencionados é a falta de programas de promoção de saúde

voltados para os professores, o que pode prejudicar a disponibilidade de melhores oportunidades de lazer e descanso, afetando sua qualidade de vida. Além disso, aspectos contextuais como a dupla jornada e a sobrecarga de trabalho também são apontados como elementos que podem desgastar a saúde dos docentes.

Os sintomas psíquicos, como o estresse, a síndrome de burnout e a exaustão emocional, são mencionados como uma realidade enfrentada pelos educadores. A falta de apoio e treinamentos específicos, tanto por parte das políticas públicas quanto da organização escolar, também é destacada como um fator que contribui para a sobrecarga e o desgaste dos profissionais.

Os sintomas físicos, como as dores corporais e o envelhecimento precoce, são mencionados como possíveis consequências das condições de trabalho enfrentadas pelos professores. Além disso, a baixa padronização de procedimentos e práticas no âmbito teórico e metodológico também é apontada como um fator que pode afetar a saúde dos professores.

Essa pesquisa evidencia a complexidade dos desafios enfrentados pelos educadores em relação à sua saúde e bem-estar. Os resultados ressaltam a importância de se promover políticas e práticas que levem em consideração esses diferentes fatores para garantir um ambiente de trabalho saudável e apoiar a saúde física e mental dos professores.

A pesquisa de Antonini, Heidemann, Souza, Durand, Belaunde e Daza (2022) aponta que os motivos de adoecimento dos docentes mantêm-se os mesmos:

Os aspectos contextuais do cotidiano dos professores trazem agravos à sua saúde. Tal situação está relacionada ao excesso de tarefas e dificuldades de relacionamento, aumento da carga ocupacional, demanda por índices institucionais elevados, alta pressão por desempenho e baixo nível de controle das tarefas, ruídos, hostilidade entre estudantes, desvalorização pessoal e salarial, problemas institucionais e infraestrutura escolar inadequada para o trabalho (ANTONINI; HEIDEMANN; SOUZA; DURAND; BELAUNDE; DAZA, 2022, p. 7).

Isso demonstra a importância da prevenção e da promoção da saúde do professor em vários âmbitos. Dejours defende essa importância por meio de medidas como a melhoria das condições de trabalho, o fortalecimento da cultura de saúde e segurança ocupacional e a promoção do diálogo entre trabalhadores e gestores. Assim, a partir de uma perspectiva psicanalítica, Dejours destaca a importância do reconhecimento do trabalhador e da preservação do seu trabalho como fatores

fundamentais para a preservação da sua saúde mental.

Levantando essa questão do adoecimento do trabalho e a importância da saúde mental para o bom desempenho das funções e a satisfação com o trabalho, Silva afirma:

Investigações sobre a satisfação com o trabalho reafirmam o papel fundamental dos aspectos psicossociais do trabalho e consideram que o sentimento de satisfação está atrelado à interação entre condições de vida e trabalho. Dessa forma, tanto a satisfação com o trabalho é positiva para a saúde, quanto a insatisfação pode trazer prejuízos à saúde do trabalhador (SILVA, 2021, p. 6118).

Esse apontamento atrela-se aos estudos de Dejours, afirmando outro ponto importante na sua abordagem: a análise da relação entre o trabalho e a subjetividade dos trabalhadores. Para o autor, o trabalho é uma atividade que produz sentidos e significados, influenciando diretamente a forma como os trabalhadores se veem e se relacionam com o mundo. Nesse sentido, é fundamental que o trabalho possibilite a realização pessoal e a construção da identidade dos trabalhadores, para que possam desenvolver uma relação saudável com a atividade laboral (DEJOURS, 2015).

No século 21, conforme a Organização Mundial da Saúde, o local de trabalho foi estabelecido como um dos cenários prioritários para a promoção da saúde por influenciar o bem-estar físico, mental, econômico e social. Na área escolar tem sido evidenciado um crescimento de agravos a saúde dos professores, associados às condições e características do seu trabalho (ANTONINI; HEIDEMANN; SOUZA; DURAND; BELAUNDE; DAZA, 2022, p. 2).

Por fim, Dejours destaca a importância da participação dos trabalhadores na gestão e na organização do trabalho, como forma de promover a saúde e a segurança no ambiente laboral. A participação ativa dos trabalhadores na tomada de decisões e na elaboração de políticas pode contribuir para a construção de um ambiente de trabalho mais justo e saudável, valorizando a autonomia e a capacidade dos trabalhadores.

CAPÍTULO III - PROFESSOR: AS CONDIÇÕES DE TRABALHO E A SAÚDE MENTAL

A crescente preocupação com a saúde mental dos professores tem levado a uma maior atenção aos impactos do trabalho docente em seu bem-estar. Estudos e pesquisas têm se dedicado a investigar essa questão, resultando na formação de grupos e redes de pesquisa voltados especificamente para o tema. O aumento do número de professores com problemas de saúde mental tornou-se uma realidade cada vez mais presente nas instituições educacionais.

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) destaca que, desde 1983, os professores são a segunda categoria profissional, em nível mundial, mais afetada por doenças de origem ocupacional. Essas doenças abrangem uma variedade de condições, desde reações alérgicas a giz até distúrbios vocais, gastrite e até mesmo esquizofrenia. O estresse é apontado pela OIT como um risco ocupacional significativo da profissão docente (TOSTES; ALBUQUERQUE; SILVA; PETERLE, 2018).

É relevante ressaltar que o sofrimento psicológico enfrentado pelos professores pode ser identificado antes do desenvolvimento de doenças mentais relacionadas ao trabalho. Esses profissionais podem vivenciar desconfortos e dificuldades no ambiente de trabalho, que gradualmente afetam sua saúde mental. Essa perspectiva destaca a importância de identificar e abordar os fatores que contribuem para o sofrimento psicológico dos professores antes que se transformem em problemas mais graves.

Essas informações evidenciam a necessidade de se promover um ambiente de trabalho saudável para os professores, considerando não apenas as condições físicas, mas também as demandas emocionais e psicológicas da profissão. É fundamental implementar políticas e práticas que visem prevenir e lidar com o estresse e o sofrimento psicológico dos professores, garantindo seu bem-estar e, conseqüentemente, a qualidade do ensino oferecido (DEJOURS, 2015).

O professor enfrenta em seu trabalho inúmeros desafios além de assumir grandes responsabilidades, assim, essa categoria de trabalhadores, vem se constituindo como uma das mais sujeitas a apresentar desgaste mental e emocional. Não bastasse ser uma profissão onde existem muitos adoecimentos, em razão das

atividades é também uma das mais estressantes. Atualmente, o papel do professor deixou de ser apenas de ensinar, tornando-o mediador entre a escola e a comunidade. Venturelli (2020) aponta sobre a desvalorização da profissão, o que contribui para o adoecimento.

Não é de hoje que o trabalho docente está em xeque na sociedade brasileira. A desvalorização salarial somada às más condições de trabalho vem se acumulando nas últimas décadas e ocasionando o desprestígio de uma atividade laboral que deveria ser levada a sério pela sociedade e por quem a exerce. Perdas salariais, imposição de contratos sem geração de vínculo, salas superlotadas, falta de recursos, divisão da jornada de trabalho em várias escolas e tantas outras dificuldades enfrentadas pelos professores já se tornou comum a quem opta por esta ocupação (VENTURELLI, 2020, p. 282).

Antes, mesmo visto como profissional de destaque e uma profissão de respeito, já existiam históricos de adoecimento. Conforme Jorge Silva, Letícia Pereira, Mariana Santos, Pedro Bortolazzo, Thalia Rabelo e Emanoele Machado (2017), as condições de trabalho do docente podem tanto contribuir para o processo de adoecimento mental quanto dificultar os cuidados da saúde dos professores. As inadequadas condições e à falta de apoio institucional para o recebimento de cuidado para a saúde do professor são questões que interferem diretamente no contexto da escola e na satisfação e motivação desse profissional.

De acordo com Esteve Zaragoza:

O mal-estar docente é um fenômeno social do mundo ocidental, que possui como agentes desencadeadores a desvalorização, concomitante às constantes exigências profissionais; a violência; a indisciplina, entre outros fatores que acabam por promover uma crise de identidade em que o professor passa a se questionar sobre a sua escolha profissional e o próprio sentido da profissão (ZARAGOZA, 1999, p. 120).

Discutir sobre a saúde do trabalhador ganhou maior notoriedade após a primeira revolução industrial, quando analisando as condições de trabalho dos operários ingleses, Karl Marx publicou os estudos realizados e apresentados na sua polêmica obra, "O capital". Desde então, trabalhadores de todo o mundo perceberam-se nas mesmas condições de trabalho daquelas citadas no livro. Com os professores não foi diferente. Com a desvalorização da profissão ao longo dos anos, além de outros fatores que comprometem a execução do seu trabalho, o professor começa a ocupar um lugar de destaque, não pela relevância do seu trabalho, mas sim pelo alto

índice de afastamentos por adoecimento ocupacional.

De acordo com Dejours (1994), o adoecimento mental dos professores está relacionado à forma como eles se sentem desgastados em relação ao trabalho. O autor enfatiza que a origem desse adoecimento está na história singular de cada indivíduo, o que impede generalizações quanto aos motivos e consequências.

Nesse contexto, a pesquisa conduzida por Diehl e Marin em 2016 destacou a importância de investigar a saúde mental dos professores. Essa pesquisa contribuiu para a compreensão dos desafios enfrentados por esses profissionais, os impactos do trabalho na sua saúde mental e a necessidade de desenvolver estratégias de apoio e intervenção adequadas.

Ao estudar a saúde mental dos professores, é possível identificar fatores como carga de trabalho excessiva, pressão por resultados, falta de recursos e suporte, desvalorização profissional e dificuldades de relacionamento interpessoal. Compreender esses aspectos é fundamental para desenvolver políticas e práticas que promovam um ambiente de trabalho saudável e ofereçam suporte adequado aos professores, visando prevenir o adoecimento e promover seu bem-estar.

Investigações contínuas sobre a saúde mental dos professores são essenciais para identificar as demandas específicas desses profissionais, adaptar estratégias de intervenção e promover mudanças positivas no ambiente educacional. Essas pesquisas contribuem para uma maior conscientização sobre o tema, possibilitando a implementação de políticas e práticas que valorizem e cuidem da saúde mental dos professores, beneficiando não apenas eles, mas também os estudantes e a qualidade da educação como um todo.

Segundo dados apresentados na pesquisa de Diehl e Marin:

o perfil das publicações indica que diferentes periódicos se interessam em divulgar a temática adoecimento mental de professores, com discreto destaque a revistas de Psicologia (27%) e da Saúde Pública e Saúde Coletiva (27%), seguidas de periódicos multidisciplinares (20%) (DIEHL; MARIN, 2016, s/p).

A análise de Diehl e Marin destaca uma distribuição interessante de publicações sobre o adoecimento mental de professores, com um enfoque notável em periódicos de Psicologia e Saúde Pública/Coletiva, seguidos por publicações multidisciplinares. Isso sugere uma conscientização e interesse crescentes, tanto dentro como fora da comunidade acadêmica, sobre a relevância desta temática,

reflexo de uma necessidade de compreender melhor e abordar as questões de saúde mental que afetam professores.

Prosseguindo nesse sentido, a pesquisa de Cruz e Lemos e novamente de Diehl e Marin ressaltam um fenômeno preocupante: a área da educação tem presenciado um aumento no número de problemas de saúde relacionados aos professores. Esses problemas, que podem impactar tanto a saúde física quanto a psicológica dos profissionais de educação, têm o potencial de afetar seriamente a capacidade de trabalho. Isso reforça a urgência em prestar atenção a esses temas, visto que afetam diretamente o bem-estar dos educadores e, conseqüentemente, a qualidade da educação.

Especialmente o campo da educação tem evidenciado um crescimento quanto ao número de agravos relacionados à saúde dos professores (CRUZ; LEMOS, 2005), com prejuízos que afetam tanto a saúde física como a psicológica, comprometendo a capacidade de trabalho (DIEHL; MARIN, 2016, s.p.).

Na pesquisa bibliográfica realizada, foi possível realizar um levantamento das condições de trabalho que levam os professores ao adoecimento. Em suma, os motivos prevalecem os mesmos tanto em instituições de ensino públicas e privadas: longas jornadas de trabalho, má remuneração e falta de estrutura/materiais para exercer a função. Em uma pesquisa realizada em 2020 pelo Centro dos Professores do Estado do Rio Grande do Sul (CPERS) já apontava que:

98% dos professores estão trabalhando além da carga horária contratada; 40% dos professores não possuem internet adequada ao trabalho; 18% dos professores não possuem os equipamentos necessários, destes, 48% utiliza equipamentos emprestados; 51,3% dos professores considera a falta de orientações e instruções por parte da mantenedora como uma das principais dificuldades enfrentadas neste período (CPERS, 2020, s.p.).

A literatura que trata da relação entre o ambiente de trabalho e os efeitos na saúde mental enfatiza que as condições de exploração e precariedade no local de trabalho têm causado graves danos à saúde dos professores e outros trabalhadores da educação. Nos últimos anos, tem sido observado um aumento significativo nos casos de adoecimento entre os professores, evidenciando que o sofrimento mental é uma das formas mais prevalentes deste problema, diretamente relacionado às novas condições de trabalho. Deste modo, quando nos referimos ao sofrimento mental dos professores, compreendido por meio de um conjunto de manifestações do corpo e da

psique, como estresse, ansiedade, depressão e fadiga, estamos nos dirigindo ao que seria a introdução da expressão contemporânea “mal-estar docente” (TOSTES; ALBUQUERQUE; SILVA; PETTERLE, 2018, p. 90).

As variações encontradas entre as escolas representam a diferença entre a estrutura institucional do poder público e privado. Algumas situações na rede pública de ensino implicam na má remuneração, falta de estrutura e muitas vezes, quando atuando em bairros periféricos, os professores ainda têm que lidar com a vulnerabilidade social na qual seus alunos estão inseridos. Já na rede particular de ensino, existe melhor remuneração, em contrapartida, os professores não dispõem de horas de dedicação, que são horas complementares para realizar planejamento de aula, cursos etc. Quanto à disponibilidade de materiais e estrutura, as duas redes de ensino demonstram deficiência.

Para exemplificar, avaliamos a carga horária de trabalho de um professor do ensino básico em escola pública em nosso estado. De acordo com o Art. 7º da Resolução da Secretaria Estadual de Educação do estado de Minas Gerais, nº 4. 672, de 07 de dezembro de 2021:

Conforme dispõe a Lei nº 20. 592/2012, a carga horária semanal de trabalho correspondente a um cargo de Professor de Educação Básica (PEB) com jornada de 24 (vinte e quatro) horas compreende: I – 16 (dezesseis) horas semanais destinadas à docência; II – 8 (oito) horas semanais destinadas a atividades extraclasse, observada a seguinte distribuição: a) 4 (quatro) horas semanais em local de livre escolha do professor; b) 4 (quatro) horas semanais na própria Unidade de Ensino ou em local definido pela direção da escola, sendo até 2 (duas) horas semanais dedicadas a reuniões (SEE, 2021, s.p.).

O salário desse profissional, com base na Tabela de Salários por Área de Ensino 2022, atualizada em 28 de julho de 2022, é de R\$ 2500,00. Além do salário baixo como comprovado pela resolução supracitada, o professor enfrenta uma jornada de trabalho extensa, para se responsabilizar pelo planejamento e execução das aulas. Não só estes, mas outros fatores comprometem o desempenho do trabalho, levando o professor ao adoecimento como Fonseca (2001, p. 126) descreveu: ambiente escolar carente, mau comportamento dos alunos, condições de trabalho precárias, preocupações pessoais dos professores, relacionamento com pais de alunos, pressões do tempo e treinamento inadequado. Assim como Fonseca, Dejours aponta que as condições de trabalho prejudicam a saúde do trabalhador, enquanto a organização desse trabalho atua no nível do funcionamento psíquico, também

prejudicando-o. Andreolla (2022), influenciada pelos estudos de Dejours, leva em consideração o adoecimento psíquico embasado em três elementos:

A doença mental: Levam-se em conta três elementos para o surgimento das descompensações na relação homem-organização do trabalho, em primeiro a fadiga que acaba causando o esgotamento, em segundo a frustração, tornando a agressividade mais reativa, e a organização do trabalho com uma corrente de vontade externa que se opõe às pulsões e as sublimações de cada sujeito. Avaliar as historicidades psicoafetivas que se apresentam é essencial na investigação psicossomática, o sentido e o significado das síndromes não podem ser desvelados sem levar em consideração a natureza das condições e da organização do trabalho (ANDREOLLA, 2022, s/p).

Percebemos o quanto as más condições de trabalho impactam o professor, levando ao adoecimento psíquico. Estudos de vários autores vêm demonstrando como as condições de trabalho ruins tem responsabilidade sobre a saúde mental dos professores tanto da rede pública quanto da rede privada de ensino. Em uma pesquisa realizada nos anos 2000, com professores da rede particular de ensino, conclui-se que o que leva os professores ao adoecimento são:

As características do trabalho mais fortemente associadas, estatisticamente, a queixas de doença foram, em ordem decrescente: salas inadequadas, trabalho repetitivo, exposição ao pó de giz, ambiente de trabalho intranquilo e estressante, ritmo acelerado de trabalho, desempenho das atividades sem materiais e equipamentos adequados, e posição de trabalho incômoda (SILVANY NETO; ARAÚJO; DUTRA; AZIAVES;. KANALKIEVICZ; REIS, 2020, p. 48).

Seligmann-Silva (2011) tem apresentado em seus estudos uma certa preocupação com os docentes, visto que, o adoecimento mental entre os docentes nas últimas décadas tem aumentado e muitas pesquisas apontam para o esgotamento mental como uma das formas mais prevalentes deste adoecimento. A autora menciona o duplo sentido do trabalho, sendo ele, por um lado, fonte de prazer e realização, contribuindo para estruturar o processo de identidade dos indivíduos, mas também podendo comprometer a saúde do docente, fazendo-o adoecer.

Percebemos que as diversas pesquisas realizadas nos últimos anos, apontam com unanimidade os mesmos fatores que levam os professores ao adoecimento físico e psíquico, porém, estes fatores foram apurados antes da pandemia da COVID-19. Com a chegada desse momento incomum vivenciado na pandemia, novos fatores surgiram para evidenciar os problemas de saúde mental dos professores.

Não bastassem as preocupações pessoais e outros fatores que levam os

professores ao adoecimento, como má remuneração, ambiente escolar carente, mau comportamento dos alunos, condições de trabalho precárias, relacionamento com pais de alunos, pressões do tempo e treinamento inadequado; a chegada da pandemia agregou outras preocupações:

A sociedade que estava decretando o fim do sono torna-se insone não pela hiperatividade, mas pelo medo que se instala enquanto todos se isolam em suas casas. Medo da doença, medo do desemprego, medo da falta de renda, medo da fome, medo da violência, medo de um devir que se abre sem quaisquer garantias, medo da certeza crescente de que não voltaremos a ser o que éramos. A pandemia de COVID-19 irrompe de forma abrupta para nos lembrar da fragilidade humana. Contudo, mesmo em meio a essa situação caótica, educar (não) é preciso (SARAIVA; TRAVERSINI; LOCKMANN, 2020, p. 2).

O que encontramos são professores, com a mesma insegurança do restante da população, pois também são seres humanos, apesar das instituições transformarem estes em máquinas de trabalho. O adoecimento dos professores se arrasta a longa data, sem receber a devida preocupação das instituições e autoridades competentes. No entanto, chegamos num momento de aumento no número de afastamento por doença ocupacional. As condições de trabalho inapropriadas causam um esforço ainda maior para que o profissional consiga exercer sua função com qualidade. E com a pandemia do novo coronavírus, tendo a necessidade de seguir com as aulas de maneira remota, outros fatores passaram a comprometer a saúde dos professores, tanto da rede pública quanto da rede particular.

Ambas as categorias estão passando praticamente pelo mesmo tipo de processo de deterioração das condições de trabalho: aumento da carga horária laboral sem contrapartida financeira; diminuição do poder de compra devido ao aumento das despesas fixas residenciais (eletricidade, internet 4G entre outras) sem qualquer tipo de subsídio patronal; depreciação de patrimônio tecnológico privado (smartphones, tablets e computadores) que se converteram em equipamentos de trabalho em tempo semi-integral; surgimento e aumento de doenças psicológicas (stress, ansiedade, depressão entre outras) devido ao atual momento de incerteza e incremento de novas atividades (síncronas e assíncronas) que não estavam minimamente preparados para desempenhar (SOARES; MARGALHO, 2021, p. 55).

Percebemos nas pesquisas, que foram realizadas em anos diferentes, a mesma conclusão sobre os fatores que levam o professor ao desgaste físico e principalmente ao desgaste psíquico, objeto de estudo dessa dissertação. Em todas as pesquisas surgiram as questões referentes a estrutura para o trabalho, o trabalho

estressante e repetitivo, a pressão sofrida pela direção da escola e dos pais, e com o agravante da pandemia que além de fortalecer os pontos anteriores, os professores tiveram que enfrentar a pressão psicológica como stress, ansiedade (entre outros fatores) e o uso das TDIC's para poder conseguir dar as aulas de maneira remota. Os professores tiveram que cumprir com o cargo, com as atividades que a escola impunha, o que deixou o profissional mais estressado, pois ele viu suas despesas, fluxo de trabalho e jornada de trabalho aumentarem, sem receber recompensa ou apoio financeiro, e sem a possibilidade de descansar.

Neste cenário, diversos docentes sofreram situações e pressões institucionais, não só em função das condições de trabalho, mas também no que diz respeito ao envolvimento com as TDIC's, pois tiveram que se adequar ao uso de plataformas digitais. Para Gonzalez (2020), esse contexto revelou que muitos docentes não estavam preparados para incluir novas tecnologias, considerando que sua formação não aborda o uso de tecnologias digitais, sendo necessárias atualizações e capacitações de modo a preservar a qualidade do ensino.

A profissão de professor vem sofrendo com a desqualificação, a desvalorização quanto ao status profissional, salarial e as condições de trabalho cada vez mais deficientes, levando o profissional a um mal-estar patológico. Zaragoza (1999) chamou de mal-estar docente a sensação de mal-estar difuso e elaborou um modelo para explicar as relações funcionais existentes entre os múltiplos fatores indicadores do sintoma. Esse modelo considera que uma determinada combinação de fatores pode conduzir os professores a um estado de ansiedade, denominado esgotamento docente, que afeta sua personalidade.

Além disso, o professor também tem que seguir um padrão estipulado, uma forma de trabalho definida pela coordenação escolar. Se é na rede pública, o professor tem que ser um profissional à moda antiga, obsoleto, pois se ele quiser inovar não terá estrutura para tal. Já na rede privada, ele tem que seguir os padrões estipulados pela instituição escolar, não podendo fugir a regra. Não importa o meio, o professor é controlado, tem sua forma de trabalho moldada, sua maneira de atuação deve seguir um padrão.

A pandemia da COVID-19 mudou significativamente a forma como as escolas e os professores trabalham. Durante a pandemia, o uso da tecnologia na educação se tornou cada vez mais comum. Os professores foram desafiados a adaptar seus métodos de ensino e aprendizagem ao ambiente online, muitas vezes utilizando novas

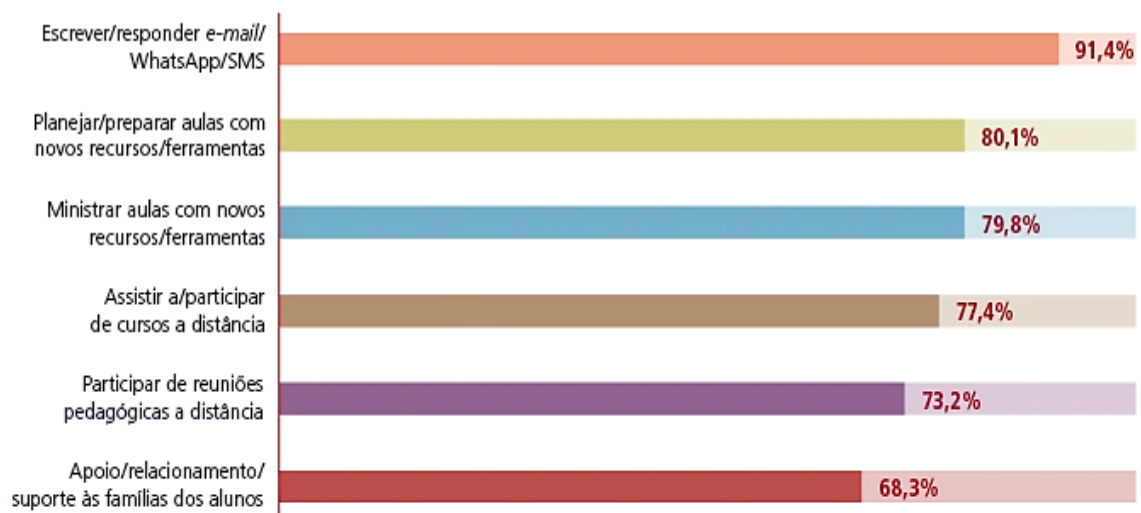
ferramentas e plataformas digitais. A tecnologia tornou-se uma ferramenta essencial para o ensino a distância e muitos professores tiveram que se adaptar rapidamente a novas formas de ensinar e se comunicar com os alunos.

No entanto, essa mudança pode ter impactado negativamente a saúde mental dos professores. Essa transição pode ter gerado consequências negativas para a saúde dos professores, pois o uso excessivo de tecnologia pode levar ao que é conhecido como “fadiga de tela”, que se refere à fadiga visual e mental resultante da exposição prolongada a telas de computador, tablets ou smartphones. Com isso, os professores também podem experimentar um aumento do estresse e da ansiedade ao lidar com a tecnologia, especialmente se eles não se sentem confortáveis com as ferramentas digitais ou se têm dificuldade em manter os alunos engajados em um ambiente online.

Numa pesquisa sobre a mudança da rotina de trabalho durante o isolamento social, realizada pela Fundação Carlos Chagas (FCC), 2020, nos resultados existe a informação de que para 65% dos docentes respondentes a dedicação e quantidade de horas trabalhadas aumentou, principalmente para a elaboração das atividades por meio das interfaces digitais, como aponta o gráfico apresentado na Figura 1:

Figura 1: Aumento das Atividades Docentes

Aumento das atividades docentes



Fonte: “Educação Escolar em Tempo de Pandemia” (FUNDAÇÃO CARLOS CHAGAS, 2020, p. 2).

Assim como na pesquisa realizada pela Fundação Carlos Chagas (2020), a

pesquisa do CPERS/Sindicato (2020) traz o relato de uma professora que pontua exatamente as informações apuradas pela FCC, demonstrando a realidade da sobrecarga das aulas no ERE:

Uma professora que pede para não ser identificada relata: “o governo não se deu conta que temos que planejar, postar a sequência das aulas para nossos alunos, estar disponíveis para atender e explicar individualmente no watts, ter tempo para receber as atividades e corrigir, preencher planilha no e-mail, no diário online e físico e procurar aulas online para que nossos alunos tenham o melhor conhecimento possível. E, com tudo isso, ainda nos obriga a fazer um curso on-line com prazo para entregar provas?” (CPERS/SINDICATO, 2020, s.p.).

É possível perceber, ao longo do exposto, que está sendo exigido do professor o desenvolvimento da habilidade de estar preparado para atuar 24 horas por dia, 7 dias por semana. Muitas cobranças são impostas e, no momento pandêmico como relatado, aumentaram essas demandas:

O material empírico mostra repetidas vezes uma demanda por disponibilidade irrestrita dos professores nesses tempos de pandemia. O trabalho vai além da carga horária contratada e o professor encontra-se disponível nos três turnos para responder às perguntas e tirar dúvidas por WhatsApp. Além disso, há a necessidade de planejar as atividades, enviar, seja em formato digital ou físico, e, ainda, ter tempo para receber e corrigir as atividades realizadas pelos alunos. [...] Por mais que existam algumas escolas que consigam promover momentos de encontro digital, por meio do uso de diferentes plataformas, esse modelo é reservado a uma minoria. Assim, a maior parte das escolas, em especial as escolas públicas, têm se organizado a partir dessa lógica da escolarização delivery, por mais que usem para isso uma variedade de recursos: atividades em folhas impressas pela escola e encaminhada às casas dos estudantes, produção de vídeo enviados por WhatsApp, Facebook, blog da escola (SARAIVA; TRAVERSINI; LOCKMANN, 2020, p.13-14).

Destarte, os professores estão lidando com a demanda por disponibilidade irrestrita durante a pandemia. De acordo com o material empírico apresentado, os professores estão indo além da carga horária contratada, disponibilizando-se nos três turnos para responder perguntas e tirar dúvidas por meio do aplicativo de mensagens. Além disso, eles também têm a responsabilidade de planejar as atividades, enviar materiais digitais ou físicos aos alunos e reservar tempo para receber e corrigir as atividades realizadas pelos estudantes. Essas tarefas adicionais estão ocorrendo em um contexto em que as escolas têm enfrentado desafios para promover encontros digitais, principalmente nas escolas públicas, restando-lhes a opção de adotar uma abordagem de “escolarização delivery”. Essa abordagem envolve o envio de

atividades impressas para as casas dos estudantes e o uso de recursos digitais, como vídeos, enviados por plataformas como WhatsApp, Facebook ou o blog da escola.

Ochôa (2020) aponta outros relatos comuns entre os professores, evidenciando um acúmulo de trabalho além das horas estipuladas contratualmente, a falta de fornecimento de equipamentos por parte da instituição e um excesso de demandas. Essas questões são agravadas pelo contexto excepcional que todos estamos vivenciando no país e no mundo. A situação é grave e os professores também estão enfrentando dificuldades emocionais, precisando se adaptar à nova realidade, assim como os estudantes e suas famílias.

Entre os estabelecimentos que adotaram essa orientação de fechar as portas e manterem o isolamento social estão as escolas, tanto da rede particular de ensino quanto da rede pública, onde seus respectivos professores passaram a trabalhar em tempo integral na própria casa, em situação de trabalho remoto, home office ou teletrabalho, expostos às condições de trabalho improvisadas e às jornadas extenuantes. Como os autores Ochôa (2020), CPERS (2020), Saraiva, Traversini e Lockmann (2020) relataram, encontramos professores nas mais diversas e absurdas situações, que podemos considerar de abandono por parte das instituições. Os profissionais tiveram que buscar em meio ao caos, medo, despreparo e desamparo as condições de trabalho mais viáveis, pois o imperativo “as aulas não podem parar” foi o que prevaleceu acima de tudo.

É possível inferir que o aumento de atribuições dos professores no contexto atual, as condições de trabalho e a desarticulação com as políticas proporcionam o adoecimento físico e mental, implicando no sofrimento e aumento do absenteísmo, decorrentes da administração do trabalho e promoção de saúde insatisfatórias (ANTONINI; HEIDEMANN; SOUZA; DURAND; BELAUNDE; DAZA, 2022, p. 6).

A falta de privacidade e a dificuldade em estabelecer limites entre o tempo de trabalho e o tempo de convívio familiar podem gerar uma sobrecarga adicional para os professores. Aqueles que desempenham múltiplos papéis, como mães, avós e esposas, enfrentam ainda mais desafios, pois são constantemente cobradas a exercer esses papéis simultaneamente, mesmo estando em casa.

Além disso, a sociedade patriarcal destaca a pressão social e as expectativas impostas às mulheres, que muitas vezes são responsabilizadas pela gestão do lar e cuidado com a família, mesmo durante o exercício da docência em casa. Essa

realidade evidencia a necessidade de reconhecimento e redistribuição das responsabilidades familiares e domésticas, a fim de garantir condições mais equitativas para que as professoras possam se dedicar ao trabalho docente de forma adequada.

É fundamental que sejam buscadas soluções e estratégias para lidar com esses desafios, como a comunicação clara com os familiares sobre a necessidade de respeitar os horários de trabalho, a busca por espaços mais adequados para a realização das atividades profissionais, e o estabelecimento de rotinas e limites que ajudem a separar o tempo dedicado ao trabalho e ao convívio familiar. Além disso, é importante que as instituições de ensino e as políticas educacionais considerem essas questões e ofereçam suporte e orientações específicas para os professores nesse contexto de trabalho remoto.

Em geral, a maioria dos docentes não possuem um ambiente específico para a realização do trabalho. Raro quem possua um quarto ou escritório para poder trabalhar sem haver a intromissão de outras pessoas, como as que circulam pela sala ou cozinha onde o trabalho docente está sendo realizado. Distinguir horário de trabalho com horário para o lar é uma função muito difícil de ser respeitada pelas outras pessoas que moram junto e estão em isolamento social. Ainda mais para a professora que é mãe, avó e esposa e vive cobrada constantemente a exercer esses papéis impostos pela sociedade patriarcal e não conseguem exercer a docência pela mera presença de estar em casa (VENTURELLI, 2020, p. 297).

O trabalho docente apresenta diversos desafios e responsabilidades, tornando-se uma das ocupações mais sujeitas ao desgaste mental e emocional. A desvalorização da profissão, aliada a más condições de trabalho, contribui para o adoecimento dos professores. Com a pandemia da COVID-19, não só o estresse enfrentado pelos professores é considerado um risco ocupacional, a ansiedade, a depressão e outros fatores são significativos e não apenas um fenômeno isolado. É destacado que o adoecimento mental dos professores durante o período pandêmico pode estar relacionado a um conjunto de desconfortos e dificuldades no ambiente de trabalho. O impacto da pandemia, com o ensino remoto impondo novos desafios e dificuldades adicionais aos professores, as condições de trabalho inadequadas e a falta de apoio institucional para o cuidado da saúde dos professores são questões que afetam diretamente o contexto escolar, a satisfação e a motivação desses profissionais.

Estudos citados evidenciam a relação entre as condições de trabalho dos

professores e o adoecimento mental durante o período pandêmico, ressaltando a importância de pesquisas nessa área. A literatura aponta para o aumento dos casos de adoecimento entre os professores, destacando o sofrimento mental como uma das formas mais prevalentes desse problema, relacionado às novas condições de trabalho.

CAPÍTULO IV - SAÚDE MENTAL – ANÁLISE DE PESQUISAS E DISCUSSÃO DOS DADOS

A saúde mental dos professores é uma questão importante e muitas vezes negligenciada. A profissão de professor pode ser estressante e exigente, o que pode levar a problemas de saúde mental se não forem tomadas medidas preventivas e de apoio. A pandemia global causada pelo surto de COVID-19 trouxe uma série de desafios e exigências para todos os setores da sociedade, incluindo a área da educação. Os professores em particular enfrentaram mudanças significativas em sua rotina de trabalho e foram confrontados com uma série de novas demandas.

Enfrentando desafios diários, incluindo altas expectativas, prazos apertados, demandas de gestão e problemas diversos com os alunos. Essas pressões podem ter um impacto significativo na saúde mental dos professores. Eles podem experimentar ansiedade, depressão, exaustão emocional, estresse crônico e até mesmo esgotamento profissional. Uma das principais exigências impostas aos professores durante a pandemia foi a adaptação rápida ao ensino remoto.

Com o fechamento das escolas e a implementação de medidas de distanciamento social, os educadores tiveram que encontrar maneiras de continuar fornecendo educação de qualidade aos seus alunos à distância. Isso exigiu que os professores aprendessem a utilizar as TDIC's, para ministrar aulas virtuais e se comunicar com os alunos. Entre as várias exigências impostas aos professores durante a pandemia, uma, relevante, foi a necessidade de adaptar o currículo e as metodologias de ensino para atender às necessidades específicas do ensino remoto. Os professores tiveram que repensar a maneira como planejavam e entregavam suas aulas, levando em consideração as limitações do ambiente virtual.

No contexto das transformações abruptas ocorridas, é possível constatar um impacto negativo na saúde mental dos professores, como será discutido adiante com base nos resultados dos estudos empregados nesta análise. Conforme delineado na descrição metodológica, a presente pesquisa baseou-se em artigos científicos publicados no período compreendido entre 2020 e 2023, obtidos de renomadas fontes acadêmicas, tais como o Google Acadêmico, Scielo e o Portal de Periódicos da CAPES. Cumpre salientar que o escopo dessa investigação, que se utiliza da abordagem de pesquisa bibliográfica, não se restringe unicamente à análise exegética

da literatura já existente, mas engloba igualmente a avaliação crítica e a interpretação dos dados coligidos, objetivando a fundamentação de argumentos robustos e a proposição de novas perspectivas no âmbito da temática em questão.

A abordagem de Dejours, que enfatizou a importância da experiência subjetiva do trabalho e a dimensão coletiva das relações de trabalho, foi aplicada para analisar os artigos selecionados. A fundamentação teórica foi embasada em obras como: “Uma nova visão do sofrimento humano nas organizações” (1993), “Psicodinâmica do trabalho: Contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho” (1994), “O fator humano” (2002), “A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho” (2015), todas de autoria de Dejours. Vejamos o exposto no Quadro 1:

Quadro 1: Estudos selecionados

Autor(es)	Título	Ano
SOUZA, Katia Reis de; SANTOS, Gideon Borges dos; RODRIGUES, Andréa Maria dos Santos; FELIX, Eliana Guimarães; GOMES, Luciana; ROCHA, Guilhermina Luiza da; CONCEIÇÃO, Rosilene do Carmo Macedo; ROCHA, Fábio Silva da; PEIXOTO, Rosaldo Bezerra.	Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia.	2020
VENTURELLI, Ricardo Manffrenatti	Docência, teletrabalho e covid-19: reinvenção, pressão e exaustão do professorado em tempos de quarentena.	2020
FERNANDES, Susi Mary de Souza; COSTA, Ana Paula Pimentel; LANDI, Camila de Meirelles; FERNANDES, Fernanda Barrinha; PINHEIRO, Marcia Nacif; LOPES, Sandra Ribeiro de Almeida.	Atenção à saúde e qualidade de vida de professores em ensino remoto: Relato de experiência.	2021
GIONGO, Carmem Regina; PEREZ, Karine Vanessa; RIBEIRO, Bruno Chapadeiro	“Eu estou me sentindo esgotada”: o trabalho de professoras e professores na pandemia COVID-19.	2021
MACÊDO, Maria Glêciane Maia de	Tempos de pandemia (COVID 19): o avanço da Síndrome de Burnout nos docentes.	2021
OLIVEIRA, Erik Cunha de.	Adoecimento mental docente antes e durante a pandemia: uma revisão bibliográfica.	2022

Autor(es)	Título	Ano
SANTANA, Daniely Jéssica Tenório; BARBOSA, Valéria; MÁXIMO, Thais Augusta	Vida que segue em tempos de pandemia: a relação saúde e trabalho docente na Paraíba.	2022
SANTOS, Karine David Andrade; CALDAS, Calila Mireia Pereira; SILVA, Joilson Pereira da.	Pandemia da covid-19, saúde mental, apoio social e sentido de vida em professores.	2022
MAGALHÃES, Tatiana dos Anjos; ROTENBERG, Lúcia.	Trabalho remoto em uma universidade: condições de trabalho, sobrecarga e assédio moral.	2022
MOREIRA, Paulo Cesar; OLIVEIRA, Daniele Lopes; OLIVEIRA, Heloisy Lopes; LAUDARES, Terezinha das Graças; MOREIRA, Stephânia de Oliveira Laudares; MOREIRA, Augusto Cesar Malta Laudares; MACIEL, Mateus Paulus Ribeiro de Moraes; CARDOSO, Júlio Roquete; OLIVEIRA, Eduardo Pires di.	Adoecimento docente e sofrimento psíquico em tempos de Pandemia de Covid 19	2022
VELTEN, Deise Berger; THOMES, Caroline Rodrigues; MIOTTO, Maria Helena Monteiro de Barros.	Presença de ansiedade em docentes universitários do curso de Odontologia da Universidade Federal do Espírito Santo em tempos de pandemia.	2022
WALTERMANN, Martha Eliana; MARTINS, Maria Isabel Morgan; GEDRAT, Dóris Cristina.	Trabalho em home office, felicidade e saúde do professor universitário.	2022
WONGHON, Karina Cardoso; COSTA, Zuleika Leonora Schmidt	A Síndrome de Burnout e seus impactos na vida dos professores do ensino fundamental: Revisão Narrativa de Literatura.	2022
REIS, Maria Carollina Padilha Montenegro; LIMA, Roberta de; GOMES-SOUZA, Ronal; RESENDE, Gisele Cristina.	Trabalho e saúde mental das (os) docentes, antes e durante a COVID-19	2023

Fonte: quadro de nossa autoria.

Os artigos selecionados têm em comum o tema da saúde mental de professores durante a pandemia de COVID-19. Eles abordam diferentes aspectos relacionados ao impacto da pandemia na saúde mental dos professores, incluindo burnout, esgotamento, ansiedade, sobrecarga de trabalho, depressão, qualidade de vida, apoio social e o adoecimento mental.

Entre os trabalhos há uma preocupação em compreender como o trabalho remoto e a mudança de rotina afetaram o bem-estar desses profissionais, evidenciando a importância de programas de apoio para mitigar os efeitos negativos da pandemia. Além disso, muitos artigos relatam a experiência de ensino remoto e discutem as consequências dessa nova forma de trabalho para a saúde mental dos professores. Embora englobem o mesmo tema (saúde mental de professores durante a pandemia de COVID-19), os artigos têm focos e abordagens diferentes, contribuindo para uma compreensão mais abrangente e multifacetada da questão.

Os estudos estão em consonância com a teoria de Christophe Dejours, que destaca a importância da relação entre trabalho e saúde mental, considerando as dimensões subjetivas, coletivas e organizacionais que afetam a saúde do trabalhador. Além disso, os artigos indicam a necessidade de políticas públicas e ações efetivas para proteger a saúde dos professores durante a pandemia e após ela.

Analisando os artigos “Tempos de pandemia (COVID 19): O avanço da síndrome de burnout nos docentes” de Macêdo (2021), e “A síndrome de burnout e seus impactos na vida dos professores do ensino fundamental”, das autoras Wonghon e Costa (2022), verificamos que os artigos apresentam uma análise sobre a síndrome de burnout na vida dos professores. O primeiro artigo, de Macêdo (2021), discute como a pandemia da COVID-19 tem contribuído para o avanço da síndrome de burnout nos docentes. O segundo artigo, de Wonghon e Costa (2022), é uma revisão narrativa da literatura que explora os impactos da síndrome de burnout na vida dos professores. Na abordagem de Macêdo (2021), a autora apresenta um estudo de caso que analisa os efeitos da pandemia na saúde mental dos professores e como a Síndrome de Burnout tem se manifestado nesse contexto.

E sob pressão, alguns docentes não conseguem realizar seu trabalho de forma satisfatória, o que causa neles um profundo mal-estar. Muitas vezes, esse mal-estar é acentuado por causa da incapacidade e da insegurança da maioria dos docentes em lidar com as novas tecnologias, tornando o trabalho cansativo e responsável pela presença do estresse na vida dos docentes, o que não deveria acontecer (MACÊDO, 2021, p. 279).

Wonghon e Costa (2022) identificam os principais fatores que contribuem para o desenvolvimento da síndrome e suas consequências na vida pessoal e profissional dos professores:

Fatores psicológicos e comportamentais capazes de contribuir para o desenvolvimento do Burnout podem envolver: a escolha profissional equivocada, aptidões e características de personalidade gerando uma sensação de inadequação no trabalho, problemas pessoais, doenças, mudanças ou conflitos familiares, perdas, falta de preparo e competência para desempenhar seu papel, afastamento da família por excesso de trabalho (WONGHON; COSTA, 2022, p. 60).

Levy, Sobrinho e Souza (2009) citados por Wonghon e Costa (2022) mencionam sobre pesquisas que apontam os motivos dos diagnósticos de síndrome de burnout:

Os resultados de pesquisas sobre a Síndrome de Burnout, de modo geral, apontam índices elevados de professores com problemas psicológicos, por acumularem várias funções na mesma atividade, com excessiva carga de responsabilidade, somada à desvalorização do magistério perante a sociedade. Esses resultados indicam também que as doenças evoluem de acordo com o tempo de serviço dos profissionais do magistério (WONGHON; COSTA, p. 60, 2022).

Trazendo a teoria de Dejours, o autor defende que o trabalho é uma fonte importante de satisfação e realização, mas também pode ser fonte de sofrimento e adoecimento, especialmente quando há falta de autonomia e de sentido no trabalho. Para Dejours (1994) não é exatamente o trabalho em si que leva ao adoecimento, mas a rotina das inter-relações estabelecidas, como as de âmbito emocionais, afetivas e funcionais. Em ambos os artigos, percebe-se que a síndrome de burnout é um problema grave na vida dos professores, afetando sua saúde mental e física, bem como sua qualidade de vida e desempenho profissional. Os autores destacam que o excesso de trabalho, a sobrecarga de responsabilidades, a falta de reconhecimento e de apoio por parte da instituição escolar e a pressão por resultados são fatores que contribuem para o surgimento da síndrome de burnout. Dejours sugere que a síndrome de burnout na vida dos professores está relacionada à falta de autonomia, reconhecimento e apoio social no trabalho, fatores que podem ser compreendidos como formas de precarização do trabalho docente.

Dejours (2015) ainda conceitua organização do trabalho como a divisão do trabalho, o conteúdo da tarefa, o sistema hierárquico, as modalidades de comando, as relações de poder, as questões de responsabilidade. Com isso, ele argumenta que a falta de autonomia no trabalho é um dos principais fatores que contribuem para o sofrimento psíquico dos trabalhadores. No contexto da educação, a falta de autonomia pode estar relacionada à falta de liberdade para escolher métodos pedagógicos e

conteúdo, bem como à falta de poder para tomar decisões importantes na escola, como apontado em ambos os artigos.

Além de acreditar no adoecimento pela falta de autonomia, Dejours destaca a importância do reconhecimento e do apoio social no trabalho como fatores que contribuem para a saúde mental dos trabalhadores. Dejours e Tonelli definem o reconhecimento como “a forma específica de retribuição moral-simbólica dada ao ego, como compensação por sua contribuição à eficácia da organização do trabalho, isto é, pelo engajamento de sua subjetividade e inteligência” (2002, p. 55).

Nos dois artigos, Macedo (2021) e Wonghon e Costa (2022), destacam que a falta de reconhecimento e de apoio por parte da instituição escolar pode levar à exaustão emocional, desmotivação e à síndrome de burnout. Para Dejours (2002), o reconhecimento é uma retribuição de natureza simbólica esperada pelo indivíduo e, na ausência deste, o trabalhador tende a desmobilizar-se.

Sempre houve a falta de autonomia e do reconhecimento, no entanto, com todo malabarismo realizado pelos professores durante o período do isolamento social, esses fatores ficaram em evidência. E por falta deles, o cansaço e a exaustão ganharam um reforço negativo, uma vez que todo o empenho não recebia credibilidade.

Os demais artigos abordam sobre o adoecimento mental dos professores causado por cansaço, fadiga e exaustão. O artigo de Venturelli (2020) explora como a quarentena afetou a docência e o teletrabalho, levando à reinvenção, pressão e exaustão dos professores. O autor pontuou sobre o adoecimento devido as aulas remotas:

[...] os professores respondentes afirmam estarem mais ansiosos (67%), entediados (36%), cansados (38%), estressados (34%), sobrecarregados (35%), frustrados (27%). Em pouco mais de três meses de teletrabalho os professores já estão atingindo situações delicadas quanto a sua saúde mental, e ainda, vale lembrar que quadros de depressão, e estresse e ansiedade são os principais motivos de licença saúde dos professores (VENTURELLI, 2020, p. 300).

O artigo de Fernandes, Costa, Landi, Fernandes, Pinheiro e Lopes (2021) relata uma experiência sobre atenção à saúde e qualidade de vida dos professores durante o ensino remoto. Os autores criaram grupos para encontros com temas diversos e abordam a importância do contato, incluindo as atividades físicas para manutenção da saúde física e mental, mesmo em período pandêmico. Na criação dos grupos, os

participantes responderam a questionários sobre presença de sintomas diversos relacionados ao trabalho. Outras queixas relatadas pelos docentes estão relacionadas ao estresse ocupacional promovido pela atividade de trabalho e, portanto, a remissão completa dos sintomas depende do conjunto de condições que envolvem o trabalho docente, como adequação do ambiente ergonômico, adaptação e domínio das tecnologias, preocupação com o desempenho dos alunos, fatores psicológicos e organizacionais (FERNANDES; COSTA; LANDI; FERNANDES; PINHEIRO; LOPES, 2021). Na pesquisa os professores apontaram:

Nós professores convivemos com muitos fatores desgastantes no nosso cotidiano, como: sobrecarga de trabalho; problemas comportamentais dos estudantes; falta de controle sobre o tempo; implementação de novas iniciativas educacionais; medo de se contaminarem; dificuldade de relacionamento com os supervisores (FERNANDES; COSTA; LANDI; FERNANDES; PINHEIRO; LOPES, 2021, p. 11).

Para compreender as experiências descritas nos artigos de Venturelli (2020) e Fernandes, Costa, Landi, Fernandes, Pinheiro e Lopes (2021), que relatam as dificuldades e desafios enfrentados pelos professores durante o ensino remoto, Dejours aponta que o trabalho é um espaço de subjetivação e, portanto, os efeitos do trabalho na saúde mental dos indivíduos são influenciados pelas condições em que esse trabalho é realizado.

Dejours (1993) defende que o conflito entre a organização do trabalho e o funcionamento psíquico vai além do modelo “causal-funcionalista”. Em vez de considerar o trabalho como algo intrinsecamente enlouquecedor, Dejours ressalta sua capacidade de levar o indivíduo ao sofrimento psicológico, dependendo do ambiente em que ele está inserido. No contexto da pandemia, a transição abrupta para o ensino remoto pode ter afetado a subjetividade dos professores, que tiveram que se adaptar rapidamente a novas formas de trabalho, sem as condições adequadas para desempenhar suas funções. A sobrecarga de trabalho, a pressão por resultados e a falta de controle sobre o tempo são fatores que podem ter contribuído para o aumento do estresse ocupacional, afetando a saúde mental dos professores.

O trabalho é aquilo que implica, do ponto de vista humano, o fato de trabalhar: gestos, saber fazer, um engajamento do corpo, a mobilização da inteligência, a capacidade de refletir, de interpretar e de reagir às situações; é o poder de sentir, de pensar e de inventar (DEJOURS, 2004, p. 29).

A pesquisa de Waltermann, Martins e Gedrat (2022), que explora a felicidade e a saúde dos professores universitários no contexto de trabalho em home office, apresenta uma análise interessante sobre os efeitos do trabalho remoto na felicidade e na saúde dos professores universitários. Uma das principais contribuições do artigo é a discussão sobre a relação entre o trabalho em home office e o bem-estar dos professores universitários, evidenciando que o trabalho remoto pode afetar negativamente a saúde mental dos trabalhadores, em particular no que se refere à sobrecarga de trabalho e ao isolamento social.

Nos últimos anos a demanda de trabalho tem aumentado e, com isso, levado ao adoecimento pela sobrecarga da atividade laboral. Com a pandemia do COVID-19, surgiram novos desafios e um deles está relacionado à atividade laboral que necessitou de adaptação para a continuidade do mesmo. O trabalho remoto foi a solução encontrada, porém trouxe uma demanda nunca antes vista. O isolamento social que levou as pessoas a permanecerem mais tempo juntas em seus lares trouxe consigo demandas da família associadas ao home office, acarretando sofrimento mental (WALTERMANN; MARTINS; GEDRAT, 2022, p. 185).

Em sua obra “Psicodinâmica do trabalho na pós-modernidade”, Dejours (2007) destaca como evidência da patologia da sobrecarga o rápido aumento das LER/DORTs, mencionando também outros quadros patológicos como burnout (síndrome de exaustão emocional relacionada ao trabalho). A patologia da sobrecarga tem como característica a alienação do desejo do sujeito, agravando a sobrecarga e conduzindo ao adoecimento. De acordo com Dejours, a sobrecarga de trabalho pode levar a uma série de consequências negativas para a saúde mental dos trabalhadores, tais como estresse, ansiedade, depressão, burnout e outros transtornos mentais. Além disso, a sobrecarga de trabalho pode gerar um sentimento de impotência e de desvalorização por parte dos trabalhadores, o que pode comprometer sua motivação e engajamento no trabalho.

Analisando o artigo de Magalhães e Rotenberg (2022) que também discute as condições de trabalho e a sobrecarga enfrentadas pelos professores em trabalho remoto, além de apontar casos de assédio moral, é possível realizar um paralelo com os estudos de Dejours. Uma vez que o autor enfatiza que o trabalho não é apenas uma atividade econômica, mas também uma fonte de significado, identidade e autoestima para o indivíduo. Ele propõe a ideia de que a saúde mental no trabalho depende da relação de satisfação entre o trabalhador e seu ambiente de trabalho e com a pandemia essa relação ficou ainda mais comprometida.

Em vez de fazer referência à noção de carga psíquica do trabalho, que corresponde, antes de tudo, à preocupação em apresentar uma concepção coerente com a ergonomia contemporânea, é melhor interrogar-se sobre o custo humano da insatisfação (DEJOURS, p. 65, 2015).

A afirmação de Dejours sobre a necessidade de se interrogar sobre o custo humano da insatisfação no trabalho é pertinente e pode contribuir para uma reflexão mais ampla sobre as condições de trabalho e seus impactos na saúde mental dos trabalhadores. Dejours destaca a importância da satisfação do trabalhador com seu ambiente de trabalho para sua saúde mental, e o artigo de Magalhães e Rotenberg (2022) identifica, além de situações de sobrecarga de trabalho, casos de assédio moral que podem afetar negativamente essa satisfação. A insatisfação com o trabalho leva ao adoecimento.

Na pesquisa realizada, o recebimento de demandas fora do horário de trabalho foi mencionado por 50% da população que respondeu ao questionário. Outro ponto relevante: Não houve tempo hábil de preparação para a adoção do trabalho remoto como medida sanitária. Como indicam as falas dos trabalhadores estudados, dificuldades ligadas às condições de trabalho, à sobrecarga e ao assédio moral geram algum grau de sofrimento mental. Os resultados do presente estudo corroboraram os apontamentos realizados em pesquisas anteriores, nas quais os aspectos de exaustão e sofrimento mental foram mencionados pelos entrevistados (MAGALHÃES; ROTENBERG, 2022, p. 332).

Ainda de acordo com a teoria de Dejours, o trabalho é considerado uma atividade que visa à produção de um resultado, e essa produção envolve a mobilização de recursos físicos e mentais do trabalhador. A organização do trabalho pode gerar tensões e sofrimento psíquico, especialmente quando há descompasso entre as exigências do trabalho e os recursos disponíveis para atendê-las. O sofrimento psíquico é uma resposta a essas tensões, assim como apontado nos trabalhos de Moreira, Oliveira, Oliveira, Laudares, Moreira, Moreira, Maciel, Cardoso e Oliveira (2022), Oliveira (2022) e Reis, Lima, Gomes-Souza e Resende (2023). O sofrimento pode se manifestar de diversas formas, como estresse, ansiedade, depressão e burnout.

Os autores Moreira, Oliveira, Oliveira, Laudares, Moreira, Moreira, Maciel, Cardoso e Oliveira (2022) evidenciam os impactos do contexto atual na saúde mental desses profissionais:

Observou-se que o processo de adoecimento psíquico dos professores é multifatorial, mas todos estão relacionados às condições em que ocorre o labor docente. O papel do professor, hoje, se resume a um mediador. Somando-se a isso, temos ainda a falta de condições físicas e psicológicas que também afetam o trabalho docente, como turmas com uma quantidade excessiva de alunos, barulho exacerbado, faltam recursos pedagógicos, salas sem ventilação e climatização. O principal adoecimento mental investigado foi a síndrome de Burnout, já o estresse, a ansiedade, o esgotamento e problemas relacionados ao sono são os sintomas que mais apareceram nos estudos com professores. Os dados da pesquisa evidenciam que é real o adoecimento dos docentes pelas péssimas condições de trabalho (MOREIRA; OLIVEIRA; OLIVEIRA; LAUDARES; MOREIRA; MOREIRA; MACIEL; CARDOSO; OLIVEIRA, 2022, p. 33550).

Oliveira (2022) apresenta uma revisão bibliográfica sobre adoecimento mental docente antes e durante a pandemia, discutindo as principais consequências para a saúde mental desses profissionais:

As mudanças na rotina, alterações e formas de adaptações e reinvenções ao sistema educacional tem provocado repercussões negativas na saúde mental dos docentes. As exigências, falta de tempo, desgaste e a desvalorização salarial são alguns dos fatores que implicam na atuação do profissional docente. E com a pandemia, o trabalho tem aumentado, destinando aos docentes um novo estilo de ação que tem adoecido a categoria (OLIVEIRA, 2022, p. 7).

Oliveira (2022) destaca que, antes da pandemia, já havia uma incidência significativa de adoecimento mental docente, relacionada a fatores como a sobrecarga de trabalho, a pressão por resultados e a falta de reconhecimento. Com a pandemia, esses fatores foram intensificados, e muitos docentes relataram aumento de sintomas de ansiedade, depressão e estresse. Moreira, Oliveira, Oliveira, Laudares, Moreira, Moreira, Maciel, Cardoso e Oliveira (2022) apresenta resultados de uma pesquisa que indicou que a pandemia teve um impacto significativo na saúde mental dos docentes, com aumento de casos de depressão e ansiedade. Já na pesquisa realizada por Velten, Thomes e Miotto (2022), com questionário para investigação específica de índices de ansiedade, revelou:

Foi feita uma análise dos sintomas de ansiedade em professores [...]. A ansiedade afeta diversas áreas da vida dos docentes universitários, atingindo grandes proporções e mostrando-se cada vez mais presente, principalmente em decorrência da pandemia causada pela COVID-19. Ao serem perguntados sobre os níveis de ansiedade, a maioria (41,7%) dos professores respondeu possuir pelo menos níveis mínimos de ansiedade, ou seja, afirmaram estarem enfrentando algum tipo de problema emocional durante a prática da docência na pandemia (VELTEN, THOMES e MIOTTO, 2022, p. 6).

Vários trabalhos aqui relacionados apontam como comprometimento da saúde mental os altos níveis de ansiedade apurados nas pesquisas. Dejours (2015) traz a ansiedade como um problema sério, que deveria, mas não é levado em consideração quando se trata de adoecimento mental.

O sofrimento físico pode ser reconhecido pela organização do trabalho, enquanto o sofrimento mental e, em particular, a ansiedade, não tem direito de existir no local de trabalho. Assim, recusar-se a retomar o trabalho, por ansiedade, equivaleria à demissão, automaticamente, sem indenização nem pensão. Somente uma doença mental caracterizada permitiria a aquisição de um status de invalidez (DEJOURS, 2015, p. 162).

Assim como nos artigos pesquisados e sabiamente estudado pelo autor, se houvesse um sofrimento físico, algo que pudesse ser palpável, visto, este sim receberia o devido cuidado. Com isso, Dejours alerta para os cuidados com a saúde mental, uma vez que o sofrimento psíquico não pode ser visto ou apalpado. A organização do trabalho talvez inscreva seus efeitos mais nas possibilidades de tratamento de uma doença mental, do que em seu determinismo (DEJOURS, 2015, p. 159).

No contexto da pandemia de COVID-19, os artigos analisados destacam que o trabalho docente foi bastante afetado, especialmente com a necessidade de adaptação às aulas remotas. Essa adaptação envolveu uma série de mudanças nas práticas pedagógicas, como o uso de plataformas digitais, a criação de novos materiais didáticos e a comunicação com os alunos por meio de diferentes canais. Essas mudanças exigiram uma grande mobilização de recursos mentais dos docentes, o que pode ter gerado tensões e sofrimento psíquico. Reis, Lima, Gomes-Souza e Resende levantaram as seguintes informações:

O novo modo de trabalho implicou no aumento da carga horária e das despesas para os trabalhadores, em mudanças impactantes [...]. foi constatado que 88,9% das(os) docentes relataram o aumento das demandas de trabalho, evidenciando a sobrecarga física e, principalmente, mental sofrida por esses profissionais no contexto pandêmico. 91,9% das(os) docentes possuíam equipamentos para ministrar as aulas remotas, porém apenas 11,3% receberam, apoio financeiro como forma de melhorar o suporte tecnológico. A agudização da precarização do trabalho docente em circunstâncias pandêmicas impactou significativamente a saúde e a qualidade de vida no trabalho desses trabalhadores. Tais repercussões são referentes aos novos desafios experimentados pelos professores no ERE e no cumprimento das orientações de prevenção à contaminação da Covid-19, que acabam por elevar o risco que esses profissionais têm de desenvolver sofrimentos psíquicos relativos ao estresse e aos transtornos depressivos e ansiosos (REIS; LIMA; GOMES-SOUZA; RESENDE, 2023).

Da mesma forma, no trabalho intitulado: “Eu estou me sentindo esgotada”: o trabalho de professoras e professores na pandemia COVID-19” de Giongo, Perez e Ribeiro (2021), é possível analisar o impacto da pandemia no trabalho dos professores e suas consequências para a saúde mental e física frente às contribuições de Dejours. Como podemos observar, os autores mencionam a importância de se considerar o sofrimento no trabalho como um sinal de alerta para evitar a deterioração da saúde, o que está em consonância com o conceito de sofrimento sem patologia de Dejours. A pesquisa alerta para os dados:

Com relação às transformações laborais demandadas pela situação da pandemia e que se referem à dimensão da organização do trabalho, os professores disseram que estão trabalhando mais (55,4%), fazendo intervalos igualmente (50,0%), cuidando menos da postura (59,6%), interagindo menos com os colegas (79,3%), realizando muitas atividades fora do horário de trabalho (58,3%), realizando mais atividades domésticas (78,7%) e cumprindo metas e prazos do mesmo modo ou até mais (65%). Os professores afirmaram que estão dormindo menos (36,1%), comendo mais (52,5%), sentindo-se mais cansados (60%), recebendo menos suporte das pessoas (46,4%) e consumindo álcool e outras drogas de maneira igual (50%). Eles ainda responderam que estão oferecendo mais suporte para as pessoas (50%), sentindo-se mais tristes (50,9%), com mais dificuldades para planejar o futuro (67,2%), com menos ideias novas para projetos (41,4%) e se sentindo mais preocupados (90,0%) (GIONGO; PEREZ; RIBEIRO, 2021, p. 149).

A pesquisa realizada pelos autores mostra que os professores estão sobrecarregados com as atividades de trabalho, com muitos deles relatando que suas cargas horárias excedem o tempo regular de trabalho e que trabalham em seus horários de lazer. Esse excesso de trabalho pode levar ao esgotamento e à fadiga, que são sintomas comuns de estresse ocupacional e podem levar a doenças mentais e físicas. Como apontado por Dejours, onde o autor afirma que é necessário levar em consideração três componentes da relação homem-organização do trabalho: a fadiga, que faz com que o aparelho mental perca sua versatilidade; o sistema frustração-agressividade reativa, que deixa sem saída uma parte importante da energia pulsional; a organização do trabalho, como correia de transmissão de uma vontade externa, que se opõe aos investimentos das pulsões e às sublimações. O defeito crônico de uma vida mental sem saída, mantido pela organização do trabalho, tem, provavelmente, um efeito que favorece as descompensações psiconeuróticas (DEJOURS, 2015, p. 159).

Em outra pesquisa, abordando a relação entre saúde e trabalho docente na Paraíba durante a pandemia, destacando os desafios enfrentados pelos professores na adaptação ao ensino remoto e na gestão das emoções diante das incertezas do cenário atual. Os resultados revelaram que:

As pressões, descaso e demandas de atividades online refletem nos dados que apontam o impacto da saúde em razão do trabalho no período de ensino remoto, em que 41,8% dos docentes reconhecem que sua saúde foi mais ou menos afetada pelo trabalho, 39,7% muito afetada, 11,9% pouco afetada e 6,5 % não foi em nada afetada pelo trabalho (SANTANA, BARBOSA E MÁXIMO, 2022, p. 14).

Os dados apresentados por Santana, Barbosa e Máximo ressaltam os desafios significativos que os professores enfrentaram durante o período de ensino remoto, com grande parte deles reconhecendo um impacto considerável em sua saúde devido ao trabalho. Esse impacto provavelmente decorre da intensificação das demandas profissionais, pressões e, em alguns casos, da falta de apoio, que caracterizaram a transição para o ensino online. Isto sugere que o ensino remoto, na sua forma atual, pode apresentar riscos significativos para a saúde dos docentes, uma questão que requer atenção e ações concretas.

Complementando essas observações, a pesquisa ainda aponta para a sobrecarga em termos de responsabilidades domésticas assumidas pelos docentes durante esse período. A maioria dos professores relatou a realização de diversas tarefas, como fazer compras, pagar contas, cuidar da limpeza, cozinhar, lavar/passar roupas, realizar serviços de manutenção da casa e cuidar das crianças/adolescentes. Este acúmulo de responsabilidades, somado às demandas do ensino remoto, pode contribuir para o aumento do estresse e a deterioração da saúde física e mental dos professores, intensificando os desafios enfrentados nesse período de mudanças.

No item a respeito das responsabilidades em casa as opções mais selecionadas dentre as tarefas domésticas foram de fazer compras e pagar contas (81,4%), cuidar da limpeza (77,8%), cozinhar (68%), lavar/passar roupas (60%), serviços de manutenção da casa (45,5%) e cuidar das crianças/adolescentes (36%). Como era possível a marcação de mais de um item nessa questão, provavelmente mais de uma dessas tarefas é de responsabilidade dos docentes enquanto estão em casa [...] Os dados apontam que no que compreende a jornada de trabalho, no contexto da pandemia, 67,5% dos professores afirmam que a quantidade de atividades que realizo ultrapassa a minha carga horária de trabalho, 47,9% que atendo as demandas do meu trabalho mesmo no meu horário de lazer, 36,9% que Estou trabalhando horas extras não remuneradas, 21,9% que a quantidade de atividades que realizo é compatível com a minha carga horária de trabalho

e 2,3% que a quantidade de atividades que realizo é menor do que a minha carga horária de trabalho (SANTANA, BARBOSA E MÁXIMO, 2022, p. 15-16).

Dejours, Abdouchelli e Jayet (1994) afirmam que o sofrimento no ambiente de trabalho não é necessariamente patológico, uma vez que é experimentado de maneira dinâmica e pode funcionar como um sinal de alerta para evitar a deterioração da saúde. No entanto, quando não há possibilidade de negociação entre o indivíduo e a organização do trabalho e o trabalhador é incapaz de resignificar o trabalho, os sinais podem ser vistos nos resultados da pesquisa das autoras, Santana, Barbosa e Máximo (2022):

Ao serem questionados sobre o desenvolvimento de sintomas físicos ou psíquicos relacionados ao trabalho durante a pandemia, 59,8% dos docentes afirmam que sim desenvolveram algum sintoma. [...] No que diz respeito aos problemas de saúde relacionados ao trabalho, os que obtiveram maior porcentagem foram os de stress (69,8%), ansiedade (63,7%), dores de cabeça (55,4%), problemas de sono (52,7%), irritabilidade (47,9%), problemas de visão (42,6%), problemas musculares e das articulações (42%), problemas da coluna vertebral (39%), mudanças bruscas de humor ou alterações de comportamento (33,7%) e problemas ligados ao sistema nervoso (33,5%). Além destes, também foram encontrados problemas de voz (31,1%), problemas respiratórios (17,7%), depressão (15%), varizes (13,1%) e problemas de audição (9,7%) (SANTANA, BARBOSA E MÁXIMO, 2022, p. 18-19).

Os resultados da pesquisa conduzida por Santana, Barbosa e Máximo (2022) apontam para um impacto significativo na saúde mental dos professores durante o período de ensino remoto. Mais da metade dos docentes (59,8%) afirmam ter desenvolvido sintomas físicos ou psicológicos relacionados ao trabalho durante a pandemia. Os problemas de saúde mais comuns incluem estresse (69,8%), ansiedade (63,7%), dores de cabeça (55,4%), problemas de sono (52,7%), irritabilidade (47,9%), problemas de visão (42,6%), problemas musculares e articulares (42%), problemas de coluna vertebral (39%), mudanças bruscas de humor ou alterações de comportamento (33,7%) e problemas ligados ao sistema nervoso (33,5%). Também foram relatados problemas de voz (31,1%), problemas respiratórios (17,7%), depressão (15%), varizes (13,1%) e problemas de audição (9,7%).

Os dados indicam que as pressões, demandas e descaso relacionados às atividades online e ao ensino remoto tiveram um impacto significativo na saúde mental dos professores. Cerca de 67,5% dos professores afirmam que a quantidade de atividades que realizam ultrapassa sua carga horária de trabalho, 47,9% atendem as

demandas de trabalho durante o horário de lazer e 36,9% trabalham horas extras não remuneradas. Além disso, mais de 80% dos professores têm responsabilidades em casa, incluindo tarefas domésticas como fazer compras e pagar contas, cuidar da limpeza, cozinhar, lavar e passar roupas, serviços de manutenção da casa e cuidar das crianças e adolescentes. Os resultados da pesquisa de Santana, Barbosa e Máximo (2022) sugerem que a falta de possibilidade de negociação entre o indivíduo e a organização do trabalho e a incapacidade de ressignificar o trabalho pode levar a doenças físicas e mentais.

O sofrimento chega a ser patológico “quando todas as possibilidades de adaptação ou de ajustamento à organização do trabalho pelo sujeito, para colocá-la em concordância com seu desejo, foram utilizadas, e a relação subjetiva com a organização do trabalho está bloqueada” (DEJOURS; ABDOUCHELLI; JAYET, 1994, p. 127).

A necessidade de ressignificar o trabalho para evitar prejuízos emocionais e na saúde mental dos professores, foi o resultado do estudo realizado por Santos, Caldas e Silva (2022), onde a análise feita entre: saúde mental, pandemia de COVID-19, apoio social e o sentido de vida demonstrou que

Os resultados deste estudo são consistentes com a literatura anterior que relaciona o trabalho docente com a ansiedade, estresse e depressão, tendo elevado o nível na pandemia, e que não sendo tratado, pode ocasionar prejuízos nas mais diversas ordens, seja nos relacionamentos, na saúde física e mental e a eficácia em seus papéis com os alunos, assim como o abandono da profissão docente (SANTOS; CALDAS; SILVA, 2022, p. 136).

Dejours argumenta que o trabalho pode ser uma fonte de prazer e satisfação, mas também pode levar ao sofrimento psíquico quando as condições de trabalho são inadequadas e as demandas são excessivas. Ele destaca que o trabalho é um espaço onde a subjetividade dos trabalhadores se desenvolve e se expressa, mas que essa subjetividade também pode ser ameaçada pelo trabalho. A experiência afetiva do fracasso é penosa e mobiliza o sujeito que está procurando solucionar tal problema, na expectativa de subverter o sofrimento em prazer (Dejours, 1994).

Diante dessa afirmativa do autor, concluindo a análise dos artigos, os autores Souza, Ksantos, Rodrigues, Felix, Gomes, Rocha, Conceição, Rocha e Peixoto (2020) abordam a relação entre trabalho remoto, saúde docente e discute a greve virtual como uma forma de resistência e reivindicação por melhores condições de trabalho. Neste artigo, é possível observar que a falta de negociação e de suporte por parte das

instituições de ensino foi um fator agravante para o adoecimento dos professores durante o período de trabalho remoto.

Antigas e novas configurações do trabalho docente são analisadas e caracterizadas da seguinte maneira: por processo de precarização; intensificação da jornada diária; sobrecarga de trabalho; falta de valorização do professor (econômica e socialmente); excesso de controle institucional; falta de apoio da gestão quando os professores são desrespeitados, agredidos e assediados; e a responsabilização individual dos docentes pelo fracasso dos alunos. Ressalta-se que o atual formato do trabalho docente, no modo remoto, apresenta indícios de agravamento de muitas dessas características. Isto posto, é preciso estar alerta, tendo em vista o ponto destacado pela literatura alusiva à saúde mental de professoras e professores (SOUZA, KSANTOS, RODRIGUES, FELIX, GOMES, ROCHA, CONCEIÇÃO, ROCHA, PEIXOTO, 2020, p. 8).

Os autores apontam que muitos docentes relataram a sobrecarga de trabalho, o aumento da jornada de trabalho, a falta de estrutura para realizar as atividades online e a dificuldade em conciliar as responsabilidades domésticas com as demandas do trabalho como fatores estressores. Muitos alegaram que a falta de suporte e de possibilidades de negociação acabou levando muitos professores a desenvolverem sintomas físicos e psicológicos relacionados ao trabalho remoto, como estresse, ansiedade, dores de cabeça e problemas de sono.

O estopim da greve deveu-se à insistência das escolas empregadoras em não regularizar salários e propor descontos na hora-aula dos docentes, além de reduzir a carga horária de trabalho, devido ao isolamento social [...] A greve virtual, portanto, produziu um novo movimento de resistência docente pelo uso de medidas inusitadas e multidirecionadas para a construção da greve, tais como convocação virtual, mobilização da base docente em redes, participação em debates on line e, por fim, deliberação coletiva para paralisação da atividade de trabalho nas plataformas de ensino (SOUZA, KSANTOS, RODRIGUES, FELIX, GOMES, ROCHA, CONCEIÇÃO, ROCHA, PEIXOTO, 2020, p. 10).

Dejours (1992) destaca que a possibilidade de negociação e de resistência por parte dos trabalhadores é fundamental para evitar o adoecimento no trabalho. Nesse sentido, a greve virtual pode ser vista como uma forma de resistência e de busca por melhores condições de trabalho. Nesse momento, a relação entre subjetividade, trabalho e ação, abordada por Dejours, discute a importância dessa subjetividade na organização do trabalho e na saúde mental dos trabalhadores. O autor defende que a subjetividade não pode ser considerada como algo individual, mas sim como um produto das relações sociais, e que a organização do trabalho deve levar em

consideração a subjetividade dos trabalhadores para evitar a exposição a situações de sofrimento psíquico.

A organização do trabalho exerce sobre o homem uma ação específica, cujo impacto é o aparelho psíquico. Em certas condições emerge um sofrimento que pode ser atribuído ao choque entre uma história individual, portadora de projetos, de esperanças e de desejos e uma organização do trabalho que os ignora (DEJOURS, 1987, p. 185).

Nos estudos desenvolvidos por Dejours (1987) o autor critica o modelo taylorista e demonstra que a organização do trabalho é a responsável pelas consequências negativas ou positivas para o funcionamento psicológico do trabalhador. Ele enfatiza que o trabalho pode causar tanto experiências de prazer quanto de sofrimento, que se manifestam por meio de sintomas específicos relacionados ao contexto socioprofissional e à estrutura de personalidade do trabalhador. Ainda sob a ótica de Dejours, podemos destacar alguns pontos relevantes.

De acordo com Dejours, as relações de trabalho podem ser fontes de prazer ou sofrimento, dependendo da forma como são estabelecidas. Nesse sentido, é possível que a falta de suporte e de comunicação efetiva entre colegas e superiores hierárquicos tenha favorecido o impacto negativo da pandemia sobre a saúde mental dos professores. Os professores tiveram que se adaptar a novas práticas pedagógicas, utilizando plataformas digitais, criando materiais didáticos e se comunicando com os alunos por meio de diferentes canais. Essas mudanças resultaram em uma sobrecarga física e mental para os docentes, levando a tensões e sofrimento psíquico.

Os estudos destacam que a carga horária dos professores aumentou, assim como as despesas relacionadas ao trabalho. Muitos docentes relataram o aumento das demandas de trabalho, indicando sobrecarga física e mental. Embora a maioria dos professores possuísse os equipamentos necessários para ministrar aulas remotas, apenas uma pequena porcentagem recebeu apoio financeiro para melhorar o suporte tecnológico. Essa precarização do trabalho docente durante a pandemia teve um impacto significativo na saúde e na qualidade de vida desses profissionais.

Os estudos também evidenciam que os professores estão trabalhando mais, fazendo intervalos menores, interagindo menos com os colegas, realizando atividades fora do horário de trabalho e assumindo mais tarefas domésticas. Além disso, muitos

professores estão dormindo menos, comendo mais, sentindo-se mais cansados, recebendo menos suporte das pessoas ao seu redor e consumindo álcool e outras drogas. As pesquisas mostraram que essa sobrecarga e falta de equilíbrio entre vida pessoal e profissional levou ao esgotamento, fadiga e impactou negativamente na saúde mental dos docentes.

Os problemas de saúde mais comuns relatados pelos professores incluem estresse, ansiedade, dores de cabeça, problemas de sono, irritabilidade, mudanças bruscas de humor e problemas ligados ao sistema nervoso. Esses sintomas físicos e psicológicos estão diretamente relacionados às condições de trabalho impostas pela pandemia e ao aumento das demandas e pressões enfrentadas pelos docentes. Os estudos, assim como a teoria de Dejours ressaltam a importância de considerar o sofrimento no trabalho como um sinal de alerta para evitar a deterioração da saúde.

Em geral, os artigos apresentam uma análise crítica e reflexiva sobre a saúde mental dos docentes em tempos de pandemia, evidenciando os desafios enfrentados pelos professores e a necessidade de se promover ações de apoio e cuidado com a saúde mental desses profissionais. Os autores discutem os impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos docentes. Eles destacam que a transição para o ensino remoto, a sobrecarga de trabalho, o isolamento social e a preocupação com a saúde foram uma fonte de estresse e sofrimento para os professores.

Por fim, a análise comparativa entre os artigos e a teoria de Dejours nos permite compreender que o contexto da pandemia da COVID-19 trouxe à tona questões importantes para a saúde mental dos professores. Os estudos também destacam que compreender os fatores que contribuem para o adoecimento psíquico possui importância ao se considerar as particularidades do contexto atual e as demandas emocionais geradas pela pandemia na formulação de ações para a promoção da saúde mental de docentes.

CAPÍTULO V - PRODUTO EDUCACIONAL – CARTILHA DIGITAL

Quando a necessidade de migrar todo o ensino presencial para o formato remoto se apresentou, as consequências psicológicas desse cenário não foram devidamente quantificadas. Em apenas dois meses de pandemia, observou-se um preocupante aumento nos casos de depressão e ansiedade, o que gerou um impacto significativo na saúde mental da população (OMS, 2020). No entanto, à medida que o isolamento social se estendeu por dois anos, os efeitos do contexto pandêmico passaram a se manifestar com maior intensidade. Segundo Brooks, Webster, Smith, Woodland, Wessely, Greenberg e Rubin (2020), é fundamental considerar o aspecto psicológico ao desenvolver medidas preventivas para minimizar as consequências negativas na saúde mental dos professores.

Nesse sentido, torna-se evidente apontar a importância da regulamentação da profissão de psicólogo, pois a pandemia da gripe espanhola (1918-1920), uma das mais devastadoras da história, também teve impactos significativos na saúde mental das pessoas afetadas globalmente. Naquela época, além dos desafios físicos, a falta de recursos e estratégias para lidar com os efeitos psicológicos da pandemia representou um grande obstáculo para os profissionais de saúde. Dado que a psicologia ainda não estava regulamentada como uma profissão autônoma, os médicos tentaram assumir esse papel.

Anos mais tarde, com a regulamentação da profissão de psicólogo, o profissional passa a desempenhar um papel fundamental na resposta a crises de saúde pública, como uma pandemia. Capacitados para fornecerem suporte psicológico adequado e intervenções terapêuticas eficazes às pessoas afetadas, o psicólogo tornou-se um profissional fundamental para esses momentos de cuidados excepcionais com a saúde mental. Durante a pandemia da gripe espanhola, a falta de regulamentação e preparo na área de saúde mental tornou mais difícil para os profissionais lidarem com os impactos psicológicos da doença.

Contrariamente ao contexto vivenciado há um século, durante a atual pandemia de COVID-19, a profissão de psicólogo assumiu um papel ainda mais crucial, permitindo que seus profissionais atuassem de maneira apropriada, oferecendo apoio emocional, orientação e tratamento psicológico às pessoas que enfrentam desafios

mentais decorrentes da situação pandêmica. Paralelamente, os professores se depararam com uma pressão adicional ao se adaptarem a novas formas de ensino, lidarem com a tecnologia, manterem a motivação dos alunos e fornecerem suporte emocional durante esse período desafiador.

A presença dos psicólogos nesse contexto, revela-se indispensável para auxiliar no enfrentamento das adversidades emocionais e psicológicas decorrentes da pandemia. Por meio de suas habilidades e conhecimentos específicos, eles desempenham um papel fundamental na promoção do bem-estar mental, na prevenção de transtornos psicológicos e no fornecimento de estratégias eficazes de enfrentamento. Além disso, ao reconhecerem e atenderem às necessidades emocionais dos indivíduos, contribuem para a construção de uma sociedade mais resiliente e saudável. A valorização e o reconhecimento do trabalho dos profissionais de psicologia são essenciais para garantir o cuidado integral da saúde mental da população, bem como para promover a qualidade da educação e o desenvolvimento pessoal dos indivíduos, especialmente diante das mudanças e incertezas impostas pela pandemia de COVID-19.

Como nas análises dos dados das pesquisas realizadas, foi possível apurar o aumento dos casos de adoecimento mental entre os professores. Muitos deles experimentaram estresse, ansiedade, exaustão, sentimentos de sobrecarga e até mesmo esgotamento emocional devido às demandas da profissão durante a pandemia.

Muitos professores têm dificuldade para usufruir plenamente do seu tempo livre, uma vez que precisam dedicar grande parte desse tempo a tarefas domésticas e deslocamentos. Além disso, muitas atividades de lazer e formação profissional têm um custo financeiro elevado, o que limita o acesso dessas oportunidades para muitos trabalhadores.

Compensação aparentemente natural das violências do trabalho, o tempo fora do trabalho não traz para todos as vantagens que poderíamos esperar. Se levarmos em conta o custo financeiro das atividades fora do trabalho (esporte, cultura, formação profissional) e do tempo absorvido pelas atividades inelásticas (tarefas domésticas, deslocamentos), poucos são os trabalhadores e trabalhadoras que podem organizar o lazer de acordo com seus desejos e suas necessidades fisiológicas [...] (DEJOURS, 2015, p. 55).

Como apontado por Dejours (2015) essa limitação no uso do tempo livre pode ser ainda mais agravada em contextos de exploração e precariedade no trabalho, em

que os trabalhadores muitas vezes precisam cumprir jornadas extenuantes e lidar com condições de trabalho desfavoráveis, como vivenciado no período da pandemia da COVID-19.

Antonini, Heidemann, Souza, Durand, Belaunde e Daza (2022) apontam que a promoção da saúde vem sendo discutida ao longo do tempo, com o intuito de compreender maneiras de as pessoas viverem em melhores condições de vida. Enquanto profissional de psicologia, sei que os psicólogos desempenham um papel crucial no apoio à saúde mental dos professores fornecendo suporte emocional, estratégias de enfrentamento, técnicas de gerenciamento do estresse e intervenções terapêuticas para ajudá-los lidarem com os desafios psicológicos específicos que enfrentaram durante a pandemia.

Pensando nisso, o produto educacional proposto trata-se da elaboração de uma cartilha, para distribuição virtual. O material oferece alternativas de cuidados e atividades voltadas para o bem-estar psíquico dos professores. Com orientações embasadas nas estratégias da psicologia da arte ou também conhecida como arteterapia, as atividades propostas têm o intuito de auxiliar os professores com o alívio das questões que podem prejudicar sua saúde mental.

A arteterapia usa a atividade artística como instrumento de intervenção profissional para a promoção da saúde e a qualidade de vida, abrangendo hoje as mais diversas linguagens: plástica, sonora, literária, dramática e corporal, a partir de técnicas expressivas como desenho, pintura, modelagem, música, poesia, dramatização e dança (REIS, 2014, p. 143).

A Arteterapia é uma abordagem terapêutica que utiliza técnicas artísticas para ajudar as pessoas a se expressarem e lidarem com problemas emocionais. Para os professores, que muitas vezes lidam com altos níveis de estresse e ansiedade, a Arteterapia pode ser uma ferramenta valiosa para aliviar a pressão e melhorar a saúde mental. Com referência aos elementos da psicologia da arte, a cartilha oferece aos professores atividades para elaborar as questões emocionais que foram vivenciadas.

Além de proporcionar ao professor um momento diferenciado, “longe dos muros da escola”, levando para os mesmos atividades que auxiliem no seu bem-estar físico, mental e emocional; visa ainda disponibilizar informações pertinentes à saúde mental. A psicologia da arte engloba vários elementos para a criação e apreciação artística e envolvem os processos básicos como percepção, memória e emoção. Essa cartilha

tem como função principal proporcionar aos professores a ampliação da percepção sobre eles mesmos, através da vivência artística.

A arte pode ser uma ferramenta poderosa para ajudar professores a lidar com o estresse e a ansiedade após a pandemia. Aqui estão algumas sugestões de atividades de Arteterapia que os professores podem experimentar e compõem a cartilha:

1. Desenho livre: Forneça papel e lápis e convide os professores a desenhar livremente, sem se preocupar com o resultado final. Encoraje-os a experimentar diferentes estilos de desenho e a se expressarem de forma espontânea.
2. Pintura emocional: Peça aos professores que escolham uma emoção que estejam sentindo e pintem em uma folha o que representa essa emoção. Eles podem usar cores e formas para expressar seus sentimentos.
3. Pintura e desenho direcionado: Pintar e desenhar podem ajudar a aliviar o estresse e a ansiedade. Os professores podem experimentar diferentes técnicas, como aquarela, guache ou lápis de cor, para expressar suas emoções e sentimentos.
4. Colorir Figura-fundo: Utilizando de lápis de cor das mais variadas cores, colorir pode ajudar no controle das emoções através do uso das cores. Apresentar figuras com desenhos ocultos, onde é necessário colorir para encontrar o desenho que pode expressar um sentimento ou emoção manifestados naquele momento.
5. Escrita criativa: Escrever pode ajudar a processar sentimentos difíceis e a encontrar clareza. Os professores podem escrever histórias, poemas ou cartas para expressar seus pensamentos e emoções.
6. Colagem: Fazer uma colagem pode ser uma atividade terapêutica e divertida. Os professores podem recortar imagens de revistas ou jornais e colá-las em um papel para criar uma obra de arte única.
7. Collage: Forneça revistas, tesouras e cola e convide os professores a criar um collage que represente seus sonhos e objetivos. Eles podem usar imagens e palavras para expressar suas aspirações.
8. Meditação: A meditação pode ajudar a reduzir o estresse e a ansiedade. Os professores podem experimentar a meditação, onde são guiados através de uma sessão de meditação virtual (YouTube).

9. Dança guiada: A dança pode ajudar a aliviar o estresse e a ansiedade, além de melhorar o humor. Os professores podem dançar em casa ou em um estúdio de dança local.
10. Dança livre: Coloque música e convide os professores a dançar livremente, sem se preocupar com a coreografia. Encoraje-os a se moverem de forma espontânea e a se expressarem através do movimento.

A cartilha está disponível na centésima página. Essas atividades podem ser feitas individualmente ou em grupo. Elas podem ajudar os professores a se conectarem com seus sentimentos, reduzir o estresse e aumentar a autoconsciência. É importante lembrar que a Arteterapia não substitui o tratamento médico ou psicológico caso o professor esteja submetido a algum desses, mas pode ser um complemento valioso para a saúde mental. Se um professor estiver sofrendo de um problema de saúde mental, é importante buscar ajuda profissional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O adoecimento do professor durante o isolamento social da pandemia da COVID-19 é um assunto extremamente relevante e preocupante. A educação foi uma das áreas mais afetadas pela pandemia, e os professores enfrentaram grandes desafios ao adaptar-se a um ambiente de aprendizado virtual e ao mesmo tempo enfrentar as dificuldades pessoais e familiares impostas pelo isolamento social. Este é um assunto que sempre caberá pesquisas. Antes do período pandêmico já existiam índices de adoecimento mental com diagnóstico de transtornos depressivos, ansiosos, estresse etc. Durante a pandemia, percebeu-se o aumento desses índices. As pesquisas apontaram que porcentagens significativas foram apuradas e ainda o aparecimento de outros transtornos em decorrência do isolamento social.

Durante a pandemia, os professores enfrentaram muitas mudanças, desde a mudança abrupta para o ensino remoto, até o aumento da carga de trabalho e a necessidade de aprender novas tecnologias. Isso causou estresse e ansiedade, e muitos professores relataram esgotamento emocional. Além disso, os professores também tiveram que lidar com a preocupação com a saúde e segurança de seus alunos e familiares, no que tangia a contaminação pelo vírus SARS-CoV-2 (COVID-19). A falta de interação social e a sobrecarga de trabalho durante o isolamento social também causaram impacto negativo na saúde mental dos professores. Conforme os dados analisados eles se sentiram isolados, com falta de suporte emocional e com a sensação de estar sobrecarregados.

Foi possível apurar que é importante que os gestores educacionais e as instituições reconheçam o impacto que a pandemia teve na saúde dos professores e forneçam suporte e recursos adequados para ajudá-los a enfrentar esses desafios. Isso pode incluir a disponibilização de treinamentos e orientações sobre o ensino remoto, qualificação para o uso das TDIC's, o aumento da comunicação e do suporte emocional e o acesso a recursos para a saúde mental. Promover a saúde mental dos professores após a pandemia requer um compromisso da escola em oferecer suporte emocional e psicológico, promover um ambiente de trabalho saudável, fomentar a resiliência, promover o diálogo aberto, garantir o equilíbrio entre trabalho e vida pessoal e reconhecer a importância do bem-estar dos professores.

Durante o período pandêmico, as demandas e cobranças impostas aos professores se intensificaram, resultando em uma pressão ainda maior sobre esses profissionais. Com a transição para o ensino remoto e a necessidade de adaptação rápida a novas tecnologias e metodologias de ensino, os professores foram confrontados com o desafio de estar disponíveis virtualmente para seus alunos em um ambiente de trabalho que ultrapassou os limites tradicionais de tempo e espaço.

O ensino remoto exigiu dos professores uma capacidade de estar preparado e disponível virtualmente, muitas vezes fora do horário normal de trabalho, para atender às necessidades dos alunos e garantir a continuidade do processo educacional. As demandas de planejamento, preparação de aulas, gravação de vídeo aulas, correção de atividades e interação com os alunos foram ampliadas, colocando os professores em uma posição de estar “disponível” a qualquer momento.

Essa exigência de disponibilidade constante levou a um desgaste mental e emocional significativo. A falta de limites claros entre trabalho e vida pessoal, o sentimento de sobrecarga, a pressão por resultados e a sensação de não conseguir dar conta de todas as demandas contribuíram para o aumento do estresse e do esgotamento dos professores. É importante reconhecer que essa sobrecarga não é sustentável a longo prazo leva a consequências negativas para a saúde mental dos professores.

Além disso, é necessário repensar as políticas educacionais e as expectativas impostas aos professores, buscando um equilíbrio saudável entre as demandas profissionais e pessoais. Valorizar a saúde mental dos professores e reconhecer seu trabalho como fundamental para a sociedade são passos importantes para criar um ambiente de trabalho mais equilibrado e saudável para esses profissionais.

Adicionalmente, é de suma importância que políticas públicas sejam implementadas visando proteger a saúde e o bem-estar dos professores. Dentre essas políticas, destaca-se a necessidade de priorizar a vacinação dos profissionais da educação, reconhecendo a importância de mantê-los seguros e minimizar os riscos de contaminação pela COVID-19.

Este trabalho sugere algumas interrogações para pesquisas futuras sobre a saúde mental dos professores. Primeiramente, é importante ressaltar que a amostra utilizada neste estudo foi baseada em uma análise específica de artigos científicos publicados em um determinado período e em determinadas bases de dados. Portanto,

pesquisas futuras podem buscar outras amostras, incorporando estudos de diferentes áreas acadêmicas e abordagens metodológicas.

Essa pesquisa tem como foco predominante na pandemia de COVID-19 como contexto para investigar os efeitos na saúde mental dos professores. Embora seja uma questão relevante, é importante considerar também outros contextos e períodos, a fim de compreender melhor as questões crônicas e recorrentes que afetam a saúde mental desses profissionais ao longo do tempo.

Além disso, vale destacar que este trabalho se baseou principalmente em pesquisa bibliográfica, fornecendo uma visão geral das questões relacionadas à saúde mental dos professores. No entanto, futuras pesquisas podem se beneficiar da adoção de outras abordagens qualitativas, como entrevistas e estudos de caso, para explorar as experiências e percepções dos professores em relação à sua saúde mental, possibilitando uma compreensão mais rica e detalhada do tema.

Uma abordagem interdisciplinar também se mostra relevante para a pesquisa futura sobre a saúde mental dos professores. A complexidade dessa questão requer a colaboração de diferentes disciplinas, como psicologia, educação, sociologia e saúde pública, a fim de obter uma compreensão abrangente dos fatores que influenciam a saúde mental dos professores.

Por fim, é necessário que as pesquisas futuras avaliem as intervenções e políticas implementadas para promover a saúde mental dos professores. Acompanhar e avaliar a eficácia de programas de apoio psicossocial, medidas de equilíbrio entre trabalho e vida pessoal e outras estratégias de intervenção fornecerão informações valiosas sobre as melhores práticas e diretrizes para a promoção do bem-estar dos professores.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, Ana Alexandra Marinho; RODRIGUES, Nuno Filipe Reis. Determinantes sociais e económicos da Saúde Mental. **Revista Portuguesa de Saúde Pública**, v. 28, n. 2, p. 127-131, 2010. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0870902510700031>>. Acesso em: 01 maio 2023.

ANDREOLLA, Vanessa Taís Müller. A relação: saúde mental e loucura do trabalho por Dejours. **Salão do Conhecimento**, XXIII Jornada de Extensão, UNIJUÍ, Ijuí, Santa Rosa, Panambi, Três Passos, v. 8, n. 8, 2022. Disponível em: <<https://publicacoeseventos.unijui.edu.br/index.php/salaoconhecimento/article/view/2431/20925>>. Acesso em: 01 maio 2023.

ANTONINI, Fabiano Oliveira; HEIDEMANN, Ivonete Teresinha Schülter Buss; SOUZA, Jeane Barros de Barros de; DURAND, Michelle Kuntz; BELAUNDE, Aline Megumi Arakawa; DAZA, Paola Margarita Onate. Práticas de promoção da saúde no trabalho do professor. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 35, 2022. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ape/a/XQ4mWv5zbPN3L74M3N6y6jS/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 01 maio 2023.

BOFF, Leonardo. Prefácio. In: ASSMANN, Hugo. **Reencantar a educação**: rumo à Sociedade aprendente. Petrópoles: Editora Vozes, 1998.

BRAGA, Ana Carolina; MAZZEU, Francisco José Carvalho. O analfabetismo no Brasil: lições de história. **Revista on line de Política e Gestão Educacional**, v. 21, n. 1, p. 24-46, 2017. Disponível em: <<https://periodicos.fclar.unesp.br/rpge/article/view/9986>>. Acesso em: 01 maio 2023.

BROOKS, Samantha K; WEBSTER, Rebecca K; SMITH, Louise E; WOODLAND, Lisa; WESSELY, Simon; GREENBERG, Neil; RUBIN, Gideon James. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence [O impacto psicológico da quarentena e como reduzi-la: revisão rápida das evidências]. **The Lancet**, v. 395, p. 912-920, 2020. Disponível em: <[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30460-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30460-8/fulltext)>. Acesso em: 01 maio 2023.

CNE - Conselho Nacional de Educação. **Resolução CNE nº 2 de 10/12/2020**. Normas educacionais excepcionais a serem adotadas pelos sistemas de ensino, instituições e redes escolares, públicas, privadas, comunitárias e confessionais, durante o estado de calamidade reconhecido. Disponível em: <<https://www.legisweb.com.br/legislacao/?id=405751>>. Acesso em: 01 maio 2023.

COLL, César; MONEREO, Carles. **Psicologia da educação virtual**: aprender e ensinar as tecnologias da informação e da comunicação. Tradução Naila Freitas. Porto Alegre: Artmed, 2010.

CORTEZ, Pedro Afonso; SOUZA, Marcus Vinícius Rodrigues de; AMARAL, Laura Oliveira; SILVA, Luiz Carlos Avelino da. A saúde docente no trabalho: apontamentos a partir da literatura recente. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 25, p. 113-122, 2017.

Disponível em:

<https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:y8vLcWTFrz8J:scholar.google.com/+A+sa%C3%BAde+docente+no+trabalho:+apontamentos+a+partir+da+literatura+recente&hl=pt-BR&as_sdt=0,5>. Acesso em: 01 maio 2023.

COSTA, Antonia Erica Rodrigues; NASCIMENTO, Antonio Wesley Rodrigues do. Os desafios do ensino remoto em tempos de pandemia no Brasil. **Anais VII CONEDU-Edição Online**. Campina Grande: Realize Editora, 2020. Disponível em:

<http://www.editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2020/TRABALHO_EV140_MD4_SA19_ID6370_30092020005800.pdf>. Acesso em: 01 maio 2023.

CPERS, Centro dos Professores do Estado do Rio Grande do Sul. 98% dos professores da rede estadual estão trabalhando mais durante a pandemia. 2020.

Disponível em: [https://cpers.com.br/98-dos-professores-da-rede-estadual-estao-trabalhando-mais-durante-a-](https://cpers.com.br/98-dos-professores-da-rede-estadual-estao-trabalhando-mais-durante-a-pandemia/#:~:text=An%C3%A1lise%20consolidada%20pelo%20Dieese%20da,de%20trabalho%20durante%20a%20pandemia)

[pandemia/#:~:text=An%C3%A1lise%20consolidada%20pelo%20Dieese%20da,de%20trabalho%20durante%20a%20pandemia](https://cpers.com.br/98-dos-professores-da-rede-estadual-estao-trabalhando-mais-durante-a-pandemia/#:~:text=An%C3%A1lise%20consolidada%20pelo%20Dieese%20da,de%20trabalho%20durante%20a%20pandemia). Acesso em: 10 mar. 2022

CPERS/SINDICATO - Centro dos Professores do Estado do Rio Grande do Sul - Sindicato dos Trabalhadores em Educação. **Cansaço e repetição**: curso online obrigatório continua dificultando a vida dos educadores. CPERS, Porto Alegre, 8 abr. 2020. Disponível em: <https://cpers.com.br/cansaco-e-repeticaocurso-obrigatorio-segue-dificultando-a-vida-dos-educadores-gauchos/>. Acesso em: 10 mar. 2022

CRAWFORD, Joseph; BUTLER-HENDERSON, Kerry; RUDOLPH, Jürgen; MALKAWI, Bashar; GLOWATZ, Matt; BURTON, Rob; MAGNI, Paola A.; LAM, Sophia. Covid-19: 20 countries' higher education intra-period digital pedagogy responses. **Journal of Applied Learning & Teaching**, v. 3, n. 1, p. 9-28, 2020. Disponível em: < <https://eprints.utas.edu.au/34123/>>. Acesso em: 01 maio 2023.

CUNHA, Murilo Bastos da. **Para saber mais: fontes de informação em ciência e tecnologia**. Brasília: Briquet de Lemos Livros, 2001. Disponível em:

<<https://repositorio.unb.br/handle/10482/15121/>>. Acesso em: 01 maio 2023.

DEJOURS, Christophe. & Tonelli, M. J. **O fator humano**. 3. ed. Rio de Janeiro: FGV. 2002.

DEJOURS, Christophe.; Abdouchelli, E.;& Jayet,C. **Psicodinâmica do trabalho**: Contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho. São Paulo, SP: Atlas, 1994.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. 6º ed. São Paulo: Cortez, 2015.

DEJOURS, Christophe. **Conferências Brasileiras**: identidade, reconhecimento e transgressão no trabalho. Sofrimento, prazer e trabalho. São Paulo: FGV, 1999.

DEJOURS, Christophe. Psicodinâmica do trabalho na pós-modernidade. In: Mendes, A. M., Lima, S. C. C. & Facas, E. P (orgs.). **Diálogos em psicodinâmica do trabalho**. Brasília: Paralelo 15, p. 13-26), 2007.

DEJOURS, Christophe. **Psicodinâmica do trabalho**: contribuições da escola dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho. São Paulo, Atlas, 1994.

DEJOURS, Christophe. **Uma nova visão do sofrimento humano nas organizações**. O indivíduo na organização: dimensões esquecidas. São Paulo: Atlas, 1993.

DEJOURS, Christophe. Uma nova visão do sofrimento humano nas organizações. In: CHANLAT, J. -F (Org.). **O indivíduo na organização: dimensões esquecidas**. São Paulo: Atlas, 1993, p. 149-173.

DIEHL, Liciane; MARIN, Angela Helena. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, v. 7, n. 2, p. 64-85, 2016. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/eip/v7n2/a05.pdf>>. Acesso em: 01 maio 2023.

DIZARD JUNIOR, Wilson P. **A nova mídia: A comunicação de massa na era da informação**. 2ª ed. Zahar, 1998.

FARIA, Elaine Turk. O professor e as novas tecnologias. **Ser professor**, v. 4, p. 57-72, 2004. Disponível em: <https://aprendentes.pbworks.com/f/prof_e_a_tecnol_5%5B1%5D.pdf>. Acesso em: 01 maio 2023.

FCC – Fundação Carlos Chagas. **Educação Escolar em tempos de Pandemia**. Disponível em: <<https://www.fcc.org.br/fcc/educacao-pesquisa/educacao-escolar-em-tempos-de-pandemia-informe-n-1/>>. Acesso em: 10 de maio de 2023

FERNANDES, Susi Mary de Souza; COSTA, Ana Paula Pimentel; LANDI, Camila de Meirelles; FERNANDES, Fernanda Barrinha; PINHEIRO, Marcia Nacif; LOPES, Sandra Ribeiro de Almeida. Atenção à saúde e qualidade de vida de professores em ensino remoto: Relato de experiência. **Revista Conexão UEPG**, v. 17, n. 1, p. 1-16, 2021. Disponível em: <<https://revistas.uepg.br/index.php/conexao/article/view/19566>>. Acesso em: 01 maio 2023.

FONSECA, Candida Clara de Oliveira Pereira da. **O adoecer psíquico no trabalho do professor de ensino fundamental e médio da rede pública no Estado de Minas Gerais**. 230 f. (Dissertação de Mestre em Engenharia de Produção) Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção da Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2001. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/79890>>. Acesso em: 01 maio 2023.

GALVÃO, Maria Cristiane Barbosa. O levantamento bibliográfico e a pesquisa científica. **Fundamentos de epidemiologia**, 2ed. A, v. 398, p. 1-377, 2010. Disponível em: <http://www2.eerp.usp.br/nepien/disponibilizararquivos/levantamento_bibliografico_cristianegalv.pdf>. Acesso em: 01 maio 2023.

GATTI, Bernardete Angelina; BARRETTO, Elba Siqueira de Sá. (Coord.). **Professores do Brasil: impasses e desafios**. Brasília: UNESCO (Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura), 2009. Disponível em: <<https://www.fcc.org.br/fcc/wp-content/uploads/2019/04/Professores-do-Brasil-impasses-e-desafios.pdf>>. Acesso em: 01 maio 2023.

GIONGO, Carmem Regina; PEREZ, Karine Vanessa; RIBEIRO, Bruno Chapadeiro. “Eu estou me sentindo esgotada”: o trabalho de professoras e professores na pandemia COVID-19. **Revista Gestão & Saúde**, v. 12, n. 02, pág. 144-160, 2021. Disponível em: <<https://periodicos.unb.br/index.php/rgs/article/view/38766>>. Acesso em: 01 maio 2023.

GLINA, Débora Miriam Raab; ROCHA, Lys Esther; BATISTA, Maria Lucia; MENDONÇA, Maria Goretti Vieira. Saúde mental e trabalho: uma reflexão sobre o nexos com o trabalho e o diagnóstico, com base na prática. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 17, p. 607-616, 2001. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csp/a/hPTdhk9g9Dwb3KcHY8H6xcp/?format=html&lang=pt>>. Acesso em: 01 maio 2023.

GOEDERT, Lidiane; ARNDT, Klalter Bez Fontana. Mediação pedagógica e educação mediada por tecnologias digitais em tempos de pandemia. **Revista Criar Educação**, v. 9, n. 2, p. 104-121, 2020. Disponível em: <<https://periodicos.unesc.net/ojs/index.php/criaredu/article/view/6051>>. Acesso em: 01 maio 2023.

GONZALEZ, Teofilo. Influência do confinamento COVID -19 no desempenho dos alunos no ensino superior. **ArXiv.org**, 2020.

GOULART, Adriana da Costa. Revisitando a espanhola: a gripe pandêmica de 1918 no Rio de Janeiro. **História, ciências, saúde – Manguinhos**, v. 12, p. 101-142, 2005. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/hcsm/a/Wkqm45R4ptVzTqSpKxJhfRh/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 01 maio 2023

GRINSPUN, Mírian Paura Sabrosa Zippin (Org.). **Educação tecnológica: desafios e perspectivas**. São Paulo: Cortez, 1999. 231 p.

GRUPO IBES - Instituto Brasileiro para Excelência em Saúde. **OPAS/OMS apoia governos no objetivo de fortalecer e promover a saúde mental da população**. IBES, 11 de outubro de 2016. Disponível em: < <https://www.ibes.med.br/opasoms-apoia-governos-no-objetivo-de-fortalecer-e-promover-a-saude-mental-da-populacao/>>. Acesso em: 21 mar. 2021

HUREMOVIĆ, Damir. **Psychiatry of pandemics: a mental health response to infection outbreak**. Chapter 8 - Social distancing, quarantine, and isolation. Suíça: Springer, 2019. p. 85-94. Disponível em: < <https://sostelemedicina.ucv.ve/covid19/manuales/Psychiatry%20of%20Pandemics.pdf#page=92>>. Acesso em: 21 mar. 2022

KENSKI, Vani Moreira. **Educação e tecnologias: o novo ritmo da informação**. 4. ed. Campinas: Papirus, 2007.

KIND, Luciana; CORDEIRO, Rosineide. Narrativas sobre a morte: a gripe espanhola e a covid-19 no Brasil. **Psicologia & Sociedade**, Dossiê, v. 32, p. 1-19, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/psoc/a/LdMLvxpDHBYGt8fC5SZRp/?lang=pt&format=pdf>>. Acesso em: 01 maio 2023

LEAL, Rosângela Maria de Almeida Camarano; BANDEIRA, Marina Bittencout; AZEVEDO, Kennya Rodrigues Nézio. Avaliação da qualidade de um serviço de saúde mental na perspectiva de seus profissionais: satisfação, sobrecarga e condições de trabalho. **Psicologia: teoria e prática**, v. 14, n. 1, pág. 15-25, 2012. Disponível em: <<http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/ptp/article/view/2570>>. Acesso em: 01 maio 2023.

LOPES, Rosemara Perpetua; FÜRKOTTER, Monica. Do Projeto Pedagógico à aula universitária: aprender a ensinar com tdic em cursos de licenciatura em Matemática. **Educação em Revista**, v. 36, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/edur/a/pwLzq8838Py4hhbgxLtDwgf/?format=html>>. Acesso em: 01 maio 2023.

LOPES, Rosemara Perpetua; FÜRKOTTER, Monica. Formação inicial de professores em tempos de TDIC: uma questão em aberto. **Educação em Revista**, v. 32, p. 269-296, 2016. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/edur/a/n45nDkM4vvsHxGw9tgCnxph/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 01 maio 2023.

MACEDO, Renata Mourão. Direito ou privilégio? Desigualdades digitais, pandemia e os desafios de uma escola pública. **Estudos Históricos**, Rio de Janeiro, v. 34, p. 262-280, 2021. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/eh/a/SGqJ6b5C4m44vh8R5hPV78m/?lang=pt>>. Acesso em: 01 maio 2023.

MACÊDO, Maria Glêciane Maia de. Tempos de pandemia (COVID 19): o avanço da síndrome de burnout nos docentes. In: RIGUE, Fernanda Monteiro; MALAVOLTA, Ana Paula Parise (orgs). **COSTURAS ENTRE EDUCAÇÃO E SAÚDE**. Veranópolis: Diálogo Freiriano, 2021. p. 279-288.

MAGALHÃES, Tatiana dos Anjos; ROTENBERG, Lúcia. Trabalho remoto em uma universidade: condições de trabalho, sobrecarga e assédio moral. **SER Social - Pandemia de COVID-19 e Políticas Sociais**, Brasília (DF), v. 25, nº 51, p. 326-344, julho a dezembro de 2022. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/handle/icict/56100/TatianaMagalhaes_LuciaRotenberg_IOC_2022.pdf?sequence=2&isAllowed=y>. Acesso em: 01 maio 2023.

MARCHESI, Álvaro. **O bem-estar dos professores**: competências, emoções e valores. Porto Alegre: Artmed, 2008.

MASIERO, André Luís. A Psicologia racial no Brasil (1918-1929). **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 10, p. 199-206, 2005. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/epsic/a/6fKDKGCxdZmynQVkXWMGRdH/abstract/?lang=pt#ModalHowcite>>. Acesso em: 01 maio 2023

MÉDICI, Mônica Strege; TATTO, Everson Rodrigo; LEÃO, Marcelo Franco. Percepções de estudantes do Ensino Médio das redes pública e privada sobre atividades remotas ofertadas em tempos de pandemia do coronavírus. **Revista Thema**, v. 18, p. 136-155, 2020. Disponível em: <<https://periodicos.ifsul.edu.br/index.php/thema/article/view/1837>>. Acesso em: 01 maio 2023.

MERLO, Álvaro Roberto Crespo; MENDES, Ana Magnólia Bezerra. Perspectivas do uso da psicodinâmica do trabalho no Brasil: teoria, pesquisa e ação. **Cadernos de Psicologia Social do trabalho**, v. 12, n. 2, Especial, p. 141-156, 2009. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/cpst/article/view/25746>>. Acesso em: 01 maio 2023.

MISKULIN, Rosana Giaretta Sguerra. As possibilidades didático-pedagógicas de ambientes computacionais na formação colaborativa de professores de matemática. In: MISKULIN, Rosana Giaretta Sguerra; FIORENTINI, Dario. **Formação de professores de matemática**: explorando novos caminhos com outros olhares. Campinas: Mercado de Letras, 2003. p. 217-248.

MORAN, José Manuel. Propostas de mudança nos cursos presenciais com a educação on-line. **Congresso Internacional de Educação a Distância da ABED – Associação Brasileira de Educação a Distância**. Salvador-BA. 2004.

MOREIRA, Paulo Cesar; OLIVEIRA, Daniele Lopes; OLIVEIRA, Heloisy Lopes; LAUDARES, Terezinha das Graças; MOREIRA, Stephânia de Oliveira Laudares;

MOREIRA, Augusto Cesar Malta Laudares; MACIEL, Mateus Paulus Ribeiro de Moraes; CARDOSO, Júlio Roquete; OLIVEIRA, Eduardo Pires di. Adoecimento docente e sofrimento psíquico em tempos de Pandemia de Covid 19 Docente Doença e sofrimento psíquico em tempos de Pandemia de Covid 19. **Revista Brasileira de Desenvolvimento**, v. 8, n. 5, p. 33541-33555, 2022. Disponível em: <<https://scholar.archive.org/work/myfi7za3lrbpdlluuvf3jujbt4/access/wayback/https://brasilianjournals.com/index.php/BRJD/article/download/47441/pdf>>. Acesso em: 01 maio 2023.

OCHÔA, Valéria. **Quarentena impõe teletrabalho na educação básica**. SINPRO/RS – Sindicato Cidadão, CONTEE - Confederação Nacional dos Trabalhadores em Estabelecimentos de Ensino, Porto Alegre, 11 abr. 2020. Disponível em: <https://contee.org.br/sinpro-rs-quarentena-impoe-teletrabalho-na-educacao-basica/> ou <https://www.extraclasse.org.br/educacao/2020/04/quarentena-impoe-teletrabalho-na-educacao-basica/>. Acesso em: 01 maio 2023.

OLIVEIRA, Erik Cunha de. Adoecimento mental docente antes e durante a pandemia: uma revisão bibliográfica. **REVISTA FOCO**, v. 15, n. 6, p. e581-e581, 2022. Disponível em: <<https://focopublicacoes.com.br/foco/article/download/581/485>>. Acesso em: 01 maio 2023.

PASTORE, José. A produtividade do trabalho Remoto. **Correio Brasiliense Opinião**, 2021. Disponível em: <<https://www.correiobrasiliense.com.br/opiniaio/2021/06/4928840-artigo-a-produtividade-do-trabalho-remoto.html>>. Acesso em: 01 maio 2023.

PEREIRA, Fernanda Martins; PEREIRA NETO, André. O psicólogo no brasil: notas sobre seu processo de profissionalização. **Psicologia em estudo**, Maringá, v. 8, p. 19-27, 2003. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pe/a/4xwr4p3tC9DjRTvW75X9Dkh/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 01 maio 2023

REIS, Alice Casanova dos. Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do Psicólogo. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 34, p. 142-157, 2014. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pcp/a/5vdgTHLvkzynKFHnR84jqP/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 01 maio 2023.

REIS, Maria Carollina Padilha Montenegro; LIMA, Roberta de; GOMES-SOUZA, Ronal; RESENDE, Gisele Cristina. Trabalho e saúde mental das (os) docentes, antes e durante a COVID-19. **SciELO Preprints** [on-line], 31 de março de 2023. Disponível em: <<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/5833>>. Acesso em: 01 maio 2023.

SALES, Marcelo Ribeiro; NASCIMENTO, Diogo Silva do. Educação é um direito de todos? Os desafios da prática docente nas periferias em tempos de pandemia. **Revista Interinstitucional Artes de Educar**, v. 6, n. 4, p. 18-31, 2020. Disponível

em: < <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/riae/article/view/52369>>. Acesso em: 01 maio 2023.

SANTANA, Daniely Jéssica Tenório; BARBOSA, Valéria; MÁXIMO, Thais Augusta. Vida que segue em tempos de pandemia: a relação saúde e trabalho docente na paraíba. **Trabalho (En) Cena**, v. 7, 2022. Disponível em: <<https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/14071>>. Acesso em: 01 maio

SANTOS, Karine David Andrade; CALDAS, Calila Mireia Pereira; SILVA, Joilson Pereira da. **Pandemia da covid-19, saúde mental, apoio social e sentido de vida em professores**. 2022. Disponível em: < <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/3575> >. Acesso em: 01 maio 2023.

SARAIVA, Karla; TRAVERSINI, Clarice Salete; LOCKMANN, Kamila. A educação em tempos de COVID-19: ensino remoto e exaustão docente. **Práxis educativa**. Ponta Grossa, PR. Vol. 15, e2016289, p. 1-24, 2020. Disponível em: <http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S1809-43092020000100168&script=sci_arttext&lng=pt>. Acesso em: 01 maio 2023.

SCHUARTZ, Antonio Sandro; SARMENTO, Helder Boska de Moraes. Tecnologias digitais de informação e comunicação (TDIC) e processo de ensino. **Revista Katálysis**, v. 23, p. 429-438, 2020. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rk/a/xLqFn9kxxWfM5hHjHjxbC7D/> >. Acesso em: 01 maio 2023.

SCHUELER, Paulo. **O que é uma pandemia**. Notícias e Artigos [on-line]. Rio de Janeiro-RJ: Bio-Manguinhos (Instituto de Tecnologia em Imunobiológicos) da FIOCRUZ - Fundação Oswaldo Cruz, 23 de março de 2021. Disponível em: <<https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/1763-o-que-e-uma-pandemia#:~:text=Segundo%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20pandemia%20%C3%A9,sustentada%20de%20pessoa%20para%20pessoa.>>. Acesso em: 28 jul. 2021

SCHWARCZ, Lilia Moritz; STARLING, Heloisa Murgel. **A bailarina da morte: a gripe espanhola no Brasil**. Companhia das Letras, 2020.

SEE/MG - Secretária de Estado de Educação de Minas Gerais. **Resolução SEE Nº 4.672, de 07 de dezembro de 2021**. Normas para a organização do Quadro de Pessoal das Escolas Estaduais na Rede Estadual de Ensino. 2021. Disponível em: <<https://sindespemg.com.br/wp-content/uploads/2021/12/Resolu%C3%A7%C3%A3o-SEE-n%C3%B0-4.672-2021-Quadro-de-Pessoal.pdf>>. Acesso em: 01 maio 2023.

SELIGMANN-SILVA, E. **Desgaste mental no trabalho dominado**. São Paulo: Cortês, 2011.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico**. São Paulo: Cortez, 2013. Disponível em: <https://www.ufrb.edu.br/ccaab/images/AEPE/Divulga%C3%A7%C3%A3o/LIVROS/Metodologia_do_Trabalho_Cient%C3%ADfico_-_1%C2%AA_Edi%C3%A7%C3%A3o_-_Antonio_Joaquim_Severino_-_2014.pdf>. Acesso em: 22 jun. 2021.

SILVA, Ana Cristina Simões e; OLIVEIRA, Eduardo A.; MARTELLI JÚNIOR, Hercílio. Coronavirus Disease Pandemic Is a Real Challenge for Brazil. **Frontiers in Public Health** [on-line], v. 8, 05 June 2020. Disponível em: <<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2020.00268/full>>. Acesso em: 01 maio 2023.

SILVA, Ana Cristina. B. da; GOMES, A. S. **Conheça e utilize software educativo: avaliação e planejamento para a educação básica**. Recife: Pipa Comunicação, 2015.

SILVA, Chayene Cristina Santos Carvalho da; TEIXEIRA, Cenidalva Miranda de Sousa. O uso das tecnologias na educação: os desafios frente à pandemia da COVID-19. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 9, p. 70070-70079, 2020. Disponível em: <<https://www.brazilianjournals.com/ojs/index.php/BRJD/article/download/16897/13779>>. Acesso em: 01 maio 2023.

SILVA, Jorge Luiz Lima da; PEREIRA, Letícia Cardoso de Lacerda; SANTOS, Mariana Pereira; BORTOLAZZO, Pedro Antonio Alves Bezerra; RABELO, Thalia Gomes da Silva; MACHADO, Emanoele Amaral. Prevalência de síndrome de burnout entre professores da escola estadual de Niterói, Brasil. **Revista Enfermagem Atual**, edição semestral, v. 34, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-45682018000100014&script=sci_arttext&lng=pt>. Acesso em: 01 maio 2023

SILVA, Rosângela Ramos Veloso et al. Pandemia da COVID-19: insatisfação com o trabalho entre professores (as) do estado de Minas Gerais, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 6117-6128, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/XvX8nR5YN6xtJfgBgc5Whxf/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 01 maio 2023.

SILVANY NETO, Annibal M; ARAÚJO, Tânia M.; DUTRA, Fábio R. D.; AZI, Gustavo R.; AVES, Rodrigo L. KANALKIEVICZ, Cristina; REIS, Eduardo J. F. B. dos. Condições de trabalho e saúde de professores da rede particular de ensino de Salvador, Bahia. *Revista Baiana de Saúde Pública*, v. 24, n. 1-2, p. 42-42, 2000. Disponível em: <<https://rbsp.sesab.ba.gov.br/index.php/rbsp/article/download/980/545>>. Acesso em: 01 maio 2023.

SKINNER, B. F. **Tecnologia do ensino**. São Paulo: Herder, Ed. da USP, 1972.

SOARES, Ricardo; MARGALHO, Maurício Gonçalves. As Condições de Trabalho dos Professores do Ensino Médio do Estado do Rio de Janeiro Durante o Primeiro Ano da Pandemia de COVID-19. **Revista Estudos Libertários**, v. 3, n. 8, p. 40-59, 2021. Disponível em:

<<https://revistas.ufrj.br/index.php/estudoslibertarios/article/view/41131/23965>>.

Acesso em: 01 maio 2023.

SOUZA, Christiane Maria Cruz de. Da gripe espanhola à COVID-19: uma análise comparativa de epidemias e pandemias do século XX ao XXI. **Diálogos**, v. 25, n. 2, p. 68-85, 2021. Disponível em: <

<https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/Dialogos/article/view/59491/751375153311>>.

Acesso em: 01 maio 2023.

SOUZA, Katia Reis de; SANTOS, Gideon Borges dos; RODRIGUES, Andréa Maria dos Santos; FELIX, Eliana Guimarães; GOMES, Luciana; ROCHA, Guilhermina Luiza da; CONCEIÇÃO, Rosilene do Carmo Macedo; ROCHA, Fábio Silva da; PEIXOTO, Rosaldo Bezerra. Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 19, 2020. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/ij/tes/a/RrndqvwL8b6YSrx6rT5PyFw/abstract/?lang=pt>>.

Acesso em: 01 maio 2023.

TOSTES, Maiza Vaz; ALBUQUERQUE, Guilherme Souza Cavalcanti de; SILVA, Marcelo José de Souza e; PETTERLE, Ricardo Rasmussen. Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde em Debate**, v. 42, n. 116, p. 87-99, 2018.

Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/sdeb/2018.v42n116/87-99>>. Acesso em: 01 maio 2023.

VALENTE, José Armando. Pesquisa, comunicação e aprendizagem com o computador. O papel do computador no processo ensino-aprendizagem. **Gestão escolar e tecnologias**, p. 1-18, 2005. Disponível em:

<http://cmapspublic.ihmc.us/rid=1HXFXQKSB-23XMNVQ-M9/VALENTE_2005.pdf>.

Acesso em: 01 maio 2023.

VELTEN, Deise Berger; THOMES, Caroline Rodrigues; MIOTTO, Maria Helena Monteiro de Barros. Presença de ansiedade em docentes universitários do curso de Odontologia da Universidade Federal do Espírito Santo em tempos de pandemia.

Revista de Odontologia da UNESP, v. 51, 2022. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/rounesp/a/4Vxw35fZ3HvwryNwRbQYDxc/abstract/?lang=pt>>

>. Acesso em: 01 maio 2023.

VENTURELLI, Ricardo Manffrenatti. Docência, teletrabalho e covid-19: reinvenção, pressão e exaustão do professorado em tempos de quarentena. **PEGADA - A**

Revista da Geografia do Trabalho, v. 21, n. 3, p. 275-306, 2020. Disponível em:

<<https://revista.fct.unesp.br/index.php/pegada/article/view/7815>>.

Acesso em: 01 maio 2023.

WALTERMANN, Martha Eliana; MARTINS, Maria Isabel Morgan; GEDRAT, Dóris Cristina. Trabalho em home office, felicidade e saúde do professor universitário. **ECOS-Estudos Contemporâneos da Subjetividade**, v. 12, n. 2, p. 184-196, 2022. Disponível em: <<http://www.periodicoshumanas.uff.br/ecos/article/view/3120>>. Acesso em: 01 maio 2023.

WANDSCHEER, K. T. Ensino Remoto: Um Caminhar de Possibilidades Educativas. In: PALÚ, Janete; SCHÜTZ, Jenerton Arlan; MAYER, Leandro. Desafios da educação em tempos de pandemia. **Cruz Alta: Ilustração**, v. 324, 2020.

WONGHON, Karina Cardoso; COSTA, Zuleika Leonora Schmidt. A Síndrome de Burnout e seus impactos na vida dos professores do ensino fundamental: Revisão Narrativa de Literatura. **Revista Perspectiva: Ciência e Saúde**, v. 7, n. 1, 2022. Disponível em: <<http://sys.facos.edu.br/ojs/index.php/perspectiva/article/view/603>>. Acesso em: 01 maio 2023.

ZARAGOZA, José Manuel Esteve. **O mal-estar docente**: a sala de aula e a saúde dos professores. Bauru/SP: EDUSC, 1999. p. 116-133.

APÊNDICE

Produto Educacional

Documento autenticado eletronicamente por BRUNO PEREIRA GARCÊS, PROFESSOR DO ENSINO BÁSICO, TÉCNICO E TECNOLÓGICO, em 03/08/2023, às 19:19, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 4º, § 3º, do Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020, a partir de documento original.



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site <http://www.iftm.edu.br/autenticacao/> informando o código verificador **0A544B3** e o código CRC **D62196D3**.