


## A saúde mental dos professores no cenário de pandemia em Sobral - CE

**José Marques Meneses<sup>i</sup>** 

Universidade Estadual Vale do Acaraú, Sobral, CE, Brasil

**Antônia Silva Araújo<sup>ii</sup>** 

Universidade Estadual Vale do Acaraú, Sobral, CE, Brasil

**Lídia Azevedo de Menezes Rodrigues<sup>iii</sup>** 

Universidade Estadual Vale do Acaraú, Sobral, CE, Brasil

1

### Resumo

Este artigo surgiu a partir da disciplina estágio curricular Supervisionado em Gestão Educacional, com o projeto realizado em uma escola da Rede Pública do Município de Sobral – CE. Apresenta como objetivo compreender como está a saúde mental dos profissionais da referida Escola Pública, visto que, as atividades nesse período de pandemia estão sendo realizadas de forma remota. O caminho metodológico insere-se em uma abordagem qualitativa, bibliográfica em campo virtual, na qual foi utilizado um questionário por meio do Google Forms, com perguntas sobre a temática investigada. O referido trabalho indaga sobre a seguinte questão: como está a saúde mental dos profissionais que estão atuando no espaço escolar no período pandêmico, em Sobral, Ceará? Evidenciamos como possíveis resultados que os profissionais dessa instituição afirmaram que esse período está sendo desafiador, pois são muitas demandas, porém, a gestão tem uma preocupação em realizar momentos de formações direcionadas para essas temáticas.

**Palavras-chave:** Ensino Remoto. Saúde Mental. Pandemia.

### The mental health of teachers in the pandemic scenario in Sobral - CE

#### Abstract

This article arose from the discipline Supervised Curricular Internship in Educational Management, with the project carried out in a school of the Public Network of the Municipality of Sobral – CE. It aims to understand the mental health of the professionals of this Public School, since, activities in this pandemic period are being carried out remotely. The methodological path is part of a qualitative, bibliographic approach in the virtual field, in which a questionnaire was used through Google Forms, with questions about the theme investigated. This paper asks about the following question: how is the mental health of professionals who are working at the school space in the pandemic period, in Sobral, Ceará? We evidenced as possible results that the professionals of this institution stated that this period is being challenging, as there are many demands, however, management has a concern in realizing moments of formations directed to these themes.

**Keywords:** Remote Teaching. Mental Health. Pandemic.

## 1 Introdução

2

O presente trabalho apresenta como objetivo principal compreender como está a saúde mental dos profissionais de uma Escola da Rede Pública do município de Sobral, Ceará, nesse cenário de pandemia, pois, as atividades letivas estão sendo realizadas de forma remota. A referida proposta surgiu a partir da tessitura de experiências de acadêmicos do curso de Pedagogia, da Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA), na realização do estágio curricular Supervisionado em Gestão Educacional, orientado pela Professora Doutora Lídia Azevedo. Visto que o Estágio em Gestão Educacional é de extrema importância nesse processo inicial de formação docente, pois ele proporciona relações entre teoria e prática de forma que servirão como subsídio na caminhada profissional dos estudantes de cursos de graduação.

De acordo com Pimenta e Lima (2006, p. 99) essa prática serve como uma “[...] oportunidade de aprendizagem da profissão docente e da construção da identidade profissional”, servindo não apenas para aquisição de habilidades técnicas, mas sim de uma concepção sobre o seu agir como ser que pode transformar a realidade a partir de suas ações. Ou seja, o estágio é um espaço de ação-reflexão-ação sobre a realidade educacional e a afirmação e construção do professor.

Vale destacar que, nesse estágio, além de conhecermos a instituição, buscamos compreender a relevância do trabalho com a saúde mental dos educadores nesse cenário de pandemia, visto que, na instituição de tempo integral os docentes têm uma carga horária de trabalho maior, pois como em todas as áreas, a pandemia também afetou a educação e ainda mais aos professores, que estão aprendendo e aplicando de modo emergencial, novas metodologias de ensino que se adequem a esse cenário, interferindo assim, em sua saúde mental, pois, muitos não têm o apoio que necessitam para conseguirem acompanhar o novo ritmo dos trabalhos.

Além de terem que se preocupar consigo, existem inúmeros fatores que contribuem para sua saúde mental, como: motivação dos alunos e níveis de

desenvolvimento dos mesmos, a própria didática que deve ser usada, sobrecarga de afazeres domésticos e profissionais, dentre outros.

O processo metodológico dessa pesquisa insere-se em uma abordagem qualitativa, de cunho bibliográfico, em ambiente de campo virtual, na qual foi utilizada uma entrevista estruturada, por meio do *Google Forms*, com professores, gestores e orientador (a) educacional da referida instituição, partindo do seguinte questionamento: como está a saúde mental dos profissionais que estão atuando no espaço escolar no período pandêmico, em Sobral, Ceará?

Evidencia-se como possíveis resultados que, diante desse cenário pandêmico, o espaço de trabalho foi postergado para a instituição familiar, pois professores e gestores tiveram que se reinventar para promover o processo de ensino aprendizagem dos alunos, passando assim por diversos desafios, principalmente, quando tratamos sobre a saúde mental dos referidos, pois ainda vivemos um momento de muitas incertezas.

## 2 Metodologia

Esta pesquisa apresenta como caminho metodológico, uma abordagem qualitativa, bibliográfica em campo virtual. Segundo Fialho e Sousa (2017) *apud* Abu-El-Haj e Fialho (2019, p. 4):

A abordagem qualitativa se faz adequada por nos possibilitar considerar as subjetividades das participantes e analisar com maior minúcia as narrativas, considerando as singularidades numa relação indissociável entre o individual e o coletivo e valorizando a qualidade em detrimento da quantidade.

Ou seja, esse tipo de abordagem possibilita que compreendamos o sujeito investigado, a partir de suas narrativas e escritas, considerando suas subjetividades, especificidades e seu modo de pensar e agir, não se detendo apenas a questões quantitativas.

De acordo com Fonseca (2002), a pesquisa bibliográfica é fundamental no trabalho científico, pois, ela se constitui a partir de levantamentos teóricos já

realizados, permitindo ao pesquisador conhecer e contribuir no que já foi estudado sobre o assunto, buscando meios que sejam favoráveis aos objetivos do estudo. Nesse mesmo sentido Gil (2002, p. 44), esclarece que ela “[...] é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos”.

4 Para isso, destacamos que essa pesquisa bibliográfica foi realizada no decorrer do estágio (aulas e intervenção), em que refletimos e dialogamos. Utilizamos como instrumento de coleta de dados o *Google Forms* com professores, gestores e orientador (a) educacional de uma escola da Rede Pública de Sobral - CE, sobre o processo de trabalho atrelado à saúde mental nesse cenário de disseminação da covid – 19, vislumbrando os seguintes questionamentos: o que é saúde mental? A pandemia interferiu em sua saúde mental? Quais os cuidados que você tem para manter sua saúde mental? Vocês consideram importante tratar sobre a temática saúde mental no ambiente escolar?

Os participantes do estudo totalizam 11 profissionais, sendo pedagogos, licenciados em letras, matemática, história, educação física e bacharel em Psicologia. Todos(as) concursados(as) pelo município de Sobral-CE.

### 3 Formação Docente: impactos na saúde mental do professor

Diante do novo cenário apresentado atualmente, docentes e todo o corpo escolar vivenciam a adaptação ao novo modelo de ensino, que acaba fugindo da realidade de muitos. O uso da tecnologia passa a ser o maior aliado dos educadores nesse momento de pandemia, adotados as aulas presenciais, tiveram que se adequar de forma repentina ao ambiente remoto de ensino.

A necessidade de adquirir novas habilidades que não foram apresentadas em sua formação docente, uma maior pressão em relação aos resultados, o excesso de trabalho, cenário da saúde pública e entre outros fatores acabam sobrecarregando os educadores, a adaptação ao novo, a sobrecarga emocional carrega em impactos na saúde mental de gestores e professores.

A pandemia causada pela COVID-19 trouxe para o cenário educacional muitos desafios e cobranças para gestores, educadores, discentes e a família, emergiu e apresentou vários problemas de um sistema falho, profissionais que antes já sofriam com a desvalorização, precisam passar por uma reinvenção em sua formação profissional, para que se mantenha um modelo de ensino ativo. Mesmo diante dos lapsos encontrados nas condições de trabalho, é necessário cumprir a carga horária e promover uma educação de qualidade embora condições precárias. Segundo Zaidan e Galvão (2020, p. 264):

Professoras e professores experimentaram uma mudança brusca em suas rotinas, que se caracteriza pela penetração insidiosa do trabalho em todos os espaços e momentos de seu cotidiano, não importando que seus empregadores (o governo ou os donos de escola) não lhes tenham garantido estrutura para o teletrabalho.

É importante refletir acerca do impacto que tais exigências profissionais acarretam na saúde mental dos educadores, pois é preciso pensar na garantia da qualidade das condições de trabalho a esse público. Mas para isso os empregadores devem ter um olhar sensível voltado para as condições socioemocionais dos educadores não só no âmbito profissional, mas também no âmbito pessoal.

Por se tratar de algo recente pouco são os indicadores e apontamentos dos efeitos e consequências a curto e longo prazo que o cenário atual trará. As incertezas são muitas, mas é nítido que medidas precisam ser tomadas como forma de amenizar e prevenir futuros efeitos. É importante que se comece a pensar em formas de diminuir os impactos.

Atualmente, algumas escolas, gestões estão tentando aprimorar a formação docente e dando um suporte com o manuseio tecnológico, e apoio psicológico aos docentes, mas é algo que ainda se tem muito a ser feito, para garantir a dignidade do profissional. Assim, Pereira, Santos e Maneti (2020, p. 30) enfatizam que:

Dadas essas pontuações, ressalta-se a importância de articular as exigências profissionais no contexto da pandemia com a saúde mental

desses sujeitos, para que as condições em que se constituem as velhas e novas demandas sejam verificadas e que as perspectivas, além das do adoecimento mental, tenham relevância, permitindo então que as diferentes dinâmicas de resistência desses docentes e as possibilidades de reconfiguração desse trabalho sejam discutidas.

Assim, faz-se necessário ter um olhar mais aprofundado em relação à saúde mental docente, é preciso considerar condições mais dignas de trabalho, ter um olhar voltado para os impactos do isolamento social, uma vez que a educação deve ser de qualidade para a escola e para os docentes, a forma como o professor está, terá impacto diretamente na aprendizagem dos alunos.

6

#### **4 Discussão sobre a saúde mental dos profissionais de uma Escola do Município de Sobral – CE**

A partir do estágio realizamos diversas atividades, porém, destacamos nesse trabalho o processo metodológico de entrevista estruturada, por meio do google forms com professores, gestores e orientador (a) educacional, com o objetivo de entendermos como está a saúde mental desses profissionais nesse cenário de pandemia, visto que, o trabalho está sendo realizado de forma remota. A primeira pergunta tinha como direcionamento, o que é saúde mental? Muitos educadores afirmaram que esse conceito está voltado para a descrição do nível de qualidade de vida de um indivíduo; controle emocional; paz de espírito e:

*É um conceito amplo, multifatorial e multideterminado que corresponde a aspectos biopsicossociais de sujeitos e grupos (PROFESSOR).*

*É um estado de bem-estar, possibilitando uma excelente qualidade de vida, que leva a pessoa a lidar com todos os seus sentimentos de maneira positiva (PROFESSOR).*

*É a maneira como lidamos com as emoções, sejam elas positivas ou negativas (PROFESSOR).*

Nesse sentido, evidencia-se que esse conceito é bem amplo, pois segundo a Organização Mundial da saúde (OMS) a definição de saúde mental está voltada para “um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, pode trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para sua comunidade” (2017, p. 10-11). Compreende-se que, quando o indivíduo estiver com sua saúde mental afetada ele não consegue controlar seus sentimentos, emoções e não percebe suas habilidades, sendo dificultado seu trabalho de forma produtiva.

No segundo questionamento sobre como a pandemia interferiu em sua saúde mental? Foi perceptível que grande parte dos educadores apresentaram medo, ansiedade, estresse com facilidade e uma gama de outros fatores que foram inseridos em sua vida profissional. Podemos visualizar pela fala de uma das (os) professoras (es) que:

*Muitos aspectos se apresentaram como desafiadores, gostaria de apontar a dificuldade que foi o processo HomeOffice, pois muito do tempo profissional se confundiu com o pessoal, trazendo também elevação da ansiedade. Pois a cada toque do celular se tinha a impressão que seria outra demanda de trabalho. Isso fez com que eu estivesse em estado de alerta o tempo todo, como se não houvesse um dia ou horário para descansar. (PROFESSOR).*

Ou seja, evidencia-se esse período de pandemia como desafiador, principalmente para os professores que além de cuidar da sua vida pessoal tem que manter bons resultados diante do processo de ensino. Segundo Zaidan e Galvão (2020, p. 264) “[...] os professores passaram a enfrentar uma mudança brusca, que teve a penetração do trabalho em todos os seus espaços e momentos de cotidiano [...]”.

É notório que essa mudança repentina na rotina dos professores, gestores causou muitos danos, principalmente na saúde mental, pois o trabalho passou a penetrar no ambiente familiar desses profissionais. Muitos tiveram que se adequar a um novo perfil profissional, regido por novas exigências e demandas obrigatórias, que muitas vezes parecem não acabar. Ademais, podemos notar que os professores que estavam exercendo a função do magistério a mais tempo, foram os que mais

sofreram para se adaptar, pois eles não tinham formação para manusear os aparelhos tecnológicos, só pautavam suas aulas em métodos tradicionais.

Visto nisso, no terceiro questionamento sobre quais os cuidados você tem para manter sua saúde mental? Grande parte dos profissionais pontuaram que procuram estar próximo da família ficando em casa fazendo leituras e assistindo programas de TV. E alguns afirmaram que ter cuidados com a alimentação, práticas de atividades físicas é um diferencial para o melhoramento do bem-estar mental. Conforme isso, Oliveira (2011, p. 27) *et al.* diz que:

O uso do exercício físico, como alternativa para melhorar a função cognitiva se mostra relevante, especialmente por sua aplicabilidade, pois se trata de um método relativamente barato que pode ser apresentado à grande parte da população. Nesta perspectiva, os indivíduos que estão efetivamente envolvidos em algum tipo de atividade física, treinamento sistemático, estão otimizando sua saúde mental na medida em que vão ao encontro de seu bem-estar, e este é visivelmente percebido quando há uma melhora do humor e ânimo para o desenvolvimento de suas atividades de vida diária; o pensamento se torna mais lógico, crítico e criativo; e há mais agilidade nas respostas a estímulos internos e externos [...].

A partir do supracitado acima, entende-se que essa prática da atividade física é algo inerente à vida humana, pois quando os indivíduos aderem a esse ato, passa a ter um melhoramento da função cognitiva, social e etc. Pesquisas pontuam que, as pessoas envolvidas com atividades físicas têm mais propriedade de viver com uma saúde mental eficaz, pois no desenvolvimento dos exercícios há uma melhora de humor, ânimo e o pensamento se torna mais crítico – reflexivo.

Contudo, ao trazer essas considerações o quarto questionamento indaga se os professores e gestores consideram importante tratar essa temática da saúde mental no ambiente escolar, onde todos explanaram ser de suma importância, pois é um assunto que deve ser tratado com os alunos, professores e família. Pois, a família deve estar integrada a instituição escolar. Diante do citado, eles consideraram que:

*Sim, pois na correria diária precisamos cuidar da mente para viver melhor. Por isso essa temática na escola é de grande importância para os alunos e professores, reverem as mudanças necessárias para uma boa qualidade de vida (PROFESSOR).*



*Com certeza. As emoções, positivas ou negativas, mexem com todas as pessoas, principalmente com os adolescentes (PROFESSOR).*

*Fundamental, pois não somos formados apenas de técnica, carregamos em nós nossas experiências de vida. Negar as relações do dia a dia, sejam elas positivas ou negativas pode nos prejudicar (PROFESSOR).*

9

Ou seja, essa temática deve estar presente na proposta curricular das instituições escolares, principalmente para os adolescentes, que é um público que está em processo de formação e necessita de cuidados diferenciados, assim como os professores devem se sentir seguros e acolhidos. Com isso, a capacitação de professores em temas voltados para a saúde mental deve estar presente nos interesses da gestão para que esse tema seja inserido na sala de aula, visando projetos inovadores.

Vale mencionar que, na escola investigada podemos perceber que mesmo diante de dificuldades apontadas pelos professores na pandemia, o gestor estar sempre buscando valorizar esses profissionais, articulando momentos com a orientadora educacional para que eles se sintam acolhidos e confiantes em seu percurso de vida profissional.

## 5 Considerações finais

Portanto, estudar sobre saúde mental é relevante em todas as áreas de atuação profissional e acadêmica, principalmente, nesse cenário de pandemia em que as escolas estiveram fechadas para realização de atividades presenciais, sendo todas de forma remota, onde os professores e gestores tiveram que se reinventar para manusear os equipamentos tecnológicos, com o objetivo de buscar promover o processo de ensino de forma eficaz, porém, muitas dificuldades vêm sendo encontradas durante esse caminho, pois a prática docente foi introjetada no espaço familiar do profissional, criando várias demandas e conseqüentemente interferindo em sua saúde mental.

Com base na pesquisa e nos relatos dos professores e gestores, falar de saúde mental diante de uma pandemia é necessário, além do ensino remoto ser algo novo e que ninguém estava preparado para trabalhar com ele, tem também toda a questão do medo do vírus, as dificuldades em tornar o próprio lar como local de trabalho, a falta de preparo para com o uso das tecnologias, a solidão devido a falta de contato com os alunos, são diversos fatores que afetam a saúde mental dos educadores, em Sobral, Ceará. Vale destacar que, a gestão da referida escola nesse período buscou desenvolver um trabalho pautado nessas temáticas de saúde mental, buscando ajudar os educadores diante desse processo.

## Referências

ABU-EL-HAJ, M. F.; FIALHO, L. M. F. Formação docente e práticas pedagógicas multiculturais críticas. **Revista Educação em Questão**, Natal, v. 57, n. 53, p. 1- 27, e-17109, jul./set. 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/educacaoemquestao/article/view/17109>. Acesso em: 25 jun. 2021.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo, SP: Atlas, 2002.

LIMA, M. S. L.; PIMENTA, S. G. Estágio e docência: diferentes concepções. **Póiesis Pedagógica**, n.3 v. 4, p. 5-24, 2006.

NAZARÉ, O. E.; AGUIAR, R. C. de; OLIVEIRA de A., M. T.; CORDEIRO, E. S.; QUEIROZ, L. T. Benefícios da Atividade Física para Saúde Mental. **Saúde Coletiva**, v. 8, N. 50, p 126-130, 2011. Editorial Bolina São Paulo, Brasil.

Organização Mundial da Saúde. **Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO)** – 1946. 2017 Disponível em: [http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o\\_mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude\\_omswho.html](http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o_mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude_omswho.html). Acesso em: 01 fev. 2021.

PEREIRA, H. P.; SANTOS, F. V.; MANENTI, M. A. **Saúde Mental de Docentes em Tempos de Pandemia: os impactos das atividades remotas**. Boletim de Conjuntura (BOCA), v. 3, n. 9, p. 26-32, 2020.

ZAIDAN, J. M.; GALVÃO, A. C. "COVID19 e os abutres do setor educacional: a superexploração da força de trabalho escancarada". In: AUGUSTO, C. B.; SANTOS, R. D. (orgs.). **Pandemias e Pandemônio no Brasil**. São Paulo: Instituto Defesa da Classe Trabalhadora, 2020.

<sup>i</sup> **José Marques Meneses**, ORCID: <https://orcid.org/000-0002-5324-5373>

Universidade Estadual Vale do Acaraú

Graduando do Curso de Pedagogia pela Universidade estadual Vale do Acaraú.

Contribuição de autoria: Na elaboração e escrita do texto.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0703621672170022>

E-mail: [menesesmarques61@gmail.com](mailto:menesesmarques61@gmail.com)

<sup>ii</sup> **Antônia Silva Araújo**: <https://orcid.org/0000-0002-5904-7810>

Universidade Estadual Vale do Acaraú

Graduanda do Curso de Pedagogia pela Universidade Estadual Vale do Acaraú.

Contribuição de autoria: Na elaboração e escrita do texto.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5296433466481371>

E-mail: [antoniexp007@outlook.com](mailto:antoniexp007@outlook.com)

<sup>iii</sup> **Lídia Azevedo de Menezes Rodrigues**, <https://orcid.org/0000-0001-5655-7746>

Universidade Estadual Vale do Acaraú

Doutora e Mestra em Educação Brasileira pela Universidade Federal do Ceará. Professora adjunta I do curso de Pedagogia (UVA).

Contribuição de autoria: Na orientação e escrita do texto.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8939205632434301>.

E-mail: [lidia\\_azevedo@uvanet.br](mailto:lidia_azevedo@uvanet.br)

**Editora responsável:** Karla Colares Vasconcelos

**Como citar este artigo (ABNT):**

MENESES, José Marques; ARAUJO, Antônia Silva; RODRIGUES, Lídia Azevedo de Menezes. A saúde mental dos professores no cenário de pandemia, em Sobral – CE. **Ensino em Perspectivas**, Fortaleza, v. 2, n. 4, p. 1-11, 2021.