



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
INSTITUTO DE HISTÓRIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENSINO DE HISTÓRIA

**SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES DE HISTÓRIA: IMPACTOS NO PÓS-
PANDEMIA EM CONTEXTO ESCOLAR (2020-2023)**

GILBERTO LUCIO RUSSO DE OLIVEIRA

Rio de Janeiro

2025

GILBERTO LUCIO RUSSO DE OLIVEIRA

SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES DE HISTÓRIA: IMPACTOS NO PÓS-
PANDEMIA EM CONTEXTO ESCOLAR (2020-2023)

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ensino de História, Instituto de História, Universidade Federal do Rio de Janeiro, como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Ensino de História.

Orientador/a: Prof^a. Dra. Alessandra Nicodemos

Rio de Janeiro

2025

GILBERTO LUCIO RUSSO DE OLIVEIRA

SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES DE HISTÓRIA: IMPACTOS NO PÓS-
PANDEMIA EM CONTEXTO ESCOLAR (2020-2023)

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-
Graduação em Ensino de História, Instituto de
História, Universidade Federal do Rio de Janeiro,
como requisito parcial à obtenção do título de Mestre
em Ensino de História.

Orientador/a: Prof^a. Dra. Alessandra Nicodemos

Banca examinadora:

Prof^a Dra. Alessandra Nicodemos (UFRJ)

Prof^a Dra. Alessandra Carvalho (UFRJ)

Prof^a Dra. Fabiana Rodrigues (UFRRJ)

Rio de Janeiro

2025

Um dia, muito tempo antes de muitos deuses terem nascido, despertei de um sono profundo e notei que todas as minhas máscaras tinham sido roubadas – as sete máscaras que eu havia confeccionado e usado em sete vidas – e corri sem máscara pelas ruas cheias de gente, gritando:

- Ladrões, ladrões, malditos ladrões!

Homens e mulheres riram de mim e alguns correram para casa, com medo de mim. E quando cheguei à praça do mercado, um garoto trepado no telhado de uma casa gritou:

- É um louco!

Olhei para cima para vê-lo.

O sol beijou pela primeira vez minha face nua. Pela primeira vez, o sol beijava minha face nua, e minha alma inflamou-se de amor pelo sol, e não desejei mais minhas máscaras.

E, como num transe, gritei:

- Benditos, benditos os ladrões que roubaram minhas máscaras!

Assim me tornei louco. E encontrei tanto liberdade como segurança em minha loucura: e a segurança de não ser compreendido, pois aquele desigual que nos compreende escraviza alguma coisa em nós.

Gibran Khalil Gibran

Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei. Tomai sobre vós o meu jugo, e aprendei de mim, que sou manso e humilde de coração, e encontrareis descanso para a vossa alma. Porque o meu jugo é suave, e o meu fardo é leve.

Jesus Cristo (Mateus 11:28-30)

A Deus toda honra e glória.

À minha mãe, Maria José.

Aos meus amados alunos.

Aos meus queridos professores, ao ProfHistória e aos ilustríssimos colegas.

À querida professora Dra. Alessandra Nicodemos.

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao Senhor, por ser o meu Deus.

À minha mãe Maria José, por ser a mulher de minha vida.

Ao meu saudoso pai, Gilberto, meus dez irmãos e minha família, pelo nome.

Aos meus amigos queridos, por serem os melhores.

Aos meus amados alunos e ex-alunos, por serem os especiais.

Aos irmãos da minha igreja batista, por serem os fiéis.

Aos meus colegas professores do Colégio Estadual Ramiro Braga e Colégio Estadual Professor João Brasil onde ministrei aulas, por serem os companheiros.

Aos funcionários de apoio das respectivas escolas, por dobrarem o meu paraquedas.

Aos meus colegas do *ProfHistória* especialmente das turmas 2023, da UFF e UFRJ, por segurarem firmemente em minhas mãos.

Aos meus queridos professores, por conduzirem a locomotiva.

Ao professor Marcelo Barreto, por aceitar viajar comigo no mesmo vagão.

Ao professor Daniel Medina, por me mostrar as belas paisagens pelo caminho.

À professora Marlivone Silveira, por ser uma inspiração.

Ao professor Wollemberg Junior, por ser minha torcida.

Ao amigo Damião Reginaldo, por olhar minha mãe enquanto eu viajava.

Ao meu pastor Roberto da Rosa Duarte e sua digníssima esposa por orarem para minha proteção num caminho cheio de perigos.

Ao Dr. Pedro Teixeira e os funcionários do CAPS de Bom Jardim, por cuidarem do meu bem-estar emocional para que eu não enjoasse na viagem.

À professora Dra. Alessandra Carvalho e à Prof. Dra. Fabiana Rodrigues, por comporem a banca e fazerem os ajustes tão necessários.

À professora Dra. Ana Maria Monteiro, à professora Dra. Warley Costa, ao professor Dr. Paulo Knauss e ao professor Dr. Charleston, por orientarem o meu olhar e não deixarem os meus medos me assustarem.

À querida professora Dra. Alessandra Nicodemos, pela condução maestral e afinamento dos instrumentos às vezes desajustados.

À UFRJ, pela realização de um belo sonho!

RESUMO

Com o propósito de atender os requisitos do Mestrado Profissional em Ensino de História, investigou-se os impactos da pandemia para a saúde mental dos professores de História no tempo presente. A escola não pode negligenciar a temática, saúde mental. A prevenção e a divulgação da saúde mental estão previstas na Constituição Federal de 1988, que também considera a escola como um lugar propício para estas questões. Ela é acessível à comunidade, além de ser lugar de acolhimento para alunos e família. Para elaboração da pesquisa foi analisado artigos científicos que relacionam professores com o contexto da pandemia, permitindo diálogos entre entrevistas aos professores-alunos do programa *ProfHistória* das turmas 2020, 2022 e 2023 da UFRJ, mediante um formulário pelo *Google Forms*. As perguntas investigam os impactos da pandemia no ensino de História, as indagações abordaram temas como cargas de trabalho excessivas, pressões por parte da direção da escola, impactos do ensino remoto emergencial, dificuldades sobre o uso das novas tecnologias, uso de celulares dentro de sala de aula por parte dos estudantes, ajuda e suporte profissional no pós-pandemia, entre outras questões. Na conclusão das entrevistas, foi aberta aos participantes que relatassem suas experiências vividas durante a pandemia ou pós-pandemia. As respostas versaram entre o aumento de crise de ansiedade no pós-pandemia, como professores sendo únicos canais entre a escola, os estudantes e família durante a pandemia. A presente pesquisa também traz um guia de saúde mental para os professores de História como uma proposição didática.

Palavras-chave: Saúde mental docente. Pandemia. Ensino remoto. Covid-19.

SUMÁRIO

Introdução	09
Capítulo 01: Caminhos metodológicos da pesquisa	12
1.1 Pesquisa em educação: algumas questões metodológicas	13
1.2 O campo da pesquisa	16
Capítulo 02: Os impactos da pandemia na educação	18
2.1 Os desafios dos professores na pandemia e o ensino remoto emergencial	18
2.2 Os desafios dos professores de História no ensino remoto emergencial	22
2.3 Os desafios dos professores pós pandemia	28
Capítulo 03: Saúde mental docente e contexto pandêmico	35
3.1. Os professores e o adoecimento	35
3.2 Adoecimento docente e pandemia	43
Considerações Finais	51
Referências bibliográficas	55
Anexos	58

SIGLAS E ABREVIACÕES

BNCC - Base Nacional Comum Curricular
CAPES- Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
CAPS - Centro de Atenção Psicossocial
ERE - Ensino Remoto Emergencial
IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
LDB - Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional
MS - Ministério da Saúde
OIT - Organização Internacional do Trabalho
OMS - Organização Mundial da Saúde
ONU - Organização das Nações Unidas
PMBJ - Prefeitura Municipal de Bom Jardim
PSF - Programa de Saúde da Família
RAPS - Rede de Atenção Psicossocial
SUS - Sistema Único de Saúde
TCU - Tribunal de Contas da União
UFRJ - Universidade Federal do Rio de Janeiro
Unesco - Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura

INTRODUÇÃO

Nas salas de professores, nos grupos de *WhatsApp* e nos conselhos de classe, nós professores, e mesmo nas conversas informais, comentamos sobre os efeitos da pandemia Covid-19 em quase tudo. Há um consenso de que tudo piorou depois daquele evento. Ou seria apenas um mito?

No ano de 2023, eu tive um surto, então me licenciei de tudo que estava fazendo para o tratamento, isso muito me abateu, percebi que decepcionei todas as pessoas ao meu redor, principalmente eu. Fui implacável comigo mesmo, mas para minha surpresa, num mundo de tantos cancelamentos: minha família, meus amigos, meus colegas, meus professores e meus alunos foram misericordiosos comigo, estendendo suas mãos.

Reconheci que havia exagerado nas minhas cobranças, mas tanto foi o carinho, que enxerguei aplausos. E essas mãos estendidas desprovidas de coisas materiais, me motivaram a desenvolver minha pesquisa no curso de Mestrado Profissional em Ensino de História sobre um assunto tão inerente ao ser humano: a saúde mental.

Com título *Saúde mental dos professores de História: impactos no pós-pandemia em contexto escolar (2020-2023)*, a pesquisa tem por objetivo geral investigar os impactos da pandemia para a saúde mental dos professores de História no tempo presente.

E como campo de pesquisa entrevistamos professores do programa *ProfHistória* das turmas 2020, 2022 e 2023, da UFRJ, mediante um formulário *Google Forms* com perguntas relacionadas aos impactos da pandemia no ensino de História. Com aproximadamente 30 perguntas, o questionário foi dividido em três blocos temáticos, que teve 12 participantes, seis do sexo masculino e seis do sexo feminino.

A dissertação está assim organizada, no capítulo 01, apresentamos os *Caminhos Metodológicos da Pesquisa* desenvolvido, com o levantamento bibliográfico do tema e ainda, indicando os instrumentos de coleta de dados elaborados e os processos de captação junto ao campo empírico da pesquisa.

No capítulo 02, intitulado *Os impactos da pandemia na educação* apresentamos os impactos da pandemia do coronavírus na Educação, em que o recurso do ensino remoto emergencial (ERE) tornou-se um grande desafio para os professores em quase todo o mundo, e no Brasil não foi diferente. Para análise desse capítulo foram mobilizados três artigos científicos que tratam do tema e os dados construídos e mobilizados na pesquisa que versaram sobre o tema específico do capítulo.

O capítulo 03, *Saúde mental docente e contexto pandêmico*, procura trazer a questão da saúde mental dos professores inseridos neste mesmo contexto pandêmico, também foram analisados outros artigos científicos que vão ao encontro dessa pesquisa e ainda, os dados levantados nos questionários.

O resultado de nossa pesquisa dialoga com cada um dos três primeiros capítulos e nas considerações finais. De modo geral os professores consideraram que o Ensino Remoto Emergencial (ERE) tenha sido o que mais impactou na pandemia. Queixas como carga horária de trabalho excessiva, ou cobranças por parte da direção das escolas e secretarias de educação, segundo os entrevistados, tenham sido comprometedoras ao bem-estar docente.

Apesar de sete dos doze participantes terem sido diagnosticados com a Covid-19, apenas três dos entrevistados fizeram uso de apoio psicológico ou psiquiátrico em questões que envolveram a pandemia. A maioria dos participantes pontuou dificuldades ao manejo do ERE, mas apesar de críticas assinalaram vantagens ao seu uso.

A maioria foi contrária ao uso dos aparelhos celulares dentro de sala de aula. Unâimes, por não faltaram com regularidade ao trabalho no pós-pandemia. Viram como positivos formação de grupos de WhatsApp, Olimpíada de História ou a utilização de pesquisas no pós-pandemia. Apesar de responderem negativamente se a relação entre aluno-professor tenha ficado enfraquecida com a pandemia, acreditam que a humanidade piorou com a pandemia.

Apesar de relatarem várias experiências com aquele evento pandêmico, houve semelhanças em alguns pontos, não há muitas mensagens otimistas, mas de esperança e resiliência, na certeza de terem feito o melhor que puderam, certamente a pandemia marcou esta geração, tanto de professores como de alunos, aliás, não seria exagero dizer, de toda a humanidade.

Nas considerações finais achamos pertinente apresentarmos o CAPS de Bom Jardim, uma instituição vinculada ao SUS, do município do interior do estado do Rio de Janeiro, este importante suporte é uma modalidade de apoio, que tem ajudado muitas pessoas a enfrentarem os desafios dos transtornos psíquicos, uma alternativa às antigas internações em instituições fechadas.

Uma matéria do jornal O Globo de 02 de janeiro de 2025, veiculou que pelo levantamento Monitor Global dos Serviços de Saúde de 2024, uma pesquisa realizada pela empresa de pesquisa Ipsos disse que a saúde mental é a principal preocupação de

saúde de maioria dos brasileiros, citada como prioridade por 54% dos entrevistados. O bem-estar psíquico está acima de doenças como câncer.

Então, como transformar preocupação em hábitos praticados que podem ser incorporados à rotina e realmente levar a uma maior qualidade de vida?

Para responder à inquietação e pensando na saúde mental docente, achamos pertinente elaborar e apresentar como proposição didática, um guia de saúde mental para os professores de História, fomos em diversas outras fontes para incorporar recomendações práticas de profissionais da saúde mental.

CAPÍTULO 01: CAMINHOS METODOLÓGICOS DA PESQUISA

Iniciei a pesquisa sobre o tema pelo banco de dissertações do *ProfHistória*, porém não encontrei pesquisas que abordassem o tema da saúde mental. A palavra-chave mais próxima ao meu tema de pesquisa seria *loucura*, mas ainda fugia da maneira que queríamos abordar o assunto, por esse motivo recorremos a outras plataformas e fontes à procura de produções que dialogassem com o nosso trabalho.

Finalmente pelo banco de dissertação da CAPES, destaco a pesquisa de Diana Aleixo Gusmão Carneiro, da Universidade Federal de Tocantins, intitulada *Saúde mental dos professores de uma escola estadual de Tocantins: um estudo de caso (2012)*, ela relaciona a saúde mental e o processo de trabalho, discute as constatações dos efeitos do trabalho com quadros de adoecimento psíquico, e que será o ponto de partida da presente pesquisa pela natureza e objetivos semelhantes.

Diferentemente da pesquisa de Carneiro (2012) a minha pesquisa traz a questão da pandemia do coronavírus que pressupõe um adoecimento pós-pandemia, aliás, este novo ingrediente à questão, foi analisado no segundo capítulo de minha pesquisa, onde são relatados os fatores como carga horária excessiva de trabalho, questão salarial, adoecimento, precarização, entre outros assuntos inerentes à educação.

Enquanto Carneiro (2012) teve por objetivo geral identificar a percepção que os professores têm sobre seu processo de trabalho e a relação com o adoecimento mental, eu em minha pesquisa investiguei os impactos da pandemia para a saúde mental dos professores de História no tempo presente, enquanto o primeiro dá ênfase ao trabalho, o segundo traz a questão da pandemia, mas sem desprezar o efeito do trabalho.

Os objetivos específicos também diferem entre si, Carneiro (2012) procurou analisar os processos de trabalho, eu procuro trazer outro elemento: identificar as implicações do ensino remoto emergencial (ERE) para o ensino de História e a saúde mental dos professores. A autora procurou levantar o número e tipos de casos de adoecimento mental nos professores estaduais no Tocantins, minha pesquisa não se baseou em números, mas nas implicações causadas pela pandemia e anunciadas pelos professores participantes da pesquisa.

Enquanto Carneiro (2012) analisou o suporte assistencial fornecido pela Secretaria Estadual de Educação do Tocantins aos adoecidos, nas escolas estaduais, pretendo ressaltar os diferentes tipos de ajuda que os professores do *ProfHistória* mobilizaram frente à fragilidade de sua saúde mental. Ela pretendeu diagnosticar os

processos de trabalho na escola para uma melhoria da qualidade de vida dos profissionais da educação, eu pretendo apresentar, como proposição didática, um guia de saúde mental para os professores de História pós-pandemia, também na intenção de contribuir a saúde mental no ambiente escolar.

Outra diferença significativa entre os dois trabalhos, enquanto Carneiro (2012) entrevistou professores de apenas uma escola de Palmas no Tocantins, essa pesquisa aplicou um questionário aos professores do Programa *ProfHistória* dos anos 2020, 2022 e 2023, da UFRJ, que são professores advindos de diferentes escolas. Enquanto uma pesquisa teve uma amostragem mais localizada diante de uma única estrutura, a segunda, pelo programa *ProfHistória* ter professores de vários lugares, é mais diversificada podendo ter docentes das esferas estaduais, municipais e até mesmo de escolas privadas. Deve-se também levar em consideração que o segundo trabalho tem um olhar, uma perspectiva de professores de História, enquanto o primeiro trabalho entrevistou docentes de diversas áreas do conhecimento.

Desta forma, a pesquisa pretende inferir os impactos da pandemia para a saúde mental dos professores de História no tempo presente. E ainda, de forma específica, os seguintes objetivos: 1. Identificar as implicações que o ensino remoto trouxe para o Ensino de História e a saúde mental dos professores investigados; 2. Ressaltar os tipos de ajuda que os professores mobilizaram frente a fragilidade da saúde mental e por fim, 3. Apresentar um guia de saúde mental para os professores de História, hábitos saudáveis para uma melhor qualidade de vida no pós-pandemia, recomendadas por diversos especialistas.

1.1 Pesquisa em educação: algumas considerações metodológicas

Minayo *et al.* (2009) comentam que a teoria e a metodologia caminham juntas. Enquanto conjunto de técnicas, a metodologia deve dispor de um instrumental claro, coerente, elaborado, capaz de encaminhar os impasses teóricos para o desafio das práticas:

Entendemos por metodologia o caminho do pensamento e a prática exercida na abordagem da realidade. Ou seja, a metodologia inclui simultaneamente a teoria da abordagem (o método), os instrumentos de operacionalização do conhecimento (as técnicas) e a criatividade do pesquisador (sua experiência, sua capacidade pessoal e a sua sensibilidade). A metodologia ocupa um lugar central no interior das teorias e está referida a elas. (MINAYO; DESLANDES; GOMES, 2009, p. 14)

Os autores acima comentam que nada, no entanto, substitui a criatividade do pesquisador. Seguem dizendo que Thomas Kuhn (1978) reconhece que diversos momentos históricos e nos diferentes ramos da ciência há um conjunto de crenças, visões de mundo e de processos de trabalho em pesquisa consagrados, reconhecidos e legitimados pela comunidade científica, configurando que ele chama de paradigma, no entanto, o progresso da ciência se faz pela quebra dos paradigmas pela colocação em discussão das teorias e dos métodos, acontecendo assim uma verdadeira revolução.

O método, dizia o historicista Dilthey (1956), é necessário por causa da nossa ‘mediocridade’. Para sermos mais precisos no sentido dado por esse autor, como não somos gênios, precisamos de parâmetros para caminhar a produção do conhecimento. No entanto e apesar de tudo, a marca da criatividade é nossa “grife” (ou seja, nossa experiência, intuição, capacidade de comunicação e de indagação) em qualquer trabalho de investigação (MINAYO; DESLANDES; GOMES, 2009, p. 16)

Ainda de conformidade com Minayo *et al.* (2009), pesquisa é a atividade básica da ciência na sua indagação e construção da realidade. Ela alimenta a atividade de ensino e o atualiza frente a realidade do mundo. Ou seja, nada pode ser intelectualmente um problema se não tiver sido, em primeiro lugar um problema na vida prática, pois toda investigação se inicia por uma questão, por um problema, por uma indagação, por uma dúvida.

Os autores mencionados afirmam que os conhecimentos que foram construídos cientificamente sobre determinado assunto, por outros estudiosos que abordaram antes de nós e lançaram luz sobre nossa pesquisa, são chamadas teorias, que a teoria é construída para explicar ou para compreender um fenômeno, um processo ou um conjunto de fenômenos. E ainda que várias teorias competem entre si para explicar ou ajudar o pesquisador a compreender determinada questão. Apesar disso nenhuma teoria, por mais bem elaborada que seja, dá conta de explicar ou interpretar todos os fenômenos e processos.

Para explicar conceitos Minayo *et al.* (2009) dizem que são os termos mais importantes de um discurso científico, são vocábulos ou expressões carregados de sentido, em torno dos quais existe história e muita ação social. Em seu aspecto cognitivo, o conceito é delimitador e focalizador do tema em estudo.

A pesquisa qualitativa, nossa opção metodológica na pesquisa, responde a questões muito particulares, pois se ocupa, das Ciências Sociais, com um nível de realidade que não pode ou não deveria ser quantificado, ou seja, ela trabalha com o universo dos significados, dos motivos, das aspirações, das crenças, dos valores e das atitudes. Que distinguindo da arte e da poesia que se baseiam na inspiração, a pesquisa qualitativa é um trabalho artesanal que prescinde de criatividade, realiza-se fundamentalmente por uma linguagem baseada em conceitos, proposições, hipóteses, métodos e técnicas, linguagem esta que constrói com ritmo próprio e particular. (MINAYO; DESLANDES; GOMES, 2009)

E ainda para efeitos bem práticos, divide-se, o processo de trabalho científico em pesquisa qualitativa em três etapas: (1) fase exploratória; (2) trabalho de campo; (3) análise e tratamento do material empírico e documental. Desta forma, uma pesquisa constitui a síntese de múltiplos esforços intelectuais que se contrapõem e se complementam e é fruto do trabalho vivo do pesquisador. Para isso ele vai precisar articular informações e conhecimentos disponíveis, usar certas tecnologias e empregar sua imaginação.

Em nossa pesquisa a fase exploratória consistiu na produção do projeto de pesquisa e de todos os procedimentos necessários para preparar a entrada em campo, como o levantamento de contato com os professores, bem como os instrumentos a serem mobilizados. O trabalho de campo consiste em levar para a prática empírica a construção teórica elaborada na primeira etapa, onde aplicamos um questionário para professores de História egressos do *ProfHistória*.

O trabalho de campo permitiu a aproximação do pesquisador da realidade sobre a qual formulou uma pergunta, mas também estabelece uma relação entre os atores da realidade, assim constrói um conhecimento empírico importante para a pesquisa social. Para tal, o trabalho de campo deve ser realizado a partir de referenciais teóricos, aspectos operacionais, isto é, “não se pode pensar num trabalho neutro”. (MINAYO; DESLANDES; GOMES, 2009, p. 63)

E ainda que numa pesquisa qualitativa o foco não é contar opiniões ou pessoas, mas a exploração do conjunto de opiniões e representações sociais sobre o tema que pretende investigar. É lembrado que não há fronteira nítida entre coleta de informações, início do processo de análise e a interpretação. O importante é fazer uma avaliação do material disponível antes de iniciar a etapa final da pesquisa, porém apesar de todos os esforços, sempre ocorrerão dificuldades típicas das interações no trabalho de campo. No

caso da pesquisa qualitativa, ao contrário de que muitos pensam, é fundamental o envolvimento do pesquisador com os participantes da pesquisa.

1.2 O campo da pesquisa

A pesquisa desenvolveu um questionário *on-line* pelo *Google Forms* visando consultar os professores-alunos do *ProfHistória*, egressos das turmas 2020, 2022 e 2023. O instrumento de pesquisa (anexo) tem aproximadamente 30 perguntas, dividido em três blocos temáticos, sendo o primeiro sobre os dados pessoais e profissionais; o segundo sobre a atuação durante a pandemia e o terceiro sobre o pós-pandemia e o bem-estar docente.

Em nossa pesquisa, pelo questionário *Google Forms*, tivemos 12 participantes, sendo seis do sexo masculino e seis do sexo feminino. Dos alunos-professores que responderam as nossas perguntas, sete são egressos da turma de 2023, quatro de 2022 e um de 2020. Em relação a raça-etnia, seis se declararam pardos, três brancos, três pretos. Quanto aos estados de origem, oito são oriundos da capital do estado Rio de Janeiro, dois fluminenses, um mineiro e um capixaba. Quanto a lotação, oito são funcionários públicos concursados, três do público e privado e um não respondeu.

Algo que chama a atenção nestes dados da pesquisa é que dos 12 participantes 50% são do sexo masculino, que diferencia dos dados das pesquisas que foram analisados neste trabalho, visto que o magistério sempre foi um ambiente com um maior número de mulheres.

Outra questão que deve se levar em consideração é que 3/4 dos participantes se declararam pretos ou pardos, algo aproximado do Censo de 2022, com os números que mostram que 45,3% da população se declara parda; 43,5% se declaram branca, 10,2%, preta. Estes dados refletem também a importância da inclusão por cotas raciais, pois acredito que sem elas os dados seriam bem diferentes.

A pesquisa evidenciou o que já se esperava quanto as disciplinas lecionadas pelos professores de História da Educação Básica, principalmente no Ensino Médio, pois para a pergunta: “se além de História, os professores-participantes lecionam outras disciplinas”, dos 12 professores-participantes, apenas seis disseram lecionar só História. Os dados comprovam, pois, um professor-participante trabalha também com Filosofia; outros três também com Geografia; um também com Sociologia; um, além da disciplina da História, o Ensino Fundamental I; e um não está lecionando atualmente.

Ao serem perguntados para quantas turmas lecionam na Educação Básica, dos 12 participantes, quatro deles dizem atuar em mais de 15 turmas; outros quatro participantes, entre 10 e 15 turmas; sendo abaixo de 10 turmas, apenas outros 4 professores participantes.

Este dado também comprova algo esperado, pois mais da metade dos professores participantes trabalham em mais de 13 turmas, reflexo dos baixos salários. Cargas excessivas levam os docentes aos estresses e sobrecargas de trabalho, podendo comprometer a qualidade do ensino-aprendizagem como veremos nos relatos dos artigos que foram analisados.

Finalizando este bloco, foi perguntado para os participantes se eles consideram a carga horária comprometedora ao seu bem-estar mental, sendo a questão aberta para comentários, onde em torno da metade dos participantes da pesquisa indicaram algum comprometimento em sua saúde mental vinculado a carga horária de trabalho. Destacamos duas respostas abertas que são emblemáticas desse quadro.

Sim, pois com a extensa carga horária eu não consigo cuidar de mim fisicamente e nem psicologicamente, além de ficar exausta com a rotina de trabalho (Questionário 06)

Sim. Trabalho com turmas cheias, em área de risco (...). Preciso pesquisar como dar aulas para crianças de 5 a 10 anos na disciplina de Estudo Orientado. Dou aulas de História tentando fazer com que os meus alunos vejam significados nas aulas. Só continuo mesmo tendo às vezes tenho vontade de desistir, porque sempre lembro que hoje o que eu sou é o que tenho, veio da Educação pública (nunca saí dela depois de aluna em todas as esferas, me tornei professora com uma matrícula aposentada e outra ativa). Mesmo com todas as dificuldades de saúde física (hoje só controlo), sei que posso contribuir para a sociedade (Questionário 11)

CAPÍTULO 2: OS IMPACTOS DA PANDEMIA NA EDUCAÇÃO

2.1 Os desafios dos professores na pandemia e o ensino remoto emergencial

A Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou o surto provocado pela Covid-19 como emergência de saúde pública de relevância internacional em 30 de janeiro de 2020, iniciado em Wuhan, na China, chegando em outros continentes e no dia 11 de março de 2020, a Covid-19 foi considerada como uma pandemia. Fialho e Neves (2022), dizem que com a rápida propagação dos contágios, foi adotado isolamento social como alternativa de minimizar o número de contaminados, houve a suspensão do ensino presencial nas escolas e universidade públicas e privadas no mundo. Aqui no Brasil, com a Lei n.º 13.979/2020, em seu artigo terceiro, determinava o isolamento como medida emergencial de saúde pública.

As autoras citadas acima afirmam que a Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco), presumiu que cerca de 70% da comunidade escolar mundial tenha sido afetada pelos efeitos negativos da Covid-19, estimando que no Brasil o número de alunos atingidos tenha superado 52 milhões. Levando este órgão da ONU, em março de 2021, a reunir 160 países para a discussão do contexto da educação e a pandemia.

Foram várias as possíveis soluções, mas como medida paliativa depois da paralisação do ensino nas escolas e universidades, o retorno das atividades educacionais aconteceu através do ensino remoto emergencial (ERE), que se distinguia do ensino à distância, possível forma de ensino previsto no Decreto n.º 9057/2017.

As autoras salientam ainda que o ERE não dispunha de grande discussão nacional, não apresentava uma padronização nas atividades, nem contava com uma plataforma específica para o fim educativo, baseando-se na improvisação, inclusive por redes sociais, a exemplo de *WhatsApp* e aplicativos de reuniões, como *Google Meet* (FIALHO; NEVES, 2022 *apud* NEVES *et al.*, 2021).

Diante deste contexto, Fialho e Neves (2022) lembram que surgiram vários questionamentos, mas o principal era: como os professores brasileiros perceberam e enfrentaram os desafios da pandemia da Covid-19? Para responder a tal inquietação, desenvolveu-se um estudo científico visando compreender como os professores se mobilizaram e como o isolamento social reverberou na práxis docente, modificada para viabilizar a continuidade do ensino-aprendizagem por intermédio de ERE.

Foi desenvolvido um estudo qualitativo, cuja coleta de dados se deu por meio de questionário elaborado no *Google Forms*. A organização dos resultados foi efetivada com a utilização do programa *Iramuteq* e a análise de conteúdo seguiu os ensinamentos de Bardin (2016).

A coleta de dados da pesquisa foi via questionário *on-line*, elaborado no *Google Forms*, divulgado em redes sociais (*WhatsApp* e *Facebook*) e disponibilizado individualmente via e-mails pessoal ou institucional no período de 31 de março da 2021 e 28 de maio de 2021. O instrumento foi constituído por dezesseis questões, das quais sete eram objetivas, com respostas de múltipla escolha, e nove subjetivas. As perguntas se referiam às experiências docentes dos professores ocasionadas pela implementação de ERE.

Segundo Fialho e Neves (2022), a pesquisa se deu em dois blocos temáticos, sendo o primeiro constituído pelo perfil dos participantes e o segundo em quatro sub-blocos que versavam: sobre desafios para o ensino remoto, vulnerabilidades, efeitos sobre ensino aprendizagem depois da pandemia e impactos da Covid-19 sobre o próprio trabalho.

Foi traçado o perfil dos participantes do estudo como, gênero, tempo de docência; idade, esfera administrativa de lotação profissional, natureza do vínculo e faixa de remuneração mensal. Participaram do estudo 146 professores, dos quais 114 eram do sexo feminino e 32 do masculino. Na faixa etária variou-se de 23 a 73 anos, sendo a faixa dos 40 a 49 anos a mais predominante, com 45 professores.

Na apresentação dos dados, a categoria 1 registrada por Fialho e Neves (2022) sobre “exclusão digital dos alunos”, foi individualmente a mais expressiva do conteúdo, por corresponder a 18,09, pois nela notabiliza-se a carência dos estudantes e de seus familiares quanto ao acesso aos meios digitais para as aulas remotas.

Na categoria 2 sobre “consequência para a saúde dos professores” alude ao adoecimento físico emocional e mental diante do agravamento dos antigos problemas impostos em razão da crise sanitária, Fialho e Neves (2022) dizem que da educação infantil ao ensino superior, “os professores foram unânimes em mencionar, com igual preocupação, os problemas físicos e psicológicos que o contexto pandêmico e a exigência do ERE estavam ocasionando”. Elas vão além, indicando que as respostas catalogadas nesta categoria, nota-se que os docentes atribuem os incômodos sofridos ao descaso político-administrativo para com a educação, “muitas vezes tendo que contornar cenários adversos de maneira improvisada, individual e sem apoio, somando-se ao fato de já possuírem uma extensa jornada de trabalho”.

Na categoria 3 “dificuldades verificadas no processo de ensino aprendizagem”. As autoras do artigo, Fialho e Neves (2022) dizem que os professores entrevistados apontaram nas desigualdades sociais que marcam os alunos, a possível ineficiência das medidas educativas com o modelo remoto. Os participantes disseram que o acesso ao ensino superior, durante ou logo após a pandemia, provavelmente será mais difícil para os alunos egressos de classes menos favorecidas.

Sobre as “exigências pedagógicas de enfrentamento” na categoria 4, Fialho e Neves (2022), remete à reformulação das maneiras de aprender e ensinar em suprimimento às aulas presenciais. Nesta categoria os docentes identificam as próprias lacunas formativas no que diz respeito a ensinar de maneira remota e consideram as dificuldades na questão impositiva desta modalidade.

Fialho e Neves (2022) relatam que mesmo antes da pandemia, a precarização do trabalho docente já desafiava os educadores brasileiros, elas citam o trabalho realizado por Barbosa *et al.* (2021), entre 2014 e 2018 que constata jornadas de trabalho que extrapolava a carga horária contratual, em razão das atividades extraclasse essenciais ao desempenho em sala de aula, sem o acréscimo remunerado correspondente. E ainda, que novas formas de organização e controle, regidas pelo aumento e pelas cobranças de metas de produtividade, anulam os limites do tempo-espço do trabalho e reverberam na saúde, causando depressão, distúrbios do sono e outros males.

A pesquisa de Fialho e Neves (2022) produziu uma nuvem de palavras¹ com as formas ativas mais recorrentes pelos professores em suas respostas e foram nesta ordem: não, aluno, aula, internet, professor, trabalho, muito, processo, recurso, remoto, tempo, celular e criança.

A nuvem de palavras deu a conhecer o panorama dos dados em que o vocábulo não, sendo o mais evocado, alude a escassez dos meios apropriado dos meios ao ERE qualificado. Nas inquietações dos professores, os alunos ocupam lugar central, perceptível pelo realce dos termos aluno e aula. Da mesma forma, a interdependência de todas essas questões é verificada nas principais ramificações da análise de similitude, quais sejam: aumento do trabalho docente; falta de acesso à internet e a equipamentos adequados; e dificuldade em dar e assistir aula. Tudo isso, perpassa o processo de ensino aprendizagem e influência diretamente do trabalho docente, a saúde dos professores e a aprendizagem dos alunos, como se constata nas categorias do estudo. (FIALHO; NEVES, 2022, p.13)

¹ Nuvem de palavras é um gráfico visual que mostra a frequência e a importância das palavras em um determinado contexto, sendo uma ferramenta para identificar a frequência com que um termo ou categoria aparece em uma fonte de dados.

Pela quantidade excessiva do advérbio de negação “não” na nuvem de palavras proposta na pesquisa analisada, verifica-se uma clara denúncia de como ficou sombrio o ambiente escolar com ensino remoto emergencial. Para completar, a pesquisa de Fialho e Neves (2022) revelou ainda o adoecimento dos professores devido às novas tecnologias e crescentes demandas relacionadas à suspensão das aulas presenciais e à implementação do ERE em condições domiciliares inadequadas, sem capacitações específicas para o uso das tecnologias e com precário ou nenhum apoio governamental; a inaptidão dos pais ou responsáveis para a orientação dos alunos em suas habitações; às exigências impostas aos professores, para os quais a maioria não estava preparada; e, por fim a precarização do trabalho docente, que no Brasil é um problema estrutural, foi acentuado com a pandemia da Covid-19 (FIALHO; NEVES, 2022, p. 19).

Interessante notar que a maioria de nós, talvez a totalidade dos professores do curso de mestrado profissional sentiu os efeitos da pandemia, realmente o mundo parou, foi algo novo para todos nós, sem dúvidas temos as nossas queixas: a precarização do sistema educacional influenciou, a falta de apoio foi algo marcante, houve muita pressão sobre os profissionais da educação. Tudo isso misturado com o desinteresse dos estudantes, que foram trazidos para nossas vidas e casas e competiram com os sons dos carros passando nas ruas, cachorros latindo ao longe e outros ruídos nas salas de aulas improvisadas.

Mas conseguimos sobreviver, apesar de tudo isso, acredito que para os estudantes tenha ficado uma lacuna quanto o aprendizado. Se o advérbio de negação “não” ficou presente na nuvem de palavras, não devemos ficar desmotivados, precisamos lutar por uma educação com mais palavras positivas. Por outro lado, a pesquisa mostrou que a palavra “aluno” ficou em segundo lugar, “aula” apareceu com bastante frequência e “professor” vem depois. Essa informação diz que a experiência foi traumática, mas há uma preocupação com o aluno e a sala de aula. Foi importante o não ter ganhado em disparado porque a poeira não pode estar escondida debaixo do tapete, mas o aluno será sempre o protagonista e merecedor de todas as atenções mesmo num mundo tão “pandêmico”.

2.2 Os desafios dos professores de História no ensino remoto emergencial

Sobre os desafios dos professores de História no ensino remoto emergencial, Rangel e Amaral (2022), indicam que a pandemia aumentou os desafios para o rompimento com uma educação tradicional:

Os desafios de romper com a educação tradicional parecem ter aumentado com a pandemia, por outro lado, a adversidade vivida atualmente revelou a incerteza do conhecimento e a necessidade de alimentar o potencial de inovação por meio de uma educação problematizadora, que teve em conta o contexto social do estudante e se faça dialógica em prol da crítica e da criatividade. O fluxo do conhecimento se tornou ainda intenso, evidenciando a relevância da capacidade de enfrentar os imprevistos e o inesperado. A escola foi mais uma vez readequada e os professores antes alheios aos recursos tecnológicos precisaram estabelecer por meio deles, outras formas de presencialidade. (RANGEL; AMARAL, 2022, p. 280)

As autoras destacam os desafios impostos aos professores diante de uma ressignificação de suas práticas durante o ensino remoto emergencial na pandemia e analisam as práticas de dois professores de História que atuam no 1º ano do Ensino Médio de um instituto federal do Estado de Minas Gerais, buscando compreender o cenário da implementação do ERE, seus desafios e as perspectivas das mudanças nas práticas docentes.

Para falar sobre professor, claro, não poderiam faltar as considerações freirianais, então as autoras do artigo foram buscar em Freire (1996, p.12) e somos convidados a uma reflexão crítica que ‘ensinar não é transmitir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua produção ou construção’, pois para elas, ensinar exige competência profissional, comprometimento e consciência crítica.

Ainda citando Freire (1996), Rangel e Amaral (2022) distinguem autoridade de autoritarismo, que deve coexistir a escuta e o diálogo por meio de uma prática incentivadora do pensamento crítico, que primem pela liberdade e não pela reprodução de uma ideologia opressora.

Essa visão freiriana dá oportunidade de compreender que o processo de ensinar afasta-se da concepção bancária, marcada pela narrativa, em que o educador faz comunicados ao invés de comunicar-se. (RANGEL; AMARAL, 2022, p. 281 *apud* FREIRE, 1996).

A educação bancária desconsidera o pensar autêntico e a educação problematizadora. Lembrando que se o educador não refletir a sua prática, reproduzindo uma educação conteudista elitista retirará do educando a capacidade de confiar nele próprio. Para as pesquisadoras, o professor acessível ao diálogo, escuta e reflete, ensina e aprende ao ensinar, e está sempre preocupado com o educando. Entende que o diálogo crítico é libertador, e é a base de toda a docência (RANGEL; AMARAL, 2022, p. 282 *apud* FREIRE, 1987)

Rangel e Amaral (2022) citando Chassot (2003, p. 2), dizem que a globalização presente em várias nações impacta a economia e ‘por consequência a maneira de ver e fazer educação no Brasil’. Se no passado o sentido era uma escola voltada para a comunidade, a partir dela, o mundo passou a invadir a escola, mas ela não mudou e muitos foram os professores que resistiram a tais inovações. Também citando Cristovão e Nobre (2011), a inovação não se faz apenas pela apropriação e uso de diferentes recursos, podendo ser utilizados numa perspectiva instrucionista, aproximando de uma educação bancária, ao invés de uma visão emancipadora, que favorece o diálogo, a construção e experimentação, o pensar, a criação, a descoberta e a cooperação.

Citando Barreto e Rocha (2020), Rangel e Amaral (2022, p. 283), relatam que com o cenário pandêmico, mesmo os professores que eram consumidores de tecnologia não se utilizavam dela em sua prática, não tinham domínio necessário, tornado ainda mais difícil, sendo afetados no setor social, econômico e educacional.

Sobre os dados da pesquisa, Rangel e Amaral (2022) destacam que foi uma abordagem qualitativa, do tipo exploratório descritiva. Os procedimentos do estudo foram de revisão bibliográfica e de documentos de implementação do ERE em um instituto federal do Estado de Minas Gerais, nas práticas docentes com dois professores de História que atuaram em 2020, e que continuam atuando em 2021 no 1º ano do Ensino Médio.

A área de conhecimento dos professores participantes foi escolhida aleatoriamente; já o grupo escolar (1º ano) teve como motivação a importância da transição do Ensino Fundamental (anos finais) para o Ensino Médio, que exige do professor uma sensibilidade ainda maior. Vale destacar que as turmas com início em 2020, passaram do presencial para o ERE no 1º mês de aula, enquanto as turmas de 2021, já iniciaram no remoto, apresentando assim um território rico em informações. O levantamento de dados junto aos dois participantes foi realizado em julho/21 por meio de formulário eletrônico via *forms* com questões abertas e fechadas, na busca de relatos sobre as experiências e desafios didáticos-metodológicos enfrentados por estes professores que até então trabalharam em modalidade presencial e de forma repentina passaram a trabalhar no ERE (RANGEL; AMARAL, 2022, p. 285).

O questionário permitiu o acesso aos dados de avaliação de implementação do ERE desenvolvida junto aos estudantes e docentes naquela unidade escolar:

A primeira questão intencionou identificar as percepções que permitiram o fazer docente dos dois professores de História (1º ano do Ensino Médio), frente à mudança do ensino presencial para o ERE. Um dos participantes afirmou sentir-se frustrado e pessimista, diante da pequena participação dos estudantes e um fluxo muito intenso de trabalho diante do pouco resultado; o outro, apesar de sentir-se sobrecarregado com o fluxo de trabalho, alimentava um sentimento de inovação, diante da possibilidade de repensar a prática educativa; algo comum aos dois foi o receio com o nível de construção do conhecimento diante da educação desenvolvida (RANGEL; AMARAL, 2022, p. 286).

As respostas dos participantes da pesquisa, segundo Rangel e Amaral (2022) remetem às discussões apresentadas por Santos (2020) que nos encontramos em uma sociedade desigual na qual o processo educativo pode mostrar-se perverso revelando um contexto com implicações no fazer docente. Quando questionados sobre as exigências impostas ao ensino diante da necessidade de adequação, ambos professores participantes destacam a questão do diálogo, generosidade, autoridade e o comprometimento que são para Freire (1987; 1996), exigências do ato de ensinar, lembrando que são requisitos fundamentais para romper com uma concepção tradicional (RANGEL; AMARAL, 2022, p. 287).

Rangel e Amaral (2022), relatam que foi solicitado aos participantes que apontassem quais seriam, na ótica deles, os principais obstáculos para os estudantes, houve um consenso de que influenciam negativamente: como ambiente inadequado para estudo; falta de acesso a equipamentos e/ou internet; e, falta de organização e autonomia nos estudos.

E na questão sobre se a estratégia de encaminhar material impresso amenizou consideravelmente os prejuízos de quem não tem acesso aos recursos tecnológicos, as autoras dizem que um dos participantes informou que em parte, sim, mas o outro que o material não cumpriu este papel. E as autoras destacam que a frustração e sobrecarga, - diante de uma estratégia que tornou mais árduo o fazer docente - não obteve o retorno esperado, evidenciando a manutenção das desigualdades em relação ao desenvolvimento discente em contexto remoto.

Por fim, Rangel e Amaral (2022) trazem a questão que convida os participantes a socializarem alguma situação vivenciada no ERE que impactaram positiva ou

negativamente, elas dizem que um dos participantes destaca o negativo, mencionando a baixa participação dos estudantes, que provoca ‘a estranha sensação de estar falando com ninguém’, tornando algo frustrante e desmotivador. Já o outro participante, lembra que não passou nenhuma situação drástica, porém como positivo, a produção de textos pelos estudantes e que foram posteriormente selecionados para compor o material disponibilizado pela disciplina.

Na nossa pesquisa objeto desse trabalho, pelo formulário *Google Forms*, constatou que 50% dos entrevistados disseram que o ensino remoto foi o que mais impactou em relação ao trabalho na pandemia da Covid-19, um participante disse que não houve impactos, dois responderam que foi o aumento da carga horária, um respondeu redução de carga horária, um respondeu que foi a suspensão temporária do contrato de trabalho e um teve perda de emprego.

Na mesma pesquisa ao perguntamos aos participantes qual foi a relação entre o ensino remoto (ERE) e a direção da escola que atuava: 50% dos participantes disseram que foram pressionados pela escola, “mas conseguiu cumprir individualmente as tarefas colocadas.” 16,67% dos participantes disseram que se sentiram pressionados a frente de tantas exigências. 33,33% dos participantes responderam que “houve apoio ao trabalho dos professores pela Direção”:

Continuando com nossas indagações, perguntamos quais foram as principais dificuldades do ERE, cada um dos doze participantes fez a sua colocação: a maioria concordou com a falta de conexão e a internet lenta; falta de conhecimento dessas novas tecnologias; que tiveram que aprender a usar o *Google Meet*; postar atividades; poucos alunos nas salas de aula on-line, pois muitos alunos não tinham acesso; muitos estudantes não estavam acompanhando o ritmo das aulas; dificuldades em região interiorana; preparação de aulas; pressão da direção; e-mails intermináveis dos alunos; falta de equipamentos e principalmente, alunos que ligavam para os professores fora do horário de trabalho:

Uso de tecnologias, percepção incorreta do tempo de trabalho, isolamento (Questionário 1).

Falta de conhecimento dessas tecnologias, tive que aprender a trabalhar com o *Google Meet*, postar atividade, postar pequenos filmes, pouquíssimos alunos nas aulas on-line, pois o Estado não garantiu os meios de acesso para os alunos (Questionário 2).

Interação e planejamento (Questionário 3).

Lidar com o fato de que apesar de on-line, muitos estudantes não estavam aprendendo ou prestando atenção nas aulas, prejudicando seu processo de ensino e aprendizagem e a construção dos conhecimentos a longo prazo (Questionário 4).

Durante a pandemia lecionava em uma região muito pouco desenvolvida de Minas Gerais, onde os alunos, em maioria, não tinham acesso à tecnologia e nem internet, o que fez com que nem todos conseguissem acompanhar as aulas e desenvolver aprendizagem (Questionário 5).

Preparação de aulas e atividades, pressão da direção, e-mails intermináveis dos alunos, falta de frequência e interesse dos alunos (Questionário 6).

Aprender a dominar as tecnologias e as ferramenta disponíveis (Questionário 7).

A internet, muitas vezes fiquei sem conexão, ou a conexão estava lenta (Questionário 8).

Queda de sinal da internet (Questionário 9).

Não contar com a presença nas aulas on-line...três ou quatro apareciam (Questionário 10).

Outra pergunta que fizemos aos participantes foi sobre as principais vantagens do ERE, apesar das dificuldades e queixas, foram descritas vantagens que merecem ser levadas em consideração, como: a aprendizagem de novo contexto e superação de dificuldades; flexibilização de carga horária; um participante disse que trabalha em um colégio particular com boa estrutura; outro sobre a utilização e disponibilidade de ferramentas como *google meet* e vídeos diversos, documentários e slides; novas metodologias; mais agilidade nos trabalhos; porém 25% dos participantes, em nossa pesquisa, não viram nenhuma vantagem nesta modalidade:

Aprendizagem no novo contexto, superação de dificuldades (Questionário 1).

Não teve vantagens, pois foi muito excludente. Metade dos alunos entregavam as atividades, bem menos que isso, assistiam as aulas online (Questionário 2).

Flexibilização da carga horária (Questionário 3).

Trabalho num colégio particular com boa estrutura, além disso, muitos estudantes tinham acesso a aparelhos eletrônicos e internet em casa. As aulas ocorreram de maneira remota, ao vivo, pelo Google Meet. A principal vantagem foi poder explorar a internet e recursos de mídia, como vídeos, documentários, slides, que tornavam as aulas mais completas e interessantes (Questionário 4).

Consegui ampliar meu material metodológico das aulas, pois, como fiquei em casa, acabei desenvolvendo aulas em slides e material diferenciado para os alunos (Questionário 5).

Cumprimento do mínimo para a conclusão do ano letivo (Questionário 6).

De poder incluir imagens e vídeos às aulas (Questionário 7).

Não achei vantagens quanto ao ensino remoto (Questionário 8).

Mais agilidade no trabalho (Questionário 9)

Não vi vantagem! A escola na minha opinião é um refúgio para os alunos. Escola é marcada pelo convívio! Eu não gostei de ter ficado em casa (Questionário 10).

É notório que a implementação do ERE impactou a todos, e ao analisar à prática educativa do IFMG a partir da perspectiva dos dois professores de História que atuam no 1º ano do ensino médio, não foi diferente e Rangel e Amaral (2022) concluíram que é preciso reorganizar os tempos de trabalho; superar o cansaço; manter a motivação mesmo diante de pouco interesse dos estudantes; ressignificar o papel da educação e o processo de ensino aprendizagem, para ser possível colocar em prática, a adequação de encontros sincrônicos ou instrumentos avaliativos que contribuísse para um fazer docente flexível diante do contexto social dos jovens. E mesmo diante da dor pela perda de tantos entes queridos, a experiência do ERE, segundo as autoras, construiu novos saberes.

A experiência dos professores de História do IFMG talvez não tenha sido muito diferente de qualquer outro professor da escola básica deste Brasil de dimensões continentais, e tão desigual. Sem dúvidas precisamos reorganizar os tempos de trabalho, superar as perdas e fazer uma ressignificação do papel da educação, mas sempre adequando os encontros na nossa velha sala de aula frente às novas demandas.

Comparando o resultado da nossa pesquisa com a pesquisa realizada por Rangel e Amaral (2022), algo que precisa ser levado em consideração, que mesmo diante das muitas queixas apresentadas em ambas as abordagens, pois quase a totalidade dos professores pontuam algumas vantagens ao uso da ERE, talvez com algumas adaptações. Mediante a esse fato apresentado pelos professores, frente a essa imersão forçada naquela situação, mesmo com o imprevisto, os sustos e as pressões advindas por parte da direção, teve seu lado positivo e traz à tona realidades do século XXI num mundo cada vez mais conectado e globalizado.

Se a pandemia do coronavírus com o ensino remoto emergencial tenha nos colocado numa mesma bolha, num mesmo nível dos “sem escola”, não podemos tomar decisões alienadas, nem sermos reféns de sistemas educacionais que não estão preocupados com os professores e nem com a escola. O econômico é importante, sem ele não podemos nem sair de casa, mas o humano é fundamental. Este confinamento, só evidenciou que aquele espaço físico e social que remete ao século XIX, continua sendo o lugar de encontros e desencontros, tanto para os estudantes como para os professores, e é nesses encontros que a vida acontece.

2.3 Os desafios dos professores pós pandemia

E depois da pandemia? Quais são os novos desafios dos professores? Considerando que com a pandemia tudo mudou e consequentemente a escola, tal como conhecíamos, acabou. “Começa, agora, uma nova escola. A era digital impôs-se nas nossas vidas, na economia, na cultura e na sociedade, e também na educação” (NÓVOA; ALVIM, 2021, p. 2).

Nóvoa e Alvim (2021) dizem que desde o início do século XXI que se vêm reforçando as tendências de crítica à escola, principalmente à escola pública e aos professores, de um lado por famílias que querem resguardar seus filhos da exposição pública e do contato dos diferentes, por outro lado, por uma ‘indústria global da educação’ (NÓVOA; ALVIM, 2021, p 3 *apud* VERGER; LUBIENSKI; STEINERKHAMSI, 2016).

Nóvoa e Alvim (2021) dizem que com discursos atraentes, inovadores, empreendedores, criativos, há uma negação da herança da escola e procura fomentar uma educação esvaziada das dimensões públicas e comuns, pautada em um discurso do ‘consumismo pedagógico’ e do ‘solucionismo tecnológico’. E para os autores, a pandemia da Covid-19 deu grande impulso a essas tendências.

Muitos “seduzidos pelo canto dessas sereias” aderem acriticamente a modas, recusam qualquer debate. É mencionado no artigo que não é possível pensar a educação e os professores sem uma referência às tecnologias e à ‘virtualidade’, mas:

Vivemos conexões sem limites, num mundo marcado por fraturas e divisões digitais. É preciso enfrentar com lucidez, e coragem essas tensões: entre um empobrecimento da diversidade e a valorização de diferentes culturas e modos de viver; entre uma diminuição da privacidade e da liberdade e a afirmação de novas formas de democracia e participação; entre a redução do conhecimento ao digital e a

importância de todo o conhecimento, humano e social. (NÓVOA; ALVIM, 2021, p. 3)

Nóvoa e Alvim (2021) apontam nesse contexto uma crítica a três ilusões recorrentes:

Primeira – a ilusão de que a educação está em todos os lugares e em todos os tempos e que acontece ‘naturalmente’ num conjunto de ambientes, sobretudo familiares e virtuais;

Segunda – a ilusão de que a escola, como ambiente físico, acabou e, a partir de agora, a educação terá lugar sobretudo ‘à distância’, com recurso a diferentes ‘orientadores’ ou ‘facilitadores’ das aprendizagens;

Terceira – a ilusão de que a pedagogia, como conhecimento especializado dos professores, será substituída pelas tecnologias, ‘dopadas pela inteligência artificial’ (NÓVOA; ALVIM, 2021, p. 4).

Os autores advertem que progressivamente, a ideia de uma ‘aprendizagem ubíqua’, isto é, que acontece em todos os tempos, impôs-se no imaginário educativo (NÓVOA; ALVIM, 2021, p. 6 *apud* GROS; KINSHUK; MAINA, 2016):

Com recurso digital e graças a um acompanhamento por parte dos pais, ou de algum ‘tutor’, as aprendizagens aconteceriam de modo natural ou espontânea. É uma ilusão perigosa e errada. Num dos grandes livros da pedagogia contemporânea, *La Mystification Pédagogique*, Bernardo Charlot explica que ‘a educação não se pode fazer por simples imersão da criança no meio social’, pois é necessária ‘uma mediação entre criança e os modelos sociais’ (NÓVOA; ALVIM, 2021, p. 7 *apud* CHARLOT, 1976, p. 262).

Aprender e estudar em comum é a melhor forma de promover e fortalecer uma sociedade convival, então precisamos da escola pública que promove essa possibilidade de ir além do espaço em que habitamos e de fazer chegar mais longe. O contrato entre escola e sociedade estabelecido no final do século XIX, produziu um modelo escolar que se consolidou e que seus traços essenciais, se mantêm ainda hoje, mas que a pandemia se fragilizou. E certas tendências apostam numa desintegração das escolas, e outras tendências na sua manutenção em novos moldes: “A escola, com todos os seus defeitos e limites, é ainda uma das poucas instituições que pode proteger os mais pobres e vulneráveis” (NÓVOA; ALVIM, 2021, p. 8).

Nóvoa e Alvim (2021) dizem que para a metamorfose da escola, precisamos de nova arquitetura e de espaços abertos e ousados. Mas precisamos falar também de currículos, “A matriz curricular que predominou no século XX está esgotada” e que nas últimas décadas, os discursos sobre a aprendizagem tornaram-se dominantes, mas, é preciso dizer que se os seres humanos aprendem, é porque são ensinados, indicando a

manutenção da centralidade da docência nesse contexto: “Sem professores, a nossa educação será muito mais pobre e limitada”.

Nos questionários aplicados pelo *Google Forms*, em nossa pesquisa, que estamos analisando e comparando com as discussões aqui desenvolvidas, perguntamos aos professores como eles avaliam, nos dias de hoje, o uso de recursos tecnológicos pedagógicos em sala de aula, os participantes responderam da seguinte maneira:

Aumento das possibilidades, mas ainda com dificuldades (Questionário 1).

Considero ferramentas importantes, porém não há acesso dos alunos. No período da pandemia havia dificuldades no acesso à internet e aparelhos compartilhados e mesmo danificados (Questionário 2).

Indispensável (Questionário 3).

Faltam materiais tecnológicos, como de vídeo e computadores (Questionário 4).

Acho importante e necessário, tanto para os professores, que têm acesso a melhores condições de trabalho, quanto para os estudantes, que passam a enxergar a tecnologia como algo útil para a educação (Questionário 5).

Se tiver infraestrutura às escolas e aos professores, interesse em aprender a usar esses recursos, eles se tornam essenciais (Questionário 6).

Já fazem parte do cotidiano das aulas (Questionário 7).

Acho importante, entretanto acredito que as escolas não estão equipadas para isso e muitos professores também têm muita resistência a aprender as novas tecnologias (Questionário 8).

Bom (Questionário 9).

Regular (Questionário 10).

Nada Mudou!! A internet da escola não funciona direito. Não temos laboratórios de informática funcionando como deveria (Questionário 11).

Os recursos são muito importantes, porém de nada adianta utilizá-los se você ainda mantém uma maneira tradicional de lecionar (Questionário 12).

Outra indagação do nosso questionário foi uma pergunta que não quer calar: “Como você avalia, atualmente, o uso do celular pelos alunos em sala de aula?”. E obtivemos as seguintes respostas:

Pode ser muito proveitoso a partir de um trabalho de conscientização (Questionário 1).

É um embate constante em sala de aula pelo uso inapropriado, mas bem utilizado é importante no processo. Há anos não temos mais os livros didáticos, então compartilho muitos textos via WhatsApp. É precário, mas é o que temos. Tiro algumas cópias, porque tem alunos que não possuem aparelho (Questionário 2).

Precisa ser melhor gerenciado (Questionário 3).

Meus alunos não usam celular na sala de aula (Questionário 4).

Muitas vezes o uso do celular pelos alunos em sala está relacionado com as redes sociais, jogos, e até meio como um recurso para colar durante as avaliações. É um problema que se acentuou muito após a pandemia e que certamente atrapalha o desenvolvimento cognitivo desses estudantes. Por isso, vejo o uso do celular de maneira negativa diante das experiências que possuo na escola em que trabalho, visto que poucas são as vezes em que o celular é utilizado com o intuito de contribuir para os assuntos da aula (Questionário 5).

Não gosto, pois vejo que os alunos desviam o propósito que é usá-lo para determinada atividade da disciplina (Questionário 6).

Não tinham celular para acessar as aulas remotas, mas agora eles têm pra ficarem no WhatsApp e Instagram (Questionário 7).

Acho ruim porque distrai eles. Não acho que só colocar o celular em sala mudaria, precisa se uma mudança generalizada, de professores, de alunos, de mentalidade, de cultura, dos pais (Questionário 8).

Na maioria das vezes, os alunos não usam o celular para fins pedagógicos (Questionário 9).

Atrapalha o andamento da aula (Questionário 10).

Como uma fuga/ escape. E através deles que eles veem o mundo. Mundo esse que os seduz. Deve a escola invés de proibir, educar o seu uso. Na minha opinião o uso do celular e da inteligência artificial não tem volta (Questionário 11).

Pode tanto ajudar quanto atrapalhar o próprio e a própria estudante (Questionário 12).

As respostas dos nossos colegas professores vão ao encontro dos anseios da maioria da classe docente, pois agora em 2025 tornou-se Lei Federal e serão proibidos em todo o país o uso dos celulares em todas as escolas públicas e privadas, tanto nas salas de aula como recreio e intervalos. O uso será permitido apenas para fins pedagógicos.

No artigo de Nóvoa e Alvim (2021) percebe-se que os novos ambientes escolares não surgirão espontaneamente, e os professores têm uma fundamental importância em

sua criação, consideramos que não é possível uma educação inteiramente digital que substitua a relação humana, que os meios digitais são essenciais, mas não esgotam as possibilidades educativas.

Há um patrimônio humano, impossível de digitalizar. Sem ele, a educação ficaria reduzida a uma caricatura digital. Felizmente, as novas gerações de professores já são digitais, e conhecem bem as possibilidades e os limites das tecnologias. Sem ilusões e sem fantasmas (NÓVOA; ALVIM, 2021, p. 9).

Os professores podem ser criadores dos novos ambientes escolares, na capacidade coletiva de ação e reflexão. Para mostrar como os professores são centrais no processo da educação Nóvoa e Alvim (2021) definem uma “pedagogia do encontro”:

Nos próximos tempos, vai decidir-se grande parte do futuro da educação. Não podemos ficar indiferentes e permitir, com a nossa ausência ou nosso alheamento, que se imponham, como se fossem ‘naturais’ e ‘inevitáveis’, visões mercantilistas e consumistas da educação. Não é só futuro da escola que está em causa, é mesmo o futuro da nossa humanidade comum. Nunca, como hoje, foi tão urgente uma educação que contribua para a democratização das sociedades, para a diminuição das desigualdades de acesso ao conhecimento e à cultura, para a construção de formas participadas de deliberação: porque decidiu não é apenas escolher, é também produzir a obrigação de agir e de respeitar a decisão tomada coletivamente em nome de um interesse comum (NÓVOA; ALVIM, 2021, p. 13 *apud* URFALINO, 2021).

Quanto a nossa pesquisa, dos doze entrevistados, 50% dos participantes falaram que “nós pioramos depois da pandemia” e 25% falaram que “saímos mais fortes” e outros 16,67% relataram que “melhoramos”, e apenas 8,33% dos participantes relataram que “nada mudou”. Mas para a pergunta se existe alguma atividade que o professor desenvolve na escola que considera gratificante ao pós-pandemia: apenas um dos doze participantes respondeu que não. A pesquisa salientou que as novas tecnologias puderam diversificar as aulas, para contribuir para o surgimento dos grupos de *WhatsApp*, a participação nas Olimpíadas de História, o uso de pesquisas, os debates e até mesmo para entender a importância de um abraço. Na mesma pesquisa quando perguntado se a pandemia fragilizou as relações aluno-professor, 50% dos entrevistados disseram que não, 41,67% disseram que sim e apenas 8,33% não souberam responder.

Acredito que tenham se modificado, mas não necessariamente de forma mais frágil (Questionário 1).

Não considero que tenha fragilizado as relações professores/alunos. O ensino remoto, ao menos na rede pública, foi muito excludente. Nas condições que foi realizado, sem a preocupação com o acesso desses alunos a essas novas tecnologias. Foi difícil o retorno para o presencial, mas foi um alívio, pois foi um retorno ao processo de aprendizagem (Questionário 2).

Fragilizou o autoritarismo, não a relação (Questionário 3).

Os alunos voltaram com dificuldades em se adequar à realidade escolar, como no comportamento e na realização de tarefas (Questionário 4).

Sim, problemas como indisciplina, desatenção e desinteresse se tornaram mais latentes após o retorno presencial, e muitas vezes os professores são considerados os culpados e responsáveis por esses problemas. Dentro da realidade dos colégios particulares, onde os pais e alunos são os "clientes" e nós, professores, sempre passíveis de sermos substituídos, as cobranças e exigências que vem de todos os lados tornam nosso trabalho mais cansativo e desestimulante. Todo esse contexto com certeza afeta as relações dentro e fora da sala de aula (Questionário 5).

Não pensei sobre essa relação (Questionário 6).

Alunos sentiam falta da escola (Questionário 7)

Eles estão mais agressivos, mais impacientes, menos flexíveis (Questionário 8).

A pandemia melhorou a relação entre alunos e professores. A falta de professores em aulas presenciais, durante a pandemia, foi sentida por todos, o que facilitou as relações no pós-pandemia (Questionário 9).

Sempre tive uma excelente relação com os alunos. Durante a pandemia e no novo normal levou um tempo para que os alunos voltassem a ser o que eram, houve um desinteresse, foi horrível pra mim que sempre mantive uma relação de colaboração com eles. Ficaram apáticos, muitos pegaram COVID ou perderam familiares entre tanto coisa ruim que eles mesmos cobraram. Tenho os depoimentos em vídeo, pois fiz questão como historiadora de registrar (Questionário 10).

Estamos tentando reestruturar o Pré-Vestibular Social. Estamos com evasão atualmente, porém conseguimos autogerir o espaço (Questionário 11).

Apesar de 90% dos entrevistados fazerem queixas do comportamento dos alunos, como “indisciplinados”, “desatentos e desinteressados”, “agressivos”, “mais impacientes e menos flexíveis”, “apáticos”. Que há casos de evasão escolar, eles consideram que as relações tenham modificado não necessariamente se fragilizando.

Como pudemos perceber, os desafios dos professores depois da pandemia são inúmeros, mas Nóvoa e Alvim, (2021) apesar do sinal de advertência, acreditam no projeto escola, confiam nos professores como sujeitos essenciais nesse processo. Acredito que estão esperançosos, há luz no fim do túnel, mas eles nos lembram que percorrendo a

história desde o final do século XIX até os nossos dias, e se houver uma ruptura com o projeto histórico da escola não perderemos apenas uma geração, “perderemos um dos patrimônios da humanidade. O que nos mobiliza não é anunciar a morte dessa escola, é enunciar o surgimento de outra escola”. (NÓVOA; ALVIM, 2021, p. 13)

Escola sem estudantes e professores não existe, é um vazio, desta maneira na pandemia a escola continuou mesmo ausente fisicamente. É na escola e através da escola que os saberes e as brincadeiras são compartilhados. Muitos apostam na morte da escola, mas surge a pergunta: em que espaço que se compartilharia saberes, exerceria a socialização e inclusão se não na velha e criticada escola? Acredito, e a pandemia evidenciou isso muito bem, que se a escola morrer, desaparecer da sociedade completamente, num mesmo dia antes de chegar à noite vão inventar um espaço igualzinho a ela, com estudantes, aprendizados, compartilhamentos, socialização, professores e até bullying como a escola que conhecemos. Como a família, a escola é uma instituição básica da sociedade, sem ela beiramos ao caos. Então, Viva a Escola!

CAPÍTULO 3. SAÚDE MENTAL DOCENTE E CONTEXTO PANDÊMICO

3.1. Os professores e o adoecimento

O sofrimento é algo inerente ao ser humano. Mas antes de falar de doença vamos trazer a figura de uma profissão de grande importância na sociedade, mas perceberemos que ela é muito desvalorizada. Uma prova disso que dificilmente uma criança da atualidade gostaria de ser professor como profissão futura.

Segundo Tostes *et al.* (2018), a escola surgiu na antiguidade centrada no adestramento militar, sendo na Idade Média com os monges, tornando-se ainda mais importante. No capitalismo tem a função da formação técnica e ideológica da força de trabalho que moveria os meios de produção, permitindo alcances neste modo de produção em comparação com os anteriores. Nesse contexto, o professor assume enorme importância de transmitir às novas gerações o conhecimento já produzido pela humanidade.

A crise do capitalismo, evidenciou na década de 1970 uma reação e acentuação do processo de globalização ao lado do domínio do neoliberalismo. A crise e as mudanças no mundo do trabalho exigiram que a escola formasse um profissional flexível, apto para prender novas técnicas rapidamente. Os autores referenciados apontam que a formação desse novo trabalhador requer menor apreensão do conhecimento científico historicamente produzido pela humanidade. Um trabalhador disciplinado e flexível útil para o capitalismo neoliberal, exigindo reformas educacionais que priorizam aprendizado da eficiência e racionalidade.

Ocorre então um aprofundamento da polarização da educação, reduzindo cada vez mais, a parcela da população para qual é necessário dar acesso ao conhecimento científico consistente. A escola contemporânea perde importância na formação técnica da força de trabalho e passa a assumir mais a responsabilidade de conformar ideologicamente os trabalhadores à nova ordem:

Assim, também o professor como transmissor do conhecimento, passa a ser menos necessário. A formação simplificada do trabalhador simplificado permite, também, a simplificação do professor, cujo custo de reprodução se reduz, torna-se necessário reduzir também o salário (TOSTES *et al.*, 2018, p. 89).

Enquanto a valorização dos professores diminui, cresce a cobrança para que a escola cumpra funções antes legadas a outras instituições sociais, como a família. O

professor vem assumindo uma gama de funções. A desvalorização do trabalho do professor se traduz em muitos aspectos, como: desrespeito por parte dos alunos, baixos salários, carga de trabalho exaustiva, números de alunos por classe e pressão por metas de produtividade. Incluindo aumento dos contratos temporários e a perda de garantias trabalhistas, dificuldade na relação com alunos e pais, exigência de adoção de uma pedagogia que corresponde ao modelo de escola instituído, cumprimento de várias jornadas em diferentes escolas e por fim, a sobrecarga advinda da assunção de tarefas (OLIVEIRA, 2004)

E as cobranças só vão aumentando diante do aparente fracasso da escola. A agressividade e a indisciplina dos alunos também constituem questões gerando o adoecimento dos professores. A crescente incidência de sofrimento mental em professores vem chamando a atenção de pesquisadores por todo o mundo. Este é um fenômeno mundial, que acontece concomitantemente a mudanças econômicas de ordem global. Os primeiros registros epidemiológicos de sofrimento docente aconteceram em países como a França, Inglaterra e Alemanha, na década de 1970.

Diante de tal quadro, apesar de existir estudo nacionais e internacionais sobre as mudanças educacionais e a repercussão sobre a saúde mental dos professores, destacaremos agora a pesquisa realizada por Tostes *et. al* (2018) por ser um estudo de fôlego na temática do adoecimento docente no tempo presente em contexto nacional. Os autores realizaram um estudo transversal com aplicação de questionários aos professores da rede estadual de educação do Paraná. Todos os professores, independentemente do modo de contratação ou tempo de trabalho foram convidados a participar da pesquisa, por meio de rede sociais, e-mails, panfletos, cartazes e divulgação diretamente nas escolas.

Segundo Tostes *et al.* (2018) participaram da pesquisa 1201 professores, deste total, 78,8% eram mulheres e 21,1% homens, com média de idade de 43,2 anos, variando entre 19 e 65, todos possuíam ensino superior completo: 1054 tinha especialização; 94, mestrado; 4, doutorado; e 1, pós-doutorado. A carga média horária semanal em sala de aula, era de 37,4 horas/semana. A maioria trabalhava em dois turnos (59,11%); somente 6% dos professores trabalhavam somente em um turno, 45,37% lecionavam em 6 a 10 turmas.

Com relação aos atuais problemas de saúde, o sofrimento mental foi o mais citado: 29,73% dos professores relataram alguma forma de adoecimento mental, como depressão, ansiedade e estresse. Entre os professores entrevistados, 88,9% referiram que

levavam trabalhos para casa; desses 42,44 apresentaram ansiedade moderada grave, contrastando com os 27,27 dos que não levavam trabalhos para casa.

Na associação de sofrimento mental com o número de turmas, foi possível observar índices de depressão moderada ou grave maiores nos professores com 21 turmas ou mais (33,33%), enquanto professores com 1 a 5 turmas apresentaram índices de depressão moderada ou grave de 16,34%.

O número de alunos por turma apresentou relação significativa com a depressão. Dos professores que trabalhavam com mais de 40 alunos por turma, 56,57% apresentaram disforia, enquanto 46,27% dos que trabalhavam com até 30 alunos na sala apresentaram o mesmo quadro.

A pesquisa apreendeu que aqueles professores que trabalhavam com o ensino fundamental apresentaram maiores níveis de ansiedade moderada ou grave (42,76%), em relação aos que não trabalhavam com esse ciclo (29,53%). Esse resultado mostrou que trabalhar com ensino fundamental, ciclo no qual a maioria dos alunos tem entre 11 e 15 anos, parece ter influência negativa na saúde mental dos professores.

O tempo de trabalho como professor também apresentou relação com a saúde mental dos docentes: 44,8% dos que trabalhavam havia mais de 20 anos apresentaram ansiedade moderada ou grave em comparação com os 26% que trabalhavam de 3 a 5 anos.

Com relação aos resultados obtidos na presente pesquisa, a partir da utilização do inventário de depressão de Beck² (sintomas depressivos em 44,04% dos professores, sendo 25,06% depressão leve disforia 18,98%).

Avaliando os resultados Tostes *et al.* (2018), indica-se que a prevalência de depressão na população de países em desenvolvimento, como o Brasil é de 9%. Sendo um pouco mais alta em países desenvolvidos, como Estados Unidos e alguns países da Europa, girando em torno de 12%. Percebe-se, de qualquer forma, que a amostra de professores estudada no trabalho que estamos analisando apresenta índice bastante elevado, em relação aos dados disponíveis sobre a população em geral.

Os autores do artigo concluem que os níveis de ansiedade encontrados neste estudo (29,89%) também são preocupantes. De conformidade com os dados apresentados, verificou que os professores participantes do estudo apresentaram níveis bastante superiores de sofrimento mental, em relação aos da população em geral, o que é preocupante, tanto para a saúde do professor quanto pela repercussão na qualidade do

² Inventário de Depressão de Beck (BDI) foi publicado em 1996, é um método confiável de autoavaliação dos sintomas de depressão.

ensino. Os altos índices desse tipo de adoecimento mental encontrados corroboraram o fato de 84,26% considerarem seu trabalho insalubre.

Numa análise histórica desse quadro, destaca-se que já na década de 1960 era elevada a prevalência de diagnósticos com doenças de caráter ocupacional, portanto, uma profissão de alto risco, com expressão maior na Síndrome de Burnout que para Batista *et al.* (2010) ensinar é uma atividade altamente estressante, que provoca severos problemas na saúde física, mental e no desempenho profissional dos docentes.

De conformidade com a nossa pesquisa verificou que dos doze participantes 42% dos entrevistados não receberam diagnósticos de Covid-19, já 58% disseram que sim, enquanto 25% responderam que tiveram algum tipo de apoio psicológico ou psiquiátrico para questões relacionadas à pandemia e ao período de isolamento social. A maioria, pois 75% dos entrevistados responderam que não. Desses, 25% que responderam sim, dois participantes enfatizaram a importância da família, dos amigos e do trabalho como instrumentos de apoio, porém um respondeu que o trabalho contribui para o seu adoecimento.

Esta pequena ênfase ao apoio é o reflexo dos baixos casos de Covid entre os participantes e pela resistência e preconceito quanto se fala em ajuda profissional.

Luz e Keafer (2022) dizem que a socialização desse tema é necessária e acreditam que deve haver debates nos serviços públicos de educação e saúde, trazendo a necessidade de reflexão e ações preventivas sugeridas e adotadas pelas instituições e que apenas as realizadas pelos psicólogos podem não ser suficientes para combater os problemas de saúde dos profissionais, sendo preciso pensar em políticas de prevenção e atendimento à saúde dos profissionais da educação com certa urgência e cuidado.

Para as autoras, embora haja estudos sobre as condições de trabalho docente, bem como os índices de adoecimento, não se encontra estudos vinculados ao ensino médio e nem propostas sobre a possibilidade de intervenção na área de saúde mental, por isso a importância do estudo agora aqui destacado.

As autoras fazendo uma citação de Gama *et al.* (2014) argumentam que a saúde mental é complexa por estar vinculada diretamente à questão do normal e do patológico, envolvendo a problematização a respeito da loucura e seus estigmas, pois segundo Amarante (2007, p. 15) a saúde mental é expansiva de conhecimentos, de modo que se encontra dificuldade delimitar suas fronteiras, porque não se sabe onde começam e terminam os limites.

De conformidade com Luz e Kaefer (2022), a saúde mental não se restringe apenas ao estudo e tratamento das doenças mentais, há diferentes áreas de alcance, pois para Amarante (2007), além da psiquiatria, da neurologia e das neurociências, a geografia foi de importância para as políticas públicas, devido ao conceito de território, porque os limites geográficos e da cobertura populacional ficam sob os cuidados das equipes de saúde, sendo fundamental para a prevenção e promoção de saúde mental dos sujeitos.

O estudo de Luz e Kaefer (2022) salienta que sendo a profissão docente de alto risco para a saúde mental e física conforme Batista *et al.* (2010), para Vale e Aguilera (2016) a ausência de cuidados em relação à saúde dos docentes gera consequências no processo de ensino e aprendizagem, pois é preciso um olhar clínico e prevencionista em relação aos diversos fatores que podem levar ao adoecimento e desgaste do professor em sala de aula.

Dentre os fatores responsáveis pelo adoecimento docente estão: baixos salários, desvalorização, violência, desrespeito e desinteresse dos alunos, carga de trabalho exaustiva, pressão para o cumprimento de metas de produtividade, perda de garantias trabalhistas, dificuldade na relação com alunos e pais e fragilidades da instituição (LUZ; KAEFER, 2022, p 22).

Luz e Kaefer (2022), citando Dejours (1992), indica que a organização do trabalho docente causa fragilização somática, pois pode bloquear os esforços do trabalhador, o trabalho repetitivo pode gerar insatisfações acarretando descontentamento e afetando a saúde física e mental, sendo uma porta de entrada para a doença, uma encruzilhada para as descompensações mentais ou doenças somáticas. Tudo isso, diante de uma vida acelerada, com grandes transformações tecnológica, organizacionais e sociais, torna o ambiente trabalhista com pouca interação afetiva humana. Essa intensificação aliada a exacerbada concorrência e competitividade complexifica ainda mais o quadro.

As autoras do artigo referem-se a Caetano (2004, p.23) que as tentativas de aproximação e melhoria das relações família-escola devem partir, preferencialmente, da escola, pois ‘transferir essa função à família somente reforça sentimentos de ansiedade, vergonha e incapacidade aos pais’. Para Reis, enquanto a escola desenvolve o conhecimento científico, cabe a família transmitir valores e criar um ambiente facilitador para a aprendizagem.

Segundo Luz e Kaefer (2022) nos estudos de Koga *et al.* (2015) e de Gasparini, Barreto e Assunção (2005, 2006), relacionados ao adoecimento docente, identificou prevalência de transtornos mentais em profissionais mais jovens, em início de carreira. Os autores constataram que jovens apresentam níveis baixos de despersonalização e de

sentimentos de realização profissional e níveis elevados de Síndrome de Burnout. E apontam para o crescente adoecimento e afastamento desses profissionais, do trabalho e para a aumento da desvalorização e da insatisfação no trabalho e para a degradação da qualidade de vida, ocasionando fadiga, estresse, esgotamento e falta de motivação, comprometendo a saúde mental docente, bem como a qualidade do ensino e prejudicar o rendimento escolar.

Luz e Kaefer (2022) citando Dejours (1992) dizem que a remuneração dos professores no Brasil é baixa. As autoras dizem também que segundo o Tribunal de Contas da União (TCU, 2014) que há insuficiência da capacitação de coordenadores pedagógicos e de gestores e o despreparo das escolas para atender a alunos com necessidades especiais, e déficit de pelo menos 32 mil professores de ensino médio nas redes públicas estaduais, notando-se em caráter de urgência em problematizar e contextualizar os desafios enfrentado pela comunidade escolar, pensando na valorização do professor, planejando estratégias e ações que diminuam os riscos e o adoecimento no trabalho docente.

Luz e Kaefer (2022) ressaltam que diante das dificuldades enfrentadas pelos profissionais da educação atualmente, é necessário ampliar a discussão sobre a saúde mental, sendo de fundamental compreensão a integração do psicólogo ao ambiente escolar, especialmente para os professores que enfrentam condições adoecedoras. Elas salientam que a figura do psicólogo não se resume em ‘apagar incêndios’ e ‘contornar problemas’, mas prevenir e promover saúde, diálogo e interlocução aberta como professores e dirigentes da escola.

Nesse sentido, a psicologia poderá ser a porta de entrada para a escuta qualificada aos profissionais, mediando situações que englobam a saúde do trabalhador, por meio de um trabalho que envolve técnicas, metodologias, abordagem teórica e, também, criatividade (LUZ; KAEFER; 2022, p. 30)

Segundo as autoras do artigo os psicólogos em contatos educacionais têm muito a contribuir com a prática pedagógica voltada à humanidade, podendo ainda orientar; realizar visitas domiciliares; planejar atividades para os alunos (sobre bullying, sexualidade, diversidade e respeito às diferenças, violência, drogas, projeto de vida, etc.).

Silva *et. al.* (2023) salienta que a profissão docente é caracterizada como uma ‘profissão do conhecimento’, desta maneira saber é o elemento que legitima essa profissão. Desse modo há um reconhecimento de que os professores são fundamentais para o desenvolvimento da sociedade, em contrapartida, percebe-se uma precariedade nas

condições de trabalho vivenciadas por esses profissionais, fazendo parte de um processo histórico que compromete a aprendizagem e a saúde docente. Ressaltam que se deve compreender os elementos relacionados à saúde no trabalho de forma multideterminada.

Os autores apresentam uma pesquisa realizada com professores de escolas públicas do interior do estado do Rio Grande do Sul. Nesse questionário os participantes deveriam assinalar as respostas, por meio de uma escala Likert de cinco pontos, que diferenciam entre zero (nunca) e cinco (sempre). Os indicadores escalonavam o prazer e sofrimento no trabalho (satisfação, motivação, valorização, reconhecimento, autonomia, esgotamento emocional, estresse, medo, dentre outros analisados). Ao final do questionário havia uma questão aberta a respeito do uso de medicação.

Dos 249 participantes 161 foram do sexo feminino, representando 64,7% do total, e 40 participantes do sexo masculino, que indicam 16,1% do total, 48 pessoas não responderam, o que equivale 19,2%. Através dos números percebe-se que o número de mulheres é superior ao de homens, no magistério.

Evidentemente por ser maioria, as mulheres são as mais afetadas pelo adoecimento, como Cardoso (2019) salienta. E na sociedade contemporânea, são exigidas múltiplas jornadas das mulheres. Além de lecionar, as funções de cuidar da família e do lar são participantes de outras jornadas, contribuindo para a sobrecarga.

Segundo o estudo, a faixa etária dos entrevistados se concentra entre 36 e 40 anos. Foi notado que frequentemente 42,2% sentem-se satisfeitos, 57% percebem-se sempre motivados e 57% estão orgulhosos da profissão que exercem.

Frente aos dados de satisfação, motivação e orgulho, podemos pensar que ainda vivemos em uma sociedade, que é pautada pelo conhecimento, que traz algumas implicações na percepção complexa de ser professor. Desse modo, lecionar é uma atividade complexa, uma vez que está permeada pelos constantes desafios e tensionamentos no trabalho docente. Quando o professor educa seus alunos, almeja que estes estejam preparados para enfrentar a mesma sociedade cheia de mudanças e incerteza em que vive (SILVA *et al.*, 2023; *apud* MENDES & BACCON, 2015).

Em relação a esse processo, esses autores relacionados acima mencionam que a atividade docente não gera produtos imediatos e materiais, pois se trata de um trabalho que envolve investimentos e energia afetiva por parte do professor que ao ensinar deixa marca no aluno e modifica a si.

Para eles a docência se define por uma atividade completamente relacional. Pois os professores, além do ofício de ensinar e transmitir conhecimento aos alunos também envolve emoções exigindo comprometimento com o aprendizado, que, ao mesmo tempo

que traz desgaste proporciona prazer, realização e gratificação numa profissão que é basicamente se relacionar com os alunos, a comunidade e com a instituição.

Sobre o bem-estar, a pesquisa demonstrou que os docentes frequentemente se percebem bem e realizados, no entanto, não se percebem reconhecidos no contexto de trabalho, 72,7% dos professores sentem pouca valorização. Além disso, 47,8% se perceberam em esgotamento emocional, 71,5% apontaram estresse no ambiente de trabalho e 48,6% estão insatisfeitos.

De conformidade com os dados apresentados, para os autores do artigo é fundamental uma reflexão para a função docente, pois nas últimas décadas a profissão sofreu mudanças e o sistema educacional enfrenta uma crise sem precedentes em que os professores precisam lutar por condições dignas de trabalho e respeito, por outro lado, é cada vez mais exigido desses profissionais uma boa qualificação e constante atualização do conhecimento.

Deste modo, os autores do artigo apresentam estudo como o de Lemos (2009), que demonstram que a frustração no trabalho docente está conectada à falta de reconhecimento da profissão que está colocada em segundo plano na esfera social, o tempo insuficiente para a realização de atividades, as condições impróprias de trabalho e os baixos salários.

O estudo finaliza ao responderem sobre o uso de alguma medicação, observou-se que 33,7% fazem uso de alguma medicação, segundo os autores esses dados são preocupantes, pois como enfatizam Fribida e Vasconcelos (2019), são alarmantes os processos de medicação na educação, percebe-se a influência da área biomédica, permeando o ensino na modernidade, principalmente via medicação do contexto escolar do trabalhador.

O estudo trouxe o paradoxo ao que podíamos esperar, pois fatores como estresse e insatisfação no trabalho docente, notaram-se índices de satisfação, motivação e identidade com a atividade docente muito significativas. Os professores indicam comprometimento com o trabalho, valorizam a profissão, mas se queixam da desvalorização, que socialmente foi um dos pontos negativos apresentados.

No entanto, mostrou que há um uso considerável de medicação que traz um sinal de alerta. Se a pesquisa constatou este gritante alerta quanto ao uso de medicação e isso de certa maneira denuncia o adoecimento do professor, diz nitidamente que o meio educacional contribui para isso, ou seja, adoecimento, estamos diante de uma triste realidade, desta maneira a profissão docente não pode ser vista de maneira romântica

como sempre se pensa, “professor guerreiro e herói”, mas um ser vulnerável e frágil, mais para criptonita do que para salvar o mundo.

Foi verificado também que o tratamento não consiste apenas no uso de remédios, mas muitas outras possibilidades diante de um ser tão complexo como o humano com sua psiquê mais complexa ainda, por outro lado o uso deste recurso não pode ser encarado só com preconceito, nem muito menos como tabu, classificando as pessoas como as que usam e as não usam as sagradas cápsulas. Ou os que fazem terapia e os que não fazem.

A nossa pesquisa que tem dialogado com artigos analisados fez a seguinte pergunta aos nossos colegas professores: “Você fez uso de algum serviço de apoio psicológico ou psiquiátrico para questões relacionadas à pandemia e ao período de isolamento social?”. Dos 12 entrevistados apenas três disseram que sim e a grande maioria disse não.

Esta pergunta vai ao encontro dos nossos objetivos específicos, pois nos propomos “a ressaltar os tipos de ajuda”, acredito a grande quantidade de respostas negativas evidenciam a resistência que se tem em procurar uma ajuda profissional.

Eu, porém, consulto meus médicos com regularidade e já faz um bom tempo que faço uso de medicamentos, isso não me coloca acima nem abaixo dos meus queridos colegas professores ou qualquer outra pessoa, aliás, no passado eu ficava um pouco constrangido, imaginando o que as pessoas iriam pensar se soubessem deste fato, com o passar do tempo encaro este recurso como algo normal e hoje tenho a consciência que o remédio e os profissionais de saúde são aliados e estão aptos a nos apoiar, inclusive este é um dos bons motivos de minha pesquisa neste mestrado profissional, ser sobre a saúde mental docente. Encaro como uma grande oportunidade de compartilhar, contribuir para a saúde mental de outras pessoas e trazer à luz um assunto tão inerente ao ser humano e tão escondido pela sociedade.

3.2 Adoecimento docente e pandemia

Conceituar saúde mental não é tarefa simples, que historicamente compreendeu-se meramente como um estado de ausência de doença, ou ainda como resultado isolado de caracteres biológicos que atuam sobre o corpo. Rocha *et al.* (2022) salientam que compreender saudável aquele que não apresenta patologia é uma visão simplista distante da complexidade do psiquismo humano. Outra perspectiva, por sua vez, enfatiza o corpo e seus processos químicos e fisiológicos, desconsiderando outros fatores que interferem

no relacionamento ao processo do adoecimento psíquico. Segundo os autores do estudo, se partir dessa última perspectiva o tratamento do sujeito adoecido mentalmente poderia ser resumido no âmbito medicamentoso, isentando outras esferas e entidades como sociais, políticas, etc. Desta maneira as duas perspectivas descritas, são limitadas, pois não dão conta de explicar as psicopatologias existentes na atualidade, o que dificulta o manejo do tratamento.

Eles seguem dizendo que nas últimas décadas, tais entendimentos de saúde mental foram revistos e ampliados, em relação à importância dada a aspectos sociais e culturais.

A Organização Mundial da Saúde (OMS), liderando as revisões científicas sobre a temática, publicou no ano de 2001 um relatório que relaciona saúde a um completo estado de bem-estar físico, psíquico e social. Nessa vertente, considera-se como saudável o indivíduo que não tivesse alterações patológicas orgânicas, bem como apresentasse relações interpessoais funcionais e exibisse bom ajustamento psicológico (ROCHA; RUFATO e ROSSETTO, 2022, p. 2)

Essa concepção apesar de ser um avanço com relação aos entendimentos anteriores, Rocha *et al.* (2022) consideram utópica, visto referenciar um estado inalcançável e desassociado da realidade humana, principalmente se levar em consideração períodos de pandemia mundial, não explicando, assim, com exatidão a casualidade das diversas formas de adoecimento.

Como discutem Silva e Tuleski (2015), na contemporaneidade, com a vigência de uma concepção naturalizante de sociedade, tem-se havido a transformação do que é histórico e social em algo espontâneo, naturalmente produzido. A Psicologia, seguindo essa vertente, muitas vezes atuou de acordo com as ideologias sociais vigentes, considerando as diferentes formas de se comportar como adaptações, em uma via crescente de patologização da vida e da culpabilização dos indivíduos sobre as condições a que estão submetidos. Sob o paradigma biomédico, o entendimento da saúde mental tem sido feito por meio de sistemas de classificação de sintomas, com emprego de manuais diagnósticos como o DSM-5 e o CID-10. Uma quantidade considerável de correntes psicológicas tem seguido tal perspectiva biomédica em sua forma de compreender o estado de saúde mental dos seres humanos. A Psicologia Histórico-Cultural de Vigotski, em contraponto, tem fornecido condições teóricas e metodológicas para a compreensão da saúde mental e do processo de adoecimento psíquico em uma perspectiva diferenciada – relacionada determinantes históricos e sociais (ROCHA; RUFATO e ROSSETTO, 2022, p. 3).

Rocha *et al.* (2022) salientam que Vigotski (2021) ao realizar seus estudos do desenvolvimento do psiquismo, postula que caracteres tipicamente humanos se formam com base nas inter-relações sociais e na cultura, nessa perspectiva as funções psicológicas como fala, memória, consciência e atenção, as quais são específicas de nossa espécie, desenvolvem-se em razão da relação do homem com o outros. Aspectos do meio sociocultural propiciam formas adoecidas de se perceber a vida que conduzem e dão

manutenção ao sofrimento psíquico. Não se deve levar em consideração apenas aspectos diagnósticos (sintomas), fator privilegiado pela Psiquiatria nos manuais nosográficos³ dos transtornos mentais, mas também às características de formação e manutenção, nas vivências e inter-relações estabelecidas no meio social.

Professores, nesse sentido, têm sido um dos públicos que mais tem adoecido psiquicamente. Segundo levantamento realizado por Ferreira-Costa e Pedro-Silva (2019, cerca de 50% dos professores da Educação Infantil e do ensino Fundamental de uma cidade paulista apresentaram em algum momento níveis de depressão e/ou ansiedade (ROCHA *et al.* 2022, p.3).

Rocha *et al.* (2022) citam Bernardes (2012) na afirmação de que a escola deve ser um lugar que cria condições para que os sujeitos possam se humanizar, e percebe-se este mesmo pensar em Vigotski, que por meio de vivências, crianças e adultos se apropriam dos conhecimentos que o homem produziu ao longo de anos, sendo agentes de transformação da sociedade. Não existe, segundo a autora, outra instituição que assuma tal função, ou seja, caso a escola não cumpra tal papel, há comprometimento na aprendizagem e desenvolvimento dos alunos. O professor, principal agente das instituições escolares, possui, nesse sentido, um papel primordial (ROCHA *et al.*, 2022, p. 4 *apud* BERNARDES, 2012).

Os autores seguem, citando Teixeira e Barca (2019), que o professor é aquele que organiza e administra o meio educativo e o seu papel ultrapassa o de mediador entre o conhecimento e os estudantes, porque também organiza o meio social educativo e as relações sociais que ocorrem na escola. Para eles, o professor não é a locomotiva de todo o processo educacional, nem a força motriz, mas o condutor, alguém que planeja intencionalmente as ações escolares. Muitos desses fatores interferem no processo educativo, consequentemente à saúde mental dos professores. Esteve (1999) é citado ao descrever que as condições negativas às quais os professores lidam exercem suas atividades profissionais têm causado efeitos adversos em suas personalidades. Fatores psicológicos, sociais, políticos, pessoais, de formação acadêmica, desvalorização profissional, falta de apoio, falta de reconhecimento e críticas sobre o desempenho da função do professor, têm sido um importante elemento desencadeador de mal-estar em docentes.

Há de se destacar que no período da pandemia da Covid-19, com o emprego do ensino remoto emergencial, esses aspectos estiveram exacerbados. A falta de apoio, por

³ Nosográfico é um termo que se refere a um sistema de classificação e descrição de doenças ou transtornos.

exemplo, pôde ser percebida pela pouca participação dos pais que, em razão da metodologia de ensino remoto, a qual exige acompanhamento de um adulto para a execução das atividades, possuíram um papel fundamental. Outro fator diz respeito à formação acadêmica insuficiente, visto não abranger formas de atuação remotas e/ou síncronas. Em razão de não ter havido preparo prévio, sendo o ensino remoto uma solução emergencial encontrada para a situação, uma série de outras dificuldades fizeram-se presentes, tal como problemas envolvendo o uso de tecnologias, falta de retorno das atividades, inabilidades de manejo e carências instrumentais (acesso à internet, local de estudo etc.). Tais fatores ocasionaram aumento de professores com sintomas psicopatológicos na atualidade (ROCHA *et al.*, 2022, p. 6).

O estudo que está sendo analisado ainda cita Esteve (1999), que fala sobre a situação do estresse o qual o docente passa ao longo de sua trajetória profissional, tornando-se comum a existência de níveis elevados de nervosismo, ansiedade e angústia no decorrer do ano letivo, ocasionando tensões acumuladas e não trabalhadas.

É mencionado também Freitas (2006) que para conduzir o processo pedagógico, independentemente da perspectiva educacional, faz-se necessário que o professor estabeleça vínculos com seus alunos, pois sem ele o desempenho discente pode ser insuficiente para efetivação da aprendizagem. Freitas (2006) também coloca que fatores trazidos pela docência em ambiente virtual. Para a autora, em comparação com o trabalho no presencial, o ensino no contexto virtual intensifica as demandas em razão de aspectos diferenciais específicos dessa metodologia de ensino, tal como manuseio de novas tecnologias para o trabalho pedagógico, intensa comunicação escrita, permanente controle.

Tal como expôs Freitas (2006) ao se referir à pedagogia em ambiente virtual, esses aspectos também se fizeram presentes no período da pandemia da Covid-19. O ensino remoto intensificou demandas de trabalho que, além de produzir conteúdos para o processo de aprendizagem se fez necessário preencher relatórios de acompanhamento que demandam tempo e produção escrita intensa, dar presença e/ou falta conforme o retorno das atividades e manusear formas diferenciais de ensino (recursos eletrônicos). Estudo desenvolvido por Cipriano e Almeida (2020) destaca a grande possibilidade de ocorrência de transtornos emocionais em docentes e discentes, a médio e longo prazo, tais como ansiedade, estresse, privação de sono, instabilidade afetiva e sofrimento pela carência de contatos interpessoais no período. Isso ocorreu, consoante os autores, como resultado de fatores que dificultam a metodologia de ensino remoto, tal como baixa qualidade das

redes de internet e carência de formação complementares que trouxessem conhecimentos e ferramentas de ensino efetivas. Esses fatores têm sido desencadeadores de conflitos emocionais entre alunos e professores devido à dificuldade dos mesmos em terem acesso à cidadania e a seus direitos fundamentais de trabalho e educação.

A partir do estudo realizado, Rocha *et al.* (2022) concluem que as relações sociais interferem na formação do psiquismo humano, tanto em sua forma saudável como patológica, dessa maneira quanto mais patogênicas foram as vivências do sujeito, mais adoecido ele se encontrará.

Eles seguem concluindo que o adoecimento psíquico não surge unicamente em razão do sistema social, nem somente pelas inter-relações e fatores culturais patogênicos, mas que estes aspectos fomentam, o seu desenvolvimento e fortalecem os sintomas, facilitando o surgimento e dificultando o rompimento: “Portanto, o tratamento do sujeito não pode se resumir em processos psicoterápicos e medicamentosos; é importante também ‘tratar’ os aspectos sociais, culturais e históricos associados à patologia na sua totalidade e complexidade” (ROCHA *et al.*, 2022, p. 11).

Talvez o tal reconhecimento tão sonhado pelos professores nunca aconteça aqui em nossos contextos, mas deve haver em cada docente a convicção de estar trabalhando com um material muito precioso, o estudante, ou seja, gente. Por falar em gente, este ser tão especial e complexo tem no seu manejo, as suas idiossincrasias, fazendo da função docente um grande desafio, pois é inerente à profissão os riscos que fazem as mãos suarem, o eloquente gaguejar e o “saudável” ter dor de barriga e pernas bambas. Que profissão mexe tanto com o psicológico e o físico de uma pessoa?

Porém, se ficarmos doentes, claro que a solução não estará somente nos medicamentos ou na fundamental intervenção dos nossos queridos profissionais da saúde mental que muito têm nos ajudado, ou muito menos ainda em estratégias de políticos que não estão preocupados com os estudantes nem com a educação, claro que carecemos de políticas públicas voltadas à educação.

Talvez a saída esteja nas intermináveis lutas sindicais, nas discussões nas redes sociais, grupos de *WhatsApp*, no bate-papo, no gostoso café na sala dos professores ou ainda nos compartilhamentos de artigos cheios de clamores como estes que estamos analisando, afinal as informações precisam circular livremente mesmo num deserto, mas acredito que os pais e os cidadãos têm pouco acesso ou nenhum interesse de lerem textos de pesquisas científicas como estas que estamos elaborando.

Claro que precisamos unir forças e captar todo tipo de ajuda possível, sempre deve haver esperança, mas como precaução devemos nos revestir de todo tipo da armadura que a profissão docente exige, verdadeiramente somos guerreiros, ou seja, devemos ler mais e estudar ainda muito mais, pois precisamos lecionar em tempo real diante de um público muito exigente num mundo cercado de uma “inteligência artificial” que quer nos engolir e nos confundir, devemos amolar as nossas ferramentas, afinal escolhemos ser professores.

Jamais pode faltar a um professor: do Mário Sérgio Cortella ao anônimo de uma escolinha do interior do sertão da Bahia, ou do mestre de uma comunidade quilombola, ou indígena, a certeza de que a sala de aula é o nosso chão, a velha sala com cadeiras enfileiradas, quadro negro e giz, é a nossa resposta. Ela continuará sendo o lugar de transformação de quase tudo: da ignorância em conhecimento; do átomo à junção de letrinhas que formam palavras, frases e livros; dos números que formam fórmulas complexas e teoremas pitagóricos; dos elementos químicos e da lagarta em borboleta; dos rabiscos aos desenhos da casa e da família; da percepção de que a terra gira em torno do sol e não ao contrário como se pensava da antiguidade até a Idade Média; e de que a terra gira em torno do sol e não em torno de nós mesmos; das críticas de si, até mesmo do professor; dos debates; das histórias e estórias; dos sonhos e brincadeiras; tecnologias; frustrações e sentimentos em algo parecido com uma equação tão grande, mas tão grandiosa que transcende e ecoa num lugar chamado eternidade, e isso não é utopia muito menos sacerdócio, pois quem compartilha e escreve o que aprende, jamais morre.

De conformidade com os artigos até aqui analisados e as experiências dos alunos-professores participantes de nossa pesquisa relatadas nas entrevistas, há uma concordância que as consequências da Covid-19 são irreparáveis, então, porque a totalidade deles (entrevistados em nossa pesquisa) respondeu “não” à pergunta “se no pós-pandemia faltaram de forma sistemática ao trabalho?”.

É notório que alguns estudos trazem teorias sobre efeitos nocivos da doença que abalou o mundo, podemos listar muitas queixas dos professores tanto nos artigos como nas entrevistas, mas isso tudo não comprometeu a frequência no trabalho dos professores do *ProfHistória*, este dado é interessante para repensar algumas hipóteses que foram levantadas no início de nossa pesquisa, sobre os “impactos” da pandemia. Por isso, devemos tomar cuidado com conclusões apressadas, ainda é cedo para se fazer uma avaliação, pois agora que estamos saindo da pandemia. É preciso que haja um maior distanciamento quanto o tempo, pesquisas ainda estão sendo elaboradas por especialistas,

e queixas precisam ser investigadas. Além disso, deve-se levar em consideração que efeitos psicológicos são muito complexos, principalmente num mundo de grandes transformações impulsionadas pelos efeitos das novas tecnologias em si, que trazem outras implicações ainda mais complexas.

Outra pergunta também aos nossos colegas professores de História, que tornou-se quase uma provocação, e através dela foi percebido o grau de comprometimento da profissão docente: “Existe alguma atividade que desenvolve na escola que considera gratificante no pós-pandemia?”. O legado da comunicação é nítido nas respostas, mas a simplicidade da possibilidade de poder “entrar novamente na sala de aula”, ou poder dar “um abraço” num aluno ou colega, é fantástico, pois relata os efeitos que aquele evento de proporções mundiais trouxe nas relações interpessoais, e o professor sem dúvidas nenhuma é um agente transformador na sociedade.

Uso de grupos de Whatsapp com alunos (Questionário 1).

Entrar em sala é muito gratificante. A pandemia humanizou um pouco mais as relações escolares (Questionário 2).

Não (Questionário 3).

Olimpiadas Nacional de História e um projeto de história oral sobre o município (Questionário 4).

Poder abraçar os alunos de novo (Questionário 5).

A utilização das pesquisas. Acredito que os alunos aprenderam a pesquisar um pouco mais (Questionário 6).

Uso da Internet. Possibilita diversificação das aulas (Questionário 7).

Estar com os alunos debatendo em grupo e ouvindo e vendo seus rostos (Questionário 8).

Cada pessoa, cada aluno teve uma experiência única diante daquele confinamento da pandemia do Covid-19, entretanto quando perguntamos aos nossos colegas quais seriam as suas relacionadas a atuação docente e qual gostariam de compartilhar. As respostas além de ilustrarem, concordam em muitos pontos, pois fizemos de nossas casas, extensão das nossas salas de aula.

Muito estranho lecionar sem ver os rostos, as reações, parecendo estar quase que sozinho (Questionário 1).

Nos pós-pandemia houve um aumento substancial em casos de crise de ansiedade entre os alunos. Foi bem difícil logo que retornamos e ainda hoje, esses casos são corriqueiros (Questionário 2).

Consegui acompanhar alunas e alunos de rede pública alcançando o ensino superior público (Questionário 3)

Assim que as aulas presenciais voltaram, reencontrei alunos que cresceram, mudaram o estilo, o cabelo, e todas essas transformações me fizeram perceber o quanto a pandemia tirou de nós professores a oportunidade de acompanhar o crescimento e desenvolvimento dos nossos estudantes, afinal, a convivência forma laços que são essenciais para uma boa relação entre professores e alunos (Questionário 4)

No pós-pandemia alunos muito fracos, sem base de conteúdo e dificuldade de interação social (Questionário 5)

Não teria nenhuma para destacar aqui (Questionário 6)

Ouvi muitos relatos sobre o cotidiano dos alunos durante a pandemia (Questionário 7).

Em março as escolas fecharam ninguém sabia como ficaria. Logo em seguida começamos lá para maio usar o Facebook para colocar atividades bem coloquei um vídeo da minha aula. Os alunos usaram os dez reais de crédito do celular para assistir ... esse celular servia para a família toda. Quando soube tentei fazer uma doação para que eles não perdessem o número. Não foi possível pois a mãe não aceitou. O menino passou a se deslocar mesmo na pandemia para usar a internet da igreja evangélica. Quando soube deixei de gravar vídeos. Passei a postar somente as aulas de texto no Facebook. Estávamos todos no mar, porém em embarcações diferentes. São muitas histórias a pandemia na minha opinião transformou a vida das pessoas mais humildes, pois dentro do contexto foram as que mais sofreram. Teve um nome que senti vergonha de estar na condição confortável de ser funcionária pública (Questionário 8)

Durante a pandemia, optamos por oferecer o nosso curso preparatório por meio do Jitsi, um aplicativo de reunião virtual. Pessoas de outros estados estudaram conosco e conseguiram ser aprovados(a) em seus respectivos cursos. Porém, nenhuma dessas pessoas experienciaram conosco prática de autogestão e horizontalidade (Questionário 9).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em nossas entrevistas, os professores do *ProfHistória* que participaram da pesquisa foram categoricamente quase que unânimes contrários ao uso dos celulares em salas de aula, um clamor da categoria. Agora, em 2025 é Lei Federal a proibição do uso dos aparelhos, não é apenas em sala de aula como em quaisquer dependências da escola. Os alunos têm respeitado as restrições, a paz está voltando e os embates estão diminuído.

Foram inúmeras as experiências contadas pelos professores em nossas entrevistas, realmente a pandemia marcou esta geração, afinal o mundo parou. Se perguntarmos aos estudantes, certamente falarão suas impressões: boas, ruins ou em alguns casos traumáticas. Isso só evidencia a importância da Escola na vida desses atores, bem como da sociedade.

Como havia falado lá na introdução dessa dissertação, que tive uma crise psíquica, que me deixou com vontade de abandonar tudo, quero ressaltar que não teve ligação propriamente dita com a pandemia, essas questões já me acompanham, mas havia dito que tive uma rede de apoio muito grande em todos os sentidos, sendo fundamental para a minha recomposição.

Além daquelas ajudas pontuadas, quero destacar o CAPS de Bom Jardim, minha querida cidade, que tem me acolhido e me dado suporte. O Dr. Pedro Gouveia Teixeira, psiquiatra tem me dado atendimento, sempre me deixa muito à vontade.

Inclusive compartilhou a sua dissertação de Mestrado Profissional comigo. Com o tema *A diminuição da expectativa de vida em pacientes com sofrimento mental como um desafio para a integralidade em saúde*.

Sua pesquisa, cita nossa querida cidade de Bom Jardim, que situa-se entre os municípios de Nova Friburgo e Cantagalo, possui uma população residente estimada de 27.269 habitantes, segundo o IBGE (2018), distribuída por uma área de 384639 Km². Sua economia está apoiada na agricultura, pecuária, confecções e produção de flores de corte, compõe uma rede de saúde composta de sete unidades de Estratégia de Saúde da Família, que cobrem 100% da população. Possui um hospital geral, filantrópico, com 62 leitos, e uma rede de ambulatorios com algumas especialidades médica e com profissionais de saúde (Teixeira, 2021, p. 25).

Ainda de conformidade com Teixeira (2021), o CAPS de Bom Jardim foi inaugurado em julho de 2010, contando no período da pesquisa com 986 pacientes cadastrados, dos quais 129 usuários regulares. Situa-se na Avenida Walter Vendas

Rodrigues, nº 188, no bairro Campo Belo, dispondo de uma coordenadora, uma assistente social, duas psicólogas, uma enfermeira, um médico, um técnico de enfermagem, um agente administrativo, uma funcionária de serviços gerais que também é cozinheira. Dispondo de carro com motorista em dias previamente acertados, também conta com um estagiário de psicologia e uma de serviço social. O horário de funcionamento é de 8 às 17h, de segunda a sexta-feira. Há também um grupo de dependentes químicos. Atendimento aos familiares, visitas domiciliares aos PCFs. Os pacientes que se encontram no hospital geral são levados até o CAPS, pela ambulância daquela instituição, quando necessitam de intervenção da equipe (TEIXEIRA, 2021, p. 26).

Com o objetivo de extinguir o modelo asilar e consolidar a reforma no Brasil, a publicação de diversas legislações partir de 2001 foi decisiva para organizar uma nova estrutura de serviços substitutivos aos hospitais psiquiátricos. Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) constituem serviços estratégicos com o objetivo de dar acesso e proporcionar integridade ao tratamento de saúde mental de forma regionalizada, priorizando a inserção do paciente no seu território e buscando articulação com os diversos instrumentos de organização social e comunitária disponíveis. De forma concreta, a reforma psiquiátrica possibilitou uma oferta de cuidados diferenciados aos portadores em sofrimento mental, com mudanças significativas nos saberes e práticas assistenciais.

Esta estratégia foi pontuada em diversos momentos dentre eles a partir da reorientação da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) proposta pelo Ministério da Saúde (MS) na portaria nº 336, de 2002. Nela a composição organizativa passou a trazer estes instrumentos, os CAPS, como elemento central e articulador das ações e ordenador da rede de saúde mental. Essa centralidade contribuiu para que as demandas de saúde mental fossem direcionadas prioritariamente a estas unidades. Além disso, esses serviços estruturaram-se de modo a responder às diferentes demandas que lhes chegavam (TEIXEIRA, 2021 *apud* BRASIL, 2002).

A Dissertação de Teixeira (2021), salienta ainda que paulatinamente, foi se promovendo deslocamento no plano nacional de inclusão das ações de saúde mental na atenção básica a partir de estratégias de saúde da família, com o intuito de potencializar a atuação das equipes de saúde inseridas na atenção básica, trocando saberes entre trabalhadores da rede de articulação.

Eu costumo falar para os meus alunos em sala de aula, sem receio de parecer saudosista, que o nosso SUS brasileiro é o maior sistema de saúde do mundo, nem os Estados Unidos têm um sistema como o nosso, mas para comprovar se isso tudo é verdade, dei uma verificada no que Teixeira (2021) disse sobre o assunto em suas considerações:

‘O SUS democratiza o acesso do cidadão aos serviços de saúde’. Esta é a mensagem em destaque no portal do Ministério da Saúde. Tal afirmação é inquestionável e definitiva. O Sistema único de Saúde, SUS, criado no Brasil em 1988 com a promulgação da nova Constituição Federal, tornou o acesso garantido à saúde direito de todo o cidadão (BRASIL, 1988). Uma leitura mais apurada dos artigos 196 a 200 da Seção II (Constituição Federal, 1988), permite-nos aferir que são estabelecidos cinco princípios básicos que orientam o sistema jurídico em relação ao SUS. São eles: universalidade, integralidade, equidade, descentralização e participação popular. A integralidade é o ponto fundamental dessa proposta de estudo e é definida como um conjunto de ações necessários para o tratamento integral da saúde, com o foco em medidas preventivas, mas sem prejuízo das assistenciais, e os entraves para sua garantia (TEIXEIRA, 2021, p. 20).

Falando no princípio da integralidade, Teixeira (2021) observa que há enormes desafios para o SUS, referindo-se a Oliveira *et. al* (2009) e Campos (2003) existe a questão da contenção de gastos, com estrangulamento de recursos públicos, a presença ainda de hegemonia de “atenção à saúde de enfoque curativo, o hospitalocêntrico e interesses de mercado contraditória ao SUS”, que são alguns dos fatores que interferem na efetivação deste princípio que para ele, Teixeira (2021) foi a Criação dos CAPS.

Não podemos ser ignorantes a ponto de considerar a rede de apoio como uma moleta: nossos amigos, família e profissionais de saúde não merecem esta alcunha, mas sim como uma maneira de nos dar uma melhor qualidade de vida. Não apenas como remédio paliativo ao sofrimento, mas uma maneira de valorizá-los e reconhecer a importância de cada um deles.

Voltando à nossa pesquisa, um dado que chamou a atenção e merece mais uma boa reflexão, é que: quando indagamos os nossos colegas professores do *ProfHistória*, se eles fizeram uso de algum tipo de apoio psiquiátrico para as questões relacionadas à pandemia e ao período de isolamento social. Dos 12 participantes, apenas 3 disseram que sim. E os mesmos 12 responderam negativamente, “se tiveram complicações em decorrência da Covid-19 a ponto de faltarem com regularidade ao trabalho no pós-pandemia”.

Então, será que nossas hipóteses sobre os impactos psíquicos da pandemia, podem ser derrubadas por não condizerem com a realidade? Antes de qualquer conclusão, devemos ponderar e levar em consideração que fatores como preconceitos e resistência à procura de um profissional possam ter influenciado nas declarações. Por isso que

devemos voltar a mencionar que ainda é cedo, precisamos de um distanciamento de tempo, sabendo que estamos mexendo num campo tão melindroso como saúde mental.

Se não pudemos detectar com nitidez impactos psíquicos da pandemia dos docentes do *ProfHistória* entrevistados, a pesquisa relatou várias reclamações, que podem ser chamadas de impactos, como: a metodologia e a natureza do ERE, pressão por parte da direção das escolas e das secretarias de educação, dificuldades sobre o uso dos aparelhos e equipamentos, má conexão, baixa frequência por parte dos alunos, despreparo e resistências de alguns docentes e desigualdades. Mas também detectamos impactos positivos, como a flexibilização de horários, uso de vídeos, jogos, sala de aula virtual, não precisar de meios de transportes para chegar ao trabalho e a imersão neste campo virtual.

Por isso, nessas considerações finais procuramos apresentar o CAPS, esta modalidade de tratamento que integra pessoas adoecidas às famílias e à sociedade, contrariando aquelas antigas internações que aprisionavam, oprimiam e adoeciam os sujeitos. Achamos pertinente trazê-lo para o meio acadêmico, através desta pesquisa científica, numa possibilidade de difundir ainda mais a questão da saúde mental.

Entendemos que há uma distância significativa entre a academia, os estudantes da educação básica e as pessoas de modo geral, há muita falta de acesso mesmo num mundo antenado e globalizado. Queremos ressaltar que o nosso olhar não é de especialistas ou profissionais da saúde mental, não é a nossa pretensão, mas de professores, e por ter um olhar de educadores nossa pesquisa torna-se relevante, pois estamos vivendo, sentindo e experimentando tudo isso em tempo real em tudo que foi apresentado durante esta pesquisa, somos os atores e objetos da pesquisa, estamos inseridos no mundo dos estudantes, que consequentemente têm famílias, células da sociedade. Então, não temos dúvidas que o programa *ProfHistória* com sua abrangência nacional, é um canal valioso.

Amparado por recomendações de especialistas, procuramos distanciar um pouco desses embates, e pensar no bem-estar dos nossos professores de História. Achamos pertinente apresentar uma proposição didática, o produto de nossa pesquisa, pela elaboração de um guia de saúde mental, que defende uma boa alimentação, alguém já disse que somos o que comemos, a prática de exercícios físicos, o retorno aos estudos para minimizar o sedentarismo, a terapia como prevenção, entre outras.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMARANTE, P. **Saúde mental e atenção psicossocial**. 2 ed. Fiocruz, Rio de Janeiro, 2007.

BERRETO, A. C. F.; ROCHA, D. S. COVID 1 e educação resistências, desafios e (im)possibilidade. **Revista Encantar**. Educação, Cultura e Sociedade, v. 2, p. 01-11, jan/dez, Bom Jesus da Lapa, 2020.

BATISTA, J. B. V. et al. Prevalência da síndrome de burnout e fatores sociodemográficos elaborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa. **Revista Brasileira de Epidemiologia**. p. 502-512, Pernambuco, 2010.

BRASIL. Decreto nº 9.057, de 25 de maio de 2017, Regulamenta o art. 80 da Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 26 maio 2017.

BRASIL. Lei 13.979, de 6 de fevereiro de 2020. Dispõe sobre as medidas para enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional decorrente do coronavírus responsável pelo surto de 2019. **Diário Oficial da União**. Brasília, DF, 7 de fev. 2020.

CARDOSO, J. da S.; NUNES, C. P.; MOURA, J. S. **Adoecimento docente**: Uma breve Análise da Saúde de Professores do Município de Medeiros Neto/Ba. Teias 20 (57), 125-140. doi: 10.125957/teias. 2019.

CARNEIRO, D. A. G. Saúde Mental dos Professores de uma Escola Pública Estadual de Tocantins: Um Estudo de Caso. **Dissertação de Mestrado**. UFTO, Palmas, 2012.

CAVALCANTE, L. A. **Educação, Ensino e Internet**: Uma Análise sobre as Ações Pedagógicas de História na Plataforma Descomplica do Ambiente Digital. PUC-Rio, Rio de Janeiro, 2020.

CHASSOT, A. Alfabetização científica: uma possibilidade para a inclusão social. **Revista Brasileira de Educação**. Nº 22, p.89-100, jan/fev/mar/abr, 2003.

CIPRIANO, J. A.; ALMEIDA, L. C. da C. S. Educação em tempos de pandemia: análises e implicações na saúde mental do professor e aluno. **Conedu: VII Congresso Nacional de Educação**, 2020.

CRISTOVÃO, H. M.; NOBRE, I. A. M. Software educativo e objetos de aprendizagem. In: NOBRE, I. A. M.: *et al.* **Informática na educação**: um caminho de possibilidades e desafios. IFES, p. 126-159, Serra, ES, 2011.

GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL. Guia estimula cuidado da saúde mental para servidores da educação. www.educacao.df.gov.br. pdf.

ESTEVE, José M. **Mudanças sociais e função docente**. In: NÓVOA, Antônio. (orgs.). Profissão professor. Porto Editora, Portugal, 1999.

FIALHO, L. M. F. e NEVES, V. N. S. Professores em meio ao ensino remoto emergencial: repercussões do isolamento social na educação formal. **Educação e Pesquisa**, [S. l.], v. 48, n. contínuo, p. e260256, 2022.

FIRBIDA, F. B. G; VASCONCELOS, M. F. A construção do conhecimento na Psicologia: a legitimação da medicalização. **Psicologia Escolar e Educacional**, 23, 1-8. 2019.

GAMA, C. A. P.; CAMPOS, R. T. O.; FERRER, A. L. Saúde mental e vulnerabilidade social: a direção do tratamento. **Revista Latino-Americana de Psicopatologia Fundamental**, v. 17, nº 1, p. 69-84, 2014.

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. 5. ed., Cortez Oboré, São Paulo, 1992.

KOGA, G. K. C. *et al.* Fatores associados a piores níveis na escala de burnout em professores da educação básica. **Cadernos Saúde Coletiva**, v.23, nº 3, p. 268-275, Rio de Janeiro, 2015.

LEMOS, J. C. G. Do encanto ao desencanto, da permanência ao abandono: o trabalho docente e a construção da identidade profissional. **Tese (doutorado)**, PUC de São Paulo, São Paulo, 2009.

LUZ, D. A. de M. da e KAEFER, C. O. A saúde mental dos professores da rede pública que atuam no ensino médio: Uma contribuição do Fazer da Psicologia. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental**, v.14, n 41, p.19-37, Florianópolis, SC., 2022.

MINAYO [et al.] Pesquisa social: teoria, método e criatividade. 25. ed. rev. atual. Petrópolis: Vozes, 108p.

NÓVOA, António e ALVIM, Yara Cristina. Os Professores depois da Pandemia. **Educação & Sociedade** [online]. 2021, v. 42.

OLIVEIRA, D. A. A reestruturação do trabalho docente: precarização e flexibilização. **Educação & Sociedade**, v. 25, p. 1127-1144, 2004.

BRASIL. Constituição de 1988. Acessado em 22.02.2025.

RANGEL, K. C. S. G. e AMARAL, S. R. do. Desafios da prática educativa dos professores de história no ensino remoto emergencial de um Instituto Federal do Estado de Minas Gerais. **Debates em Educação**, [S. l.], v. 14, n. 35, p. 279–293, 2022.

ROCHA, G. dos S.; RUFATO, F. D. e ROSSETTO, E. Saúde Mental docente: Uma Revisão teórico/bibliográfica. **Conedu - VII Congresso Nacional de Educação**. Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Paraná. 2022.

SANTOS, B. S. **A cruel pedagogia do vírus**. Almedina, Coimbra, 2020.

SENADO FEDERAL. **Lei de Diretrizes e Base da Educação**, 1996.

SILVA, J. C. da; LEAL, L. T. A; SCHMIDT, S.; FUHR, M. da S. e SARAIVA, E. S. Saúde Mental, adoecimento e trabalho docente. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 27. UNISC, Santa Cruz do Sul, RS, 2023.

VALE, P. C. S; AGUILLERA, F. Estresse dos professores do ensino fundamental em escolas públicas. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 5n. 1, p. 86-94, Salvador, BA, 2016.

TEIXEIRA, P. G. A diminuição da expectativa de vida em Pacientes com sofrimento mental como um desafio para a integralidade em saúde. **Dissertação Mestrado**, UFRJ, Rio de Janeiro, 2021.

TOSTES, M. V; ALBUQUERQUE, G. S. C. de; E SILVA, M. J. de S. e PETTERLE, R. R. Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde Debate**, v. 42, n 116, p. 87-99, jan.-mar, 2018.

ANEXOS

Questionário on-line

Caro colega do ProfHistória:

Este questionário integra a pesquisa do curso de Mestrado Profissional em Ensino de História (ProfHistória/UFRJ), com o título *Saúde mental dos professores de História: Impacto pós-pandemia no contexto escolar (2020-2023)*, sob a responsabilidade do professor pesquisador Gilberto Lucio Russo de Oliveira, orientado pela professora Dr^a Alessandra Nicodemos. Com a coleta de dados por este questionário aplicado aos alunos/professores das turmas 2020, 2022 e 2023, do ProfHistória da UFRJ queremos investigar os impactos da pandemia para a saúde mental dos professores de História no tempo presente. E ainda identificar as implicações que o ensino remoto trouxe para o Ensino de História e a Saúde Mental dos professores investigados, ressaltando os tipos de apoio que os professores mobilizaram frente ao seu bem estar mental. Antes de responder o questionário solicitamos que preencha o **Registro de Consentimento Livre e Esclarecido**.

Agradecemos sua participação e valiosa contribuição!

Gilberto e Alessandra

REGISTRO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Universidade Federal do Rio de Janeiro

ProfHistória – Programa de Pós-Graduação em Ensino de História

Nome do pesquisador: Gilberto Lucio Russo de Oliveira

Orientadora: Dr. Alessandra Nicodemos

E-mail: girorusso@hotmail.com

Você está sendo convidado(a) a participar da pesquisa *Saúde mental dos professores de História: Impacto pós-pandemia no contexto escolar (2020-2023)*. Antes de decidir se participará, é importante que você entenda porque o estudo está sendo feito e o que ele envolverá.

Com esse estudo queremos investigar os impactos da pandemia para a saúde mental dos professores de História no tempo presente. E ainda, identificar as implicações que o ensino remoto trouxe para o Ensino de História e a Saúde Mental dos professores investigados, ressaltando os tipos de apoio que os professores mobilizaram frente ao seu bem estar mental.

Você foi escolhido por ser egresso ou estudante do ProfHistória – Programa de Pós-Graduação em Ensino de História, das turmas dos anos de 2020, 2022 e 2023. Sua participação será através da resposta a esse questionário.

Para participar deste estudo você não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira. A sua participação é voluntária. Os pesquisadores irão tratar a sua identidade com padrões profissionais de sigilo. Os resultados da pesquisa estarão à sua disposição quando finalizada. Você não será identificado em nenhuma publicação que possa resultar deste estudo.

Em que pese que todas as pesquisas podem envolver algum risco, indicamos que você poderá se sentir constrangido ou desconfortável com as questões propostas no questionário, nessa situação você estará livre para participar ou recusar-se a participar e poderá retirar seu consentimento ou interromper a participação a qualquer momento.

I. Dados pessoais e profissionais

Data de nascimento:

Ano de ingresso no ProfHistória

Gênero:

- a) Feminino.
- b) Masculino.
- c) Outros.
- d) Prefiro não declarar.

Raça ou cor:

- a) Branca.
- b) Preta.
- c) Amarela.
- d) Indígena.
- e) Parda.
- f) Prefiro não declarar.

Em que cidade e Estado você mora:

Atualmente, está trabalhando?

- a) Sim, no setor público ou privado com carteira assinada.
- b) Sim, sou funcionário público concursado.
- c) Sim, porém não me encaixo nas categorias anteriores.
- d) Não trabalho.

Caso tenha respondido a opção **não**, o seu afastamento está vinculado a questão de saúde mental?

Em sala de aula, leciona disciplinas além de História?

- a) Não.
- b) Sim, Sociologia.
- c) Sim, Geografia.
- d) Sim, Filosofia.
- e) Sim, em séries iniciais do Ensino Fundamental.

Para quais turmas você leciona?

- a) Ensino Médio.
- b) Ensino Fundamental.
- c) Educação de Jovens Adultos.
- d) Em projetos sociais ou cursos populares.
- e) Outros

Atualmente para quantas turmas da Educação Básica você leciona?

Você considera que a carga horária que desenvolve compromete o seu bem estar mental? Comente

II. Atuação durante a Pandemia (Ensino Remoto Emergencial)

No período da pandemia Covid-19, quando estava lecionando, em relação ao uso dos equipamentos tecnológicos (telefone celular, tablet, computador) assinale a condição de uso em que você se encontrava.

- a) Precisei compartilhar os equipamentos com outra(s) pessoa(s) do meu grupo familiar.
- b) Usei individualmente os equipamentos, não precisando compartilhar com outra(s) pessoa(s) do meu grupo familiar.
- c) Precisei recorrer ao auxílio de amigos e/ou familiares para ter acesso à internet e /ou equipamentos tecnológicos para assistir às aulas.

Você ou outra pessoa de seu grupo familiar recebeu o diagnóstico de Covid-19?

- a) Sim, fui diagnosticado.
- b) Sim, pessoas na minha família foram diagnosticadas.
- c) Não.

Você fez uso de algum serviço de apoio psicológico para questões relacionadas à pandemia e ao período de isolamento social?

- a) Sim.
- b) Não.

Caso a sua resposta anterior tenha sido sim, indique que outros tipos de apoio contribuíram para o seu bem estar mental?

- a) A família e os amigos.
- b) A família, os amigos e o trabalho.
- c) A família, os amigos, o trabalho e o lazer.
- d) O trabalho contribui para o meu adoecimento.
- e) O trabalho tem ajudado no meu bem estar mental.
- f) Outro

Em relação ao trabalho, assinale o que descreve os impactos(s) da pandemia da Covid-19 em sua vida:

- a) Perda de Emprego.

- b) Redução de horas extras.
- c) Redução do horário de trabalho com redução de salário.
- d) Suspensão temporária do Contrato de Trabalho.
- e) Trabalho remoto.
- f) Não houve impacto na situação de trabalho.
- g) Aumento da carga horária de trabalho.
- h) Outro

Quanto ao ensino remoto e sua relação com a direção da escola que você atuava, qual opção te representa:

- a) Me senti pressionado (a) frente a tantas exigências.
- b) Houve apoio ao trabalho dos professores pela Direção.
- c) Fui pressionado (a), mas consegui cumprir individualmente as tarefas colocadas
- d) Houve apoio entres os colegas para cumprir as tarefas colocadas

Quais foram as suas principais dificuldades do ERE?

Quais foram as principais vantagens do ERE?

Como você avalia, nos dias de hoje, o uso de recursos tecnológicos pedagógicos em sala de aula

Como você avalia, nos dias de hoje, o uso do celular pelos alunos em sala de aula

III. Pós-pandemia e bem estar docente

Nos anos pós-pandemia você faltou (falta) de forma sistemática ao trabalho?

- a) Sim
- b) Não

Qual foi (ou é) o motivo das faltas?

Você considera que essas faltas possuem relação com as consequências da pandemia?

- a) Sim
- b) Não
- a) Por quê?

Caso tenha respondido sim, justifique sua resposta

Existe alguma atividade que você desenvolve na escola que considera gratificante no pós-pandemia? Qual? Justifique.

Na sua visão, qual foi o grande legado da pandemia para as relações escolares? Assinale a opção que melhor representa sua opinião sobre o assunto

- a) Melhoramos depois da pandemia.
- b) Pioramos depois da pandemia.
- c) Nada mudou.
- d) Saímos mais fortes.
- e) Saímos mais fortes, apesar das dores.

Você acredita que a pandemia tenha fragilizado as relações entre aluno-professor em contexto escolar?

- a) Sim.
- b) Não
- c) Não parei para pensar.

Justifique sua resposta.

Que experiência você viveu durante a pandemia e gostaria de comentar?

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
INSTITUTO DE HISTÓRIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENSINO DE HISTÓRIA

**SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES DE HISTÓRIA: IMPACTOS NO PÓS-
PANDEMIA EM CONTEXTO ESCOLAR (2020-2023)**

GILBERTO LUCIO RUSSO DE OLIVEIRA

PROPOSIÇÃO DIDÁTICA
GUIA DE SAÚDE MENTAL PARA PROFESSORES DE HISTÓRIA

RIO DE JANEIRO
2025

INTRODUÇÃO

A saúde mental é a principal preocupação de saúde da maioria dos brasileiros. Então, como transformar preocupação em hábitos praticados que podem ser incorporados à rotina e realmente levar a uma maior qualidade de vida?

Na intenção de responder a indagação, contextualizar e contribuir para a saúde mental dos professores, consideramos relevante elaborar e apresentar como *proposição didática* um guia de saúde mental para os professores de História. Para sua elaboração pesquisamos em diversas fontes para incluir recomendações práticas de profissionais da saúde mental, ou seja, esse guia é uma compilação de questões indicadas em distintos documentos sobre o tema e que estão referenciados ao final dessa proposição didática.

Para explicitar a preocupação entre saúde mental e docência, a Dra. Luciana Mancini Bari, médica do Hospital Santa Mônica¹ disse que um dos principais desafios para os profissionais da educação é a sua saúde mental, já que a atividade docente é uma das profissões que mais exigem o trabalho mental. Se não forem bem manejados podem gerar grande desgaste que repercutem sobre a saúde física e emocional, afetando o desempenho profissional.

No guia de saúde mental promovido pela PUC digital do Paraná, é salientado que a escola precisa falar de saúde mental. Com a universalização da educação básica no Brasil, a escola se tornou o espaço em que crianças e adolescentes passam a maior parte de seus dias. É nesse ambiente que aprendem não somente matemática, português e biologia, mas também habilidades sociocomportamentais que levarão por toda a vida. Nesse sentido, a aprendizagem e o comportamento, não podem dissociar de saúde mental, que não deve ser vista como algo separado da saúde física, tanto para professores como para os estudantes. O guia segue dizendo que a prevenção e promoção da saúde mental estão previstas na Constituição Federal de 1988, que também considera a escola como um lugar propício para estas questões. Ainda, ela é mais acessível à comunidade do que serviços de saúde mental, além de ser considerado mais acolhedora por alunos e familiares para tratar estas questões. Destaca, ainda, que o acolhimento é essencial para vencer o estigma relacionado à saúde mental. A Lei de Diretrizes e Bases da Educação

¹ O Hospital Santa Mônica, fundado em 1969, é referência com um histórico de 55 anos cuidando de pacientes com transtornos mentais e dependência química.

Nacional diz que a saúde acontece por meio de educação, que deve disseminar informações corretas que empoderem o cidadão e a comunidade.

O guia da PUC digital do Paraná encerra dizendo que há um projeto de Lei em discussão no Congresso Nacional que propõe a criação de uma semana dedicada à saúde mental nas escolas de educação básica das redes pública e privadas. “Isso não quer dizer que ao falar sobre saúde mental na escola, a instituição de ensino se torne uma clínica terapêutica e o professor em psicólogo”. O principal papel dos educadores é abordar o assunto, compartilhar informações confiáveis e desconstruir estigmas.

Já no guia de saúde mental promovido pela Nova Escola, Rinaldo Voltoni, mestre em psicologia escolar e professor da Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo (USP), analisou e constatou que baixos salários, extensas cargas e estresse são pontos de agravamentos na saúde mental dos profissionais da educação, sem falar no declínio da autoridade. Além disso, ele explica que os professores estão sendo contestados constantemente pelos alunos e familiares, gerado tensão e quebra de relação de confiança, ocasionando crises na profissão.

No mesmo guia, o Dr. Gustavo Estanislau, psiquiatra, disse que “há sinais de alerta”, pessoas que não estão bem, apresentam intensos pontos de irritabilidade, que não é simples sua identificação, e quando não há suporte adequado, podem apresentar sintomas de Burnout, síndrome que combina exaustão extrema e desmotivação.

Outro profissional ouvido pelo guia da Nova Escola foi Alcinete França Pimenta, professora do 5º ano da Escola estadual Nossa Senhora das Graças (AM) diz que é importante a equipe pedagógica atentar à manifestação de mudança extrema de humor, como tristeza, impulsividade, isolamento, desânimo e apatia. Vale lembrar que o autocuidado é também saber reconhecer que precisa de apoio e orientação de um profissional. Cabe a gestão, em situação como essa diminuir as exigências.

O guia da Nova Escola salienta ainda que outro caminho é capacitação de saúde mental dentro das escolas. Gestores que conseguem detectar casos de docentes em sofrimento psíquico de forma proativa são fundamentais, devendo haver uma interação entre gestores, alunos, professores, funcionários e familiares, contribuindo para a construção de uma escola acolhedora.

O guia afirma ainda que a escola pode promover ações para ser realmente acolhedora e melhorar o ambiente escolar, como: rodas de conversas, programas de redução de estresse, eventos culturais, programas de mentoria, organização e planejamento, parcerias com a comunidade local e políticas de apoio psicológico. O

bem-estar de professores, sem dúvidas nenhuma, impacta a aprendizagem dos alunos. O bem-estar gera encorajamento.

É salientado, nesse material, que uma publicação da Universidade de Harvard (EUA), abordou a importância de proteger a saúde mental dos professores, que percebem a necessidade de promover o bem-estar de seus alunos, mas nem sempre se dão conta da relevância de cuidar da própria saúde mental.

A Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal (SEEDF) elaborou um guia para estimular o cuidado da saúde mental entre os servidores. O documento chamado janeiro branco: a vida pede equilíbrio foi elaborado pela Assessoria de Qualidade de Vida e Bem-Estar no Trabalho (ASQVT) como forma de divulgar a promoção de saúde mental.

O guia faz alusão à campanha Janeiro Branco, iniciada em 2014 para buscar chamar a atenção para a saúde mental das pessoas, janeiro é o mês escolhido para a conscientização sobre o tema, tendo em vista que no início do ano as pessoas têm a sensação de recomeço. A escolha da cor branca faz referência ao papel em branco, no qual se pode escrever uma nova história.

O documento também fala dos projetos desenvolvidos para qualidade de vida do servidor da SEEDF como plano de paz nas escolas, que busca auxiliar o professor e a comunidade escolar no enfrentamento às situações de violência. Tendo estas necessidades em vista, amparados por recomendações de especialistas elencamos algumas práticas saudáveis para uma melhor qualidade de vida para os professores de História, que chamamos de:

GUIA DE SAÚDE MENTAL PARA PROFESSORES DE HISTÓRIA

1) Alimentação também impacta o cérebro

A psiquiatria nutricional, uma área da ciência, tem defendido que uma boa rotina alimentar e seus efeitos têm motivado a saúde mental. Uma série de estudos confirmam impactos psíquicos positivos em dietas pobres em ultraprocessados e ricas em legumes, verduras e outros alimentos nutritivos. O que confirma a análise sobre o tema publicado por pesquisadores de diversos países na revista científica BMJ, que efeitos sugerem

explicações devido às substâncias consideradas nocivas para a saúde, aumentarem o estado de inflamação do organismo – “O que já foi associado a sintomas de depressão”. A matéria do jornal O Globo, diz que além disso, a alimentação é crucial para se manter uma microbiota equilibrada, expressão usada à população de microrganismos que vivem no intestino. “O papel dessa região do corpo na mente é cada vez mais compreendido, sendo chamado inclusive de ‘segundo cérebro’”. É nesta região do corpo, que entre outros motivos, é produzido 90% de toda a serotonina do corpo, um neurotransmissor que atua na mediação do humor.

2) Pause várias vezes ao dia

Tente fazer intervalos, de ao menos de 10 a 15 minutos para respirar, relaxar e alongar o corpo.

3) Estabeleça prioridades

Há sempre muita coisa a serem feitas todos os dias. Faça listas diárias, mas eleja prioridades. Manter a organização dá sensação de segurança e controle.

4) Organize sua rotina

Organizar melhor a rotina e estabelecer um cronograma com as atividades diárias é crucial, principalmente para os professores que têm que corrigir e planejar aulas. Saiba colocar um ponto final na sua rotina, avalia a psicóloga Debora Bicudo Faria, da UNICAMP.

5) Crie momentos de prazer

Ouçá música, veja um filme que goste, cante, dance, jogue com pessoas próximas, desenvolva uma habilidade nova, desfrute a natureza, crie momentos de prazer e tente torná-los tão importantes quanto tarefas diárias. Isso pode ser feito até mesmo com colegas de trabalho.

6) Respeite os próprios sentimentos

Acolher um sentimento ruim, de desânimo, frustração ou tristeza, faz parte da natureza humana. “O importante, é acolher, mas não alimentá-los”, salienta a psicóloga Débora da UNICAMP.

7) Compartilhe preocupações

Converse com os colegas de trabalho e compartilhe seus sentimentos. É uma maneira de perceber que não está sozinho diante das dificuldades. Se for algo pessoal, busque alguém de confiança. Não guarde tudo para si, “É fundamental conversar com quem acolhe sem julgamentos”, diz Alair de Carvalho Neves, psicóloga das Secretarias de Educação de Roncador e Moto Rido, do Paraná.

8) Reduza as cobranças

Identifique e respeite os seus limites, aprenda a dizer sim ou não, quando for necessário, é importante para manter a saúde mental. “Faça o seu melhor e não sinta culpas, porque não existe um modelo a ser seguido, diz a psicóloga Alair.

9) Coloque o sono em dia

Foi abordado também pelos especialistas entrevistados pelo Globo que devemos buscar manter uma rotina de sono regular, com pelo menos 7 horas de descanso por noite no caso de adultos. O descanso adequando é primordial, porque há processos fisiológicos de limpeza de substâncias tóxicas no cérebro que só acontecem pela noite. Além do mais, garantem no dia seguinte maior vitalidade para lidar com as questões cotidianas, como relacionadas ao trabalho, apertos financeiros e familiares. O psiquiatra Ricardo Patitucci, diretor clínico da Clínica Gávea, unidade especializada em saúde mental, no Rio de Janeiro, alerta que um dos primeiros sintomas de ansiedade e depressão é justamente a insônia.

10) Deixe o sedentarismo de lado

Para prevenir e combater o sofrimento mental é indispensável trabalhar o corpo. A prática estimula áreas do cérebro e a liberação de substâncias analgésicas, como endorfina e os endocanabinoides, que são moléculas produzidas pelo nosso próprio corpo. Os especialistas dizem que estas substâncias que atuam nos mesmos receptores que os canabinoides extraídos da planta cannabis. Além de induzir a produção de dopamina e serotonina, neurotransmissores que fazem a comunicação entre neurônios que ativam o cérebro promovendo uma sensação de prazer e bem-estar. O psicólogo Bruno Emerich, professor da faculdade São Leopoldo Mandic Araras, onde coordena uma especialização em saúde mental disse que temos muito conhecimento dos benefícios clínicos da atividade física, e corpo e mente não são separados, “cuidar de

um é cuidar de outro”. No geral, a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda um mínimo de 150 minutos de atividade física moderada ou 75 de exercício intenso. Porém, estudo desenvolvido pelo King’s College de Londres, no Reino Unido mostrou que movimentar-se por 15 minutos e 9 segundos ao dia já é suficiente para melhorar o bem-estar mental.

11. Volte à escola

Patitucci, um dos entrevistados pelo Globo diz que sempre é uma boa oportunidade para aprender uma nova atividade, pois estabelece conexões cerebrais, ocupar a rotina e ajudar a dar uma sensação de propósito importante para mentar a saúde mental. O especialista continua dizendo que com o passar do tempo temos a tendência de repetir as mesmas coisas, e o fato de aprender uma nova atividade, além de contribuir para a nossa saúde mental, também é um dos principais fatores de proteção para a demência.

12. Invista numa rede de suporte

Emerich, outro especialista entrevistado pelo jornal, diz que momentos de reflexões contribuem para reconhecer as pessoas que estão ao nosso redor e analisar as que formam uma ‘rede de suporte’. Isso contribui para cercar-se de pessoas que podem atuar como um apoio em momentos de sofrimento emocional, “há quem viva em grandes famílias, ou cercado de amigos, porém na hora da necessidade, não há alguém a quem recorrer”. O profissional de saúde concorda que quanto maior nossa rede de suporte com pessoas, maiores as relações de cuidados, que não precisa ser necessariamente parentes, mas também amigos.

13. Desconecte-se das redes

Outra mudança de hábito que pode entrar na lista para os professores de História é desconectar-se das redes sociais. Os especialistas esclarecem que a ‘vida perfeita’ exposta nas plataformas, não são reais, levando a uma comparação excessiva e criando padrões de beleza, felicidade e produtividade inalcançáveis. Desta maneira, ainda que não seja cancelar completamente as mídias, a recomendação é a redução do seu uso. Emerich afirma que o uso excessivo é prejudicial, pois na hora de atividades prazerosas não conseguimos nos desconectar de outras tarefas, sempre com o celular na mão, por exemplo.

14. Melhore as relações com os colegas

É importante que o corpo docente cumpra suas obrigações estabelecidas pela escola, fundamental na organização da demanda. Porém melhorar as relações com os colegas e manter uma boa comunicação pode diminuir a pressão e as cobranças acarretadas pela sobrecarga do trabalho.

15. Considere a terapia

Apesar das dicas dos especialistas serem boas estratégias para aumentar o bem-estar e prevenir o desenvolvimento de transtornos de saúde mental, eles reforçam que casos graves ou mais delicados podem demandar o acompanhamento de um profissional – “Ajuda que não deve ser estigmatizada”. Patitucci diz que as pessoas ainda têm a ideia de que só se deve procurar um psicólogo quando não estamos bem, mas a terapia contribui para o autoconhecimento e nos ajuda a lidar melhor com situações de crise. Não precisamos esperar a depressão ou ansiedade surgirem para irmos ao psicólogo. Emerich concorda com o colega, e acrescenta que o olhar mais atento da sociedade para o bem-estar psíquico tem ajudado a quebrar preconceitos.

REFERÊNCIAS CONSULTADAS

Guia estimula cuidado da saúde mental para servidores da educação. **www.educação.df.gov.br**. pdf. Acesso em 27.02.25

Hospital Santa Mônica. Como promover a saúde mental dos professores? Pdf. Acesso em 27.02.25

O GLOBO. Além das promessas. **Caderno de Saúde**. Página 9, Rio de Janeiro, RJ, quinta-feira, 02 de janeiro de 2025.

Pós-PUCPR-Digital-Pós-graduação Online com certificado PUCPR. Como falar de saúde mental na escola? **Um guia para educadores**. Acesso em 27.02.25.

Nova Escola. Guia de Saúde Mental para educadores. Edição Rosi Rico. Apoio Fundação Lemann. **ebook-guia-de-saude-mental-educacao-infantil1.pdf**. Acesso em 27.02.25.

_____. Saúde mental dos Professores. Edição Thaís Paiva. **ebook-ane-saude-mental-revisado-2.pdf**. Acesso em 27.02.25.