

Sofrimento psíquico de professores universitários durante a pandemia da Covid-19

Psychic suffering of university professors during the Covid-19 pandemic

Sufrimiento psíquico de los profesores universitarios durante la pandemia de Covid-19

Mariana Sergio Santos¹, Ana Isabel Sobral Bellemo^{1,2}.

RESUMO

Objetivo: Verificar a autopercepção dos professores universitários sobre sua saúde mental durante a pandemia da Covid-19. **Métodos:** Trata-se de uma pesquisa quantitativa exploratória, realizada através de questionários no Google Forms, no período de maio a julho de 2021. Os dados encontrados foram trabalhados no Excel e analisados no programa estatístico Epi info. **Resultados:** Participaram do estudo 85 professores universitários, em sua maioria mulheres (74,12%), apesar da incidência de apenas 5,88% de Burnout e de 17,6% de ansiedade a nível grave/moderado foi observado altos índices de exaustão emocional (65,88%) e baixos índices de realização pessoal (50%). **Conclusão:** Foi evidenciado que apesar dos instrumentos utilizados focarem na busca do Burnout e da Ansiedade, não foram encontrados resultados relevantes nessas esferas, porém, foi observado a prevalência de altos índices de exaustão emocional e desrealização pessoal corroborando com a literatura descrita e com a hipótese de um sofrimento psíquico existente diante da realidade vivida.

Palavras-chave: Burnout, Estresse ocupacional, Psiquiatria.

ABSTRACT

Objective: To verify the self-perception of university professors about their mental health during the pandemic of Covid-19. **Methods:** This is an exploratory quantitative research, carried out through questionnaires in Google Forms, in the period from May to July 2021. The data found were worked in Excel and analyzed in the statistical program Epi info. **Results:** The study included 85 university professors, most of them women (74.12%), despite the incidence of only 5.88% of Burnout and 17.6% of anxiety at a severe/moderate level, high rates of emotional exhaustion (65.88%) and low rates of personal accomplishment (50%) were observed. **Conclusion:** It was evidenced that despite the instruments used focusing on the search for Burnout and Anxiety, no relevant results were found in these spheres, however, the prevalence of high rates of emotional exhaustion and personal unfulfillment was observed, corroborating the literature described and the hypothesis of an existing psychic suffering in face of the reality experienced.

Key words: Burnout, Occupational stress, Psychiatry.

RESUMEN

Objetivo: Verificar la autopercepción de los profesores universitarios sobre su salud mental durante la pandemia de la Covid-19. **Métodos:** Se trata de una investigación cuantitativa exploratoria, realizada a través de cuestionarios en Google Forms, en el periodo de mayo a julio de 2021. Los datos encontrados se trabajaron en Excel y se analizaron en el programa estadístico Epi info. **Resultados:** El estudio incluyó a 85 profesores

¹ Centro Universitário Lusíada (UNILUS), Santos – SP.

² Universidade Metropolitana de Santos (UNIMES), Santos – SP.

universitários, em sua maioria mulheres (74,12%), a pesar de la incidencia de sólo el 5,88% de Burnout y el 17,6% de ansiedad a nivel severo/moderado, se observaron altas tasas de agotamiento emocional (65,88%) y bajas tasas de realización personal (50%). **Conclusión:** Se evidenció que, a pesar de los instrumentos utilizados enfocados a la búsqueda de Burnout y Ansiedad, no se encontraron resultados relevantes en estas esferas, sin embargo, se observó la prevalencia de altos índices de agotamiento emocional e insatisfacción personal corroborando la literatura descrita y la hipótesis de un sufrimiento psíquico existente frente a la realidad vivida.

Palabras clave: Burnout, Estrés laboral, Psiquiatría.

INTRODUÇÃO

O surto da COVID-19 na China, despertou à atenção mundial e foi reconhecida como uma pandemia pela Organização Mundial de Saúde (OMS) em 11 de março de 2020. No Brasil, o aparecimento da Covid-19 fez com que as autoridades declarassem emergência de saúde pública em 3 de fevereiro de 2020. Em março foi identificada pelo Ministério da Saúde (MS) a ocorrência de transmissão comunitária em todo país, diante disso, como medida estratégica para diminuir a transmissão do vírus, foram implementadas ações não farmacológicas que incluíram o distanciamento físico e a quarentena (CRODA J, et al., 2020).

Essas transformações ocorridas repercutiram em todas as esferas sociais, manifestando-se na economia, na política e na educação. Os relacionamentos foram modificados e um novo comportamento social emergiu, alterando as condutas, os tipos de aprendizagem e as relações interpessoais e, conseqüentemente, houve um reflexo nas estratégias de ensino (BARRETO ACF e ROCHA DS, 2020).

Em 2020, segundo a Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e a Cultura (UNESCO), foi o ano que ocorreu a maior quebra educacional da história, que levou, em seu auge, quase 1,6 bilhão de estudantes a se retirarem das salas de aula em mais de 190 países. Representando mais de 90% da população estudantil de todo mundo. Outro ponto importante, é que os profissionais da educação não estavam prontos para tal situação e não houve qualquer preparo para que eles trabalhassem com destreza no formato de Ensino a Distância (EaD) e precisaram inovar-se para atenderem as necessidades da crise sanitária (MONTEIRO BMM e SOUZA JC, 2020; BROILO L e BROILO NETO G, 2021).

Muitos profissionais começaram a trabalhar em tempo integral em suas próprias casas, em condição de trabalho remoto, teletrabalho ou *homeoffice*, expostos a situações de trabalhos improvisadas e expedientes exaustivos. Essa necessidade obrigou os professores a se adequarem inesperadamente a uma nova forma de ensino e ao ambiente virtual de trabalho, tendo que adaptar o próprio ambiente doméstico e dividir sua atenção entre as atividades familiares e profissionais (SOUZA KR, et al., 2021).

Considerando esse contexto, o expediente dentro dessa realidade de adaptação do trabalho ultrapassa em muito a carga horária negociada, e o docente acaba ficando a disposição nos três períodos, geralmente, para responder perguntas e tirar dúvidas pelo aplicativo *Whatsapp*. A docência em situação de pandemia é uma categoria cansada, preocupada e ansiosa, que deseja fazer o melhor, mesmo em meio as incertezas (SARAIVA K, et al., 2020).

O resultado dessa situação é um ambiente de trabalho desequilibrado que acarreta danos à saúde mental do professor. Dessa forma, é imprescindível que exista um equilíbrio e preservação da saúde do docente tanto no campo presencial como na modalidade remota, pois uma mente saudável possibilita que o indivíduo desenvolva suas atividades em melhores circunstâncias, e conseqüentemente, interaja positivamente em sociedade (ESFOGLIA G, 2019).

O trabalho docente, principalmente nas instituições de ensino superior, é caracterizado pela exposição a muitos fatores de origem psicossocial que podem gerar desequilíbrios e conseqüentemente, o desenvolvimento de uma fragilização orgânica, existencial e identitária tornando-se dessa forma um trabalho patogênico (LEMOS DVS, 2020). Além disso, ao longo dos anos o docente já vinha abdicando as suas horas

de descanso por conta de atividades fora da sala de aula, como planejamento, correção de atividades, orientações, organização de estratégias pedagógicas além de pesquisas e produção científica e nesse momento os impactos da adaptação imediata ao ensino remoto aumentaram ainda mais as horas de trabalho fazendo com que seus momentos de descanso ficassem cada vez menores (PONTES FR e ROSTAS MHSG, 2020)

Dessa forma, entender o impacto que a pandemia teve na saúde mental do docente é importante pois interfere diretamente no desempenho de sua profissão e conseqüentemente na formação de novos profissionais. Diante disso, o objetivo desse estudo foi verificar a autopercepção dos professores universitários sobre a sua saúde mental durante a pandemia da Covid-19.

MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa quantitativa exploratória transversal com a participação de professores universitários de instituições de ensino superior que foram selecionados aleatoriamente através de formulários eletrônico (*Google Forms*) após o aceite do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A coleta de dados foi feita após aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) do Centro Universitário Lusíada (UNILUS), CAAE: 45483021.8.0000.5436, 729/2021 e realizada no período de 13 de maio de 2021 a 13 de julho de 2021, por meio de três instrumentos: questionário de caracterização da amostra: Inventário de Maslach para Burnout (MBI) e Inventário de Beck para Ansiedade (BAI).

A análise dos dados foi feita através do programa Epi info 7.2.4.0, considerando os pontos de corte dos escores de cada instrumento. O MBI possui 3 subescalas Exaustão Emocional (E.E), Realização Pessoal (R.P) e Despersonalização (D.P), consideradas separadamente e não combinadas em uma única pontuação total, portanto, três pontuações são computadas para cada respondente. Os escores trazem pontuações diferenciadas para cada dimensão. Na dimensão de exaustão emocional, escores acima de 26 já pontuam índices preocupantes, enquanto na dimensão de despersonalização escores acima de 12 apontam índices elevados. Em contrapartida, é importante avaliar a dimensão da realização pessoal onde ocorre o sentido vetorial inverso as pontuações das outras dimensões, sendo considerado acima de 39 níveis baixos de realização. A análise das três dimensões caracteriza a Síndrome de Burnout (SB) (GONZAGA A e BARBOSA GA, 2009; ZANATTA AB e LUCCA SR, 2015).

O BAI, consiste em 21 itens, em forma de questionário Likert, cada pergunta descreve um sintoma de ansiedade, o participante é solicitado a avaliar esse sintoma, durante a semana anterior em uma escala de 4 pontos: absolutamente não; levemente; moderadamente e gravemente. Os itens são somados podendo ser obtida uma pontuação total que varia de 0 a 63 (LEE K, et al., 2018).

As variáveis categóricas nominais foram trabalhadas por meio de frequência e proporção, e as variáveis numéricas possíveis de serem trabalhadas com média e desvio padrão. Diante de frequências elevadas e relevantes ao estudo do sofrimento psíquico foi utilizado o teste de qui quadrado (Q^2). Adotou-se um nível de significância p menor ou igual a 0,05, para julgar as associações. As demais variáveis foram utilizadas para a categorização amostral, requerendo maior visibilidade em análises futuras.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da pesquisa 85 docentes, 74,12% (63) do sexo feminino e 25,88% (22) do masculino. Houve a prevalência de 41,18% (35) de indivíduos com idade entre 51 e 60 anos. Além disso, os participantes são prevalentemente casados 74,12% (63), sem filhos 55,29% (47), lecionam somente na cidade de Santos 72,94% (62) e a mais de 10 anos 80% (68), houve também a prevalência de uma carga horária semanal de menos de 40 horas, com uma média $4,65 \pm 2,11$ de turmas. Além disso, 68,24% (58) lecionam simultaneamente em aulas teóricas e campo de estágio.

Os professores em sua grande maioria 91,76% (78) não davam aula *online* antes da pandemia, além disso a amostra contou com 62,35% de participantes com mais de um vínculo empregatício. Uma informação

importante de ser evidenciada é que 64,71% (53) não estão, nem estiveram em algum acompanhamento de saúde mental e, 74,12% (63) não tiveram nenhum diagnóstico de sofrimento psíquico/emocional.

Tabela 1 - Frequência Absoluta de Ansiedade e Frequência Absoluta de SB.

Variáveis	Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulativa	Exact 95% LCL	Exact 95% UCL
Ansiedade					
Grave	5	5,88%	5,88%	1,94%	13,20%
Leve	12	14,12%	20,00%	7,51%	23,36%
Mínima	58	68,24%	88,24%	57,24%	77,92%
Moderada	10	11,76%	100,00%	5,79%	20,57%
Total	85	100,00%	100,00%	-	-
Burnout					
Sim	5	5,88%	5,88%	1,94%	13,20%
Não	80	94,12%	100,00%	86,80%	98,06%
Total	85	100,00%	100,00%	-	-

Legenda: **LCL:** Limites de Confiança mais baixos (Lower Confidence Limits); **ULC:** Limites de Confiança mais altos (Upper Confidence Limits).

Fonte: Santos MS e Bellemo AIS, 2022.

Na **Tabela 1**, a análise da frequência absoluta de ansiedade mostra que cerca de 17,6% (15) dos participantes do estudo se sentem ansiosos a nível grave ou moderado, havendo uma prevalência de 68,24% (58) de ansiedade mínima e 14,12% (12) de ansiedade leve. Considerando que o instrumento classifica a ansiedade leve como uma ansiedade construtiva.

Apesar da amostra total não apresentar uma frequência alta de ansiedade, outros dados apontam que na relação entre sexo existe uma prevalência maior nas mulheres com 22,22% (14) de ansiedade grave e moderada enquanto nos homens apenas 4,55% (1) apresentam esses mesmos níveis, o que vai ao encontro de ao estudo realizado por Costa CO, et al. (2019), onde mulheres tiveram uma prevalência maior de ansiedade, quando comparadas aos homens o sexo feminino alcançou 32,5%, enquanto o masculino, 21,3%. Portanto, fica evidente a correlação do sexo com o sofrimento psíquico, pois o estudo citado, assim como a amostra dessa pesquisa aponta que a ansiedade é um dos distúrbios mais prevalentes em mulheres do que em homens, e que ao longo da vida o sexo feminino é afetado aproximadamente duas vezes mais que o masculino (KESSLER RC, et al., 2012; GREGORY KD, et al., 2020).

Já em relação ao Burnout, apenas 5,88% (5) do número absoluto de participantes segundo análise das respostas do questionário de Maslach se identificam com a SB. Ressaltando que Burnout é uma condição gerada a partir do ambiente de trabalho, desencadeando desmotivação, sensação de ineficácia e níveis elevados de esgotamento. Os docentes podem ficar menos engajados e criativos em seu trabalho (DRAFAHL B, 2020).

Indivíduos que se expõe a ambientes estressores, muitas vezes compreendem claramente o que lhes afeta, pois estar vulnerável envolve o entendimento e a compreensão do próprio sujeito, o que o deixa mais suscetível a riscos e fatores relevante a preservação da sua integralidade, tanto física quanto psicológicas frente a um ambiente nocivo. Porém, existe uma negação e uma demora para a procura de ajuda ou mesmo um reconhecimento da situação e do impacto que isso pode causar em sua saúde (FERREIRA EC e PEZUK JA, 2021).

Em relação aos professores universitários, o ambiente e a prática docente fragilizam seus mecanismos de enfrentamento ao estresse, considerando que a carga de trabalho docente não é contínua, o que indica que podem apresentar níveis diferentes de estresse em épocas mais intensas do que outras e além disso, algumas manifestações do estresse estão envolvidas com sintomas inespecíficos de ansiedade e depressão, que quando somados ao efeito do cansaço constante levam a uma maior propensão ao Burnout (FADEL CB, et al., 2019; TEIXEIRA PC, 2020).

Outras informações obtidas neste estudo, quando relacionamos a SB e o sexo foi possível perceber que mesmo com um número pequeno de participantes com diagnóstico positivo para SB, ou seja, proporcionalmente entre homens 4,55% (1) e mulheres 6,35% (4) os resultados não indicam diferenças consideráveis da SB por sexo, corroborando com o estudo semelhante realizado no Paraná por Penachi E e Teixeira ES (2020), também com professores universitários, que mesmo com a amostra sendo composta por uma porcentagem maior de homens (58%) do que mulheres (42%), os resultados obtidos demonstraram que dos 13,04% (9) participantes, 55,56% (5) professoras e 44,44% (4) professores apresentaram diagnóstico compatível com a SB, indicando inexpressividade na correlação da SB e gênero.

Em contrapartida, o estudo realizado por Dallacosta FM (2014) também com professores universitários sugere que há uma maior predisposição das mulheres em desenvolver a síndrome, apesar de também não haver diferença significativa entre homens e mulheres quanto a presença de Burnout.

Ainda considerando a totalidade amostral do presente estudo, o questionário possui subescalas em sua composição, permitindo avaliar não somente a SB, mas também a EE, a RP e a DP como pode ser observado na **Tabela 2**.

Tabela 2 - Subescalas do questionário de Maslach.

Variáveis	Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulativa	Exact 95% LCL	Exact 95% UCL
Exaustão Emocional					
Alto	29	34,12%	34,12%	24,18%	45,20%
Baixo	29	34,12%	68,24%	24,18%	45,20%
Moderado	27	31,76%	100,00%	22,08%	42,76%
Total	85	100,00%	100,00%		
Realização Pessoal					
Alto	17	20,00%	20,00%	12,10%	30,08%
Baixo	42	49,41%	69,41%	38,39%	60,48%
Moderado	26	30,59%	100,00%	21,05%	41,53%
Total	85	100,00%	100,00%		
Despersonalização					
Alto	8	9,41%	9,41%	4,15%	17,71%
Baixo	70	82,35%	91,76%	72,57%	89,77%
Moderado	7	8,24%	100,00%	3,38%	16,23%
Total	85	100,00%	100,00%		

Legenda: **LCL:** Limites de Confiança mais baixos (Lower Confidence Limits); **ULC:** Limites de Confiança mais altos (Upper Confidence Limits).

Fonte: Santos MS e Bellemo AIS, 2022.

Na dimensão EE, considerando níveis moderado e alto, 65,88% (56) mostraram-se exaustos emocionalmente. Na dimensão RP, aproximadamente 50% (42) dos participantes apresentam baixa realização pessoal, e no caso da DP, apenas 9,41% (8) apresentam um índice alto de despersonalização. Assim como no estudo de Penachi E e Teixeira ES (2020) citado anteriormente onde dados obtidos para cada subescala também apresentaram índices elevados em EE e baixa RP. Outros dados importantes dessa mesma pesquisa, mostraram que apenas 26,09% (18) não apresentaram alteração em nenhuma das três dimensões avaliadas, e 37,68% (26) apresentaram alterações em pelo menos uma das dimensões e ainda 36,23% (25) em duas ou nas três dimensões do Burnout.

No presente estudo, apenas 4,70% (4) não tiveram alterações em nenhuma das subescalas avaliadas, seguido de 37,64% (32) que apresentaram alterações em apenas 1 dimensão, 47,05% (40) que apresentaram alterações em 2 dimensões, e 10,58% (9) com alterações nas 3 dimensões, mostrando resultados parecidos entre os estudos. Na **Tabela 3**, estão demonstrados os resultados da relação entre EE e RP.

Tabela 3 - Exaustão Emocional (EE) X Realização Pessoal (RP).

1. EE= Alto					
RP	Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulativa	Exact 95% LCL	Exact 95% UCL
Alto	7	24,14%	24,14%	10,30%	43,54%
Baixo	14	48,28%	72,41%	29,45%	67,47%
Moderado	8	27,59%	100,00%	12,73%	47,24%
Total	29	100,00%	100,00%	-	-
2. EE = Moderado					
RP	Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulativa	Exact 95% LCL	Exact 95% UCL
Alto	6	22,22%	22,22%	8,62%	42,26%
Baixo	10	37,04%	59,26%	19,40%	57,63%
Moderado	11	40,74%	100,00%	22,39%	61,20%
Total	27	100,00%	100,00%	-	-
3. EE = Baixo					
RP	Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulativa	Exact 95% LCL	Exact 95% UCL
Alto	4	13,79%	13,79%	3,89%	31,66%
Baixo	18	62,07%	75,86%	42,26%	79,31%
Moderado	7	24,14%	100,00%	10,30%	43,54%
Total	29	100,00%	100,00%	-	-

Legenda: **LCL:** Limites de Confiança mais baixos (Lower Confidence Limits); **UCL:** Limites de Confiança mais altos (Upper Confidence Limits). **Fonte:** Santos MS e Bellemo AIS, 2022.

De acordo com a relação feita entre as dimensões de EE e RP, pôde ser observado na primeira parte da tabela, 48,28% dos participantes, além de estarem exaustos emocionalmente, apresentam um índice baixo de realização pessoal, após a análise de χ^2 , fica comprovado a existência de uma correlação entre a variante EE alta e a RP baixa ($p \geq 0,05$). O que remete a existência de sofrimento entre os participantes. Já na segunda parte da tabela, 37,04% dos participantes que apresentaram EE moderada, possuem baixa RP. Na terceira parte da tabela, 62,02% dos participantes que apresentaram baixa EE, também apresentaram baixa RP.

É importante ressaltar que quando relacionado a dimensão DP com RP, é possível observar um viés no autoavaliação, pois, dos participantes que possuem altos índices de RP, 11,76% (17), ou seja, dois indivíduos, apresentaram um índice alto de DP, o que vai contra a relação inversamente proporcional estabelecida entre as duas dimensões, uma vez que é passível de ser questionado que o indivíduo não consiga estar realizado pessoalmente e despersonalizado ao mesmo tempo.

Outros dados encontrados no estudo, revelaram as relações entre a EE o sexo, estado civil e idade. Quando associamos EE com o sexo ($p \geq 0,003$), foi possível observar que existe uma elevada prevalência de EE entre as mulheres com 74,60% de frequência nesse índice, enquanto nos homens, apenas 40,91% apresentam níveis significativos.

Segundo Smith J (2019), as normas sociais e estruturais estabelecem que as mulheres desempenhem múltiplos papéis em casa, o que acaba limitando suas escolhas e conseqüentemente sobrecarregando ainda mais esse gênero. Embora a literatura sobre desigualdades de gênero em sofrimento psíquico no decorrer de pandemias seja limitada, o predomínio do gênero no contexto mencionado acima, são relacionadas a experiência de cansaço emocional e estresse, além do fato do aumento das responsabilidades e acúmulo de funções, que aumenta seus sentimentos de insatisfação e falta de autonomia principalmente quando tentam conciliar sua identidade com todos esses papéis impostos, aumentando os danos ao bem estar mental e estresse e elevando o risco de sofrimento psíquico (CONNOR J, et al., 2020).

Em um outro estudo realizado por Aparisi D, et al. (2019), que analisou o nível de estresse da docência e sua relação com a SB, os resultados também mostram que houve diferenças significativas na dimensão de E.E, quando relacionadas ao sexo, professoras revelaram maior exaustão emocional e menor realização profissional.

No estudo realizado por Hoffmann C, et al. (2017), ao buscarem analisar os indicadores críticos de adoecimento no trabalho segundo a percepção dos docentes, identificaram uma grande vulnerabilidade das mulheres ao esgotamento, reafirmando a distinção entre homens e mulheres quanto às percepções sobre o trabalho. Além disso, é importante mencionar que embora a sociedade tenha feito algumas modificações favoráveis em relação a participação das mulheres, culturalmente, todo o cuidado com a família ainda é referido como obrigação feminina, e isso pode ser entendido como um indicativo para a percepção de sobrecarga no trabalho, comprometimento pessoal e ainda danos de ordem física e social, evidenciando que o papel de gênero visto como um elemento que favorece o adoecimento dos docentes.

Já na relação entre EE com o estado civil, foi possível perceber que a frequência de EE alta, proporcionalmente é praticamente a mesma entre casados 30,16% (19) e solteiros 30% (3), já em separados a frequência é de 54,55% (6). Quando aplicado o χ^2 na frequência de E.E por estado civil, o resultado foi de $p \geq 0,104$, mostrando que essas variáveis não possuem correlação nesse estudo.

No artigo de Teixeira PC (2020), há uma tentativa de encontrar tendências que possam nortear uma relação de fatores determinantes de Burnout, entre eles tal estudo aponta que os indivíduos solteiros, em especial homens apresentam maior propensão a SB, e conseqüentemente a EE, quando comparados aos casados e divorciados, o que difere da presente amostra onde não houve correlações estatísticas relevantes entre o estado civil.

Quando associamos EE com a idade, houve uma prevalência de EE em docentes com idade superior a 60 anos, onde dos 9 participantes 55,56% (5) apresentaram alta EE. Nas outras faixas etárias, houve a prevalência de baixa EE, tanto na faixa de 41-50, com 40% (10), quanto na faixa de 51-60, com 37,14% (13). Já em relação as faixas etárias mais baixas, houve um valor semelhante de 28,57% (4) de baixa e moderada EE em participantes com idade entre 31-40, e em participantes 21-30, o valor semelhante foi entre alta e baixa EE com 50% (1), em cada índice.

Tabela 4 - Frequência de Exaustão Emocional (EE) e aula em Educação a Distância (EAD) antes da pandemia da Covid-19.

Participantes que Não lecionavam em aula EAD antes da pandemia					
EE	Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulativa	Exact 95% LCL	Exact 95% UCL
Alto	24	30,77%	30,77%	20,81%	42,24%
Baixo	27	34,62%	65,38%	24,20%	46,24%
Moderado	27	34,62%	100,00%	24,20%	46,24%
Total	78	100,00%	100,00%	-	-
Participantes que Lecionavam em aula EAD antes da pandemia					
EE	Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulativa	Exact 95% LCL	Exact 95% UCL
Alto	5	71,43%	71,43%	29,04%	96,33%
Baixo	2	28,57%	100,00%	3,67%	70,96%
Moderado	0	0,00%	100,00%	0,00%	40,96%
Total	7	100,00%	100,00%	-	-

Legenda: LCL: Limites de Confiança mais baixos (Lower Confidence Limits); ULC: Limites de Confiança mais altos (Upper Confidence Limits). **Fonte:** Santos MS e Bellemo AIS, 2022.

A Tabela 4, mostra que entre os docentes que já ministravam aula no formato EAD, 71,43% (5) já apresentavam alta EE, em contrapartida, dos docentes que não ministravam, apenas 30,77% (24) apresentaram alta EE. Outros dados encontrados no estudo, revelaram as relações entre RP o sexo, estado civil e idade. Na relação entre frequência de RP por sexo, os resultados mostraram que os homens com 54,55%, estão menos realizados pessoalmente que as mulheres com a porcentagem de 47,62%.

O estudo feito por Redondo-Flórez L, et al. (2020), analisou as diferenças de gênero nos fatores relacionados ao estresse em professores universitários, e encontrou, que os homens apresentaram valores mais baixos de exaustão emocional e estresse, valores mais elevados de RP percebido do que as mulheres,

o que difere da amostra desse estudo onde as mulheres estão mais exaustas emocionalmente, porém referem estar mais realizadas do que os homens.

Em relação a RP por estado civil, houve uma predominância de baixa RP em casados com 57,14% (36), seguido de 36,36% (4) separados com baixa RP e 36,36% (4) com alta RP, já os solteiros apresentaram uma prevalência de alta RP com 30% (3), corroborando com o estudo realizado por Gonçalves TB, et al. (2011), que ao associar a RP com o estado civil, observou que os solteiros apresentaram maiores níveis de RP do que os casados, sendo estatisticamente significativa ($p \geq 0,0097$), e constatou que os casados tem o risco duas vezes maior de baixa RP do que solteiros, o que pode ser explicado pelo fato de que, em geral, os solteiros possuem menos preocupações conjugais e familiares que os casados.

Quando relacionamos a RP com a idade, foi possível observar que nas faixas etárias mais altas, em geral, houve uma prevalência de baixa RP, com 66,67% (6) em participantes com mais de 60 anos, seguido de 42,86% (15) com idade entre 51-60, e ainda 60% (15) com idade entre 41-50. Na faixa etária de 31-40, houve uma prevalência de RP moderada com 57,14% (8), e na faixa de 20-30 com frequências semelhantes de RP baixa e moderada com 50% (1) para cada índice.

Além disso, houve uma prevalência tanto de EE alta, quanto baixa RP entre os docentes com mais de 60 anos, o que ressalta a hipótese de maior dificuldade no processo adaptativo ao ensino remoto. Segundo Cordeiro KMA (2020), docentes que antes tinham pouco contato com a tecnologia, precisaram começar a planejar suas aulas no formato *online*, e além de não estarem habituados, enfrentaram dificuldades para se encaixarem nesse novo universo de conexões, sendo obrigados a mudar suas atitudes para acompanhar essa novidade, além de outros obstáculos que surgiram que não eram comuns em aulas presenciais, como os problemas de conexão e a participação dos estudantes a distância.

Além disso, por mais que o uso da tecnologia no ensino seja estimulado, existem dificuldades como falta de treinamento, falta de apoio de um especialista em tecnologia e até mesmo uma infraestrutura adequada, que podem gerar ansiedade, angústia nos docentes levando ao estresse físico e mental relacionado ao uso da tecnologia (JOO YJ, et al., 2016).

Essas emoções negativas vivenciadas pelos professores, podem influenciar consideravelmente seu desempenho no processo de ensino e aprendizagem e conseqüentemente o desempenho dos alunos, principalmente para aqueles que possuem menos habilidades com a tecnologia, os problemas acabaram sendo intensificados pela pandemia (MOREIRA-FONTÁN E, et al., 2019; PANISOARA IO, et al., 2020).

Tabela 5 - Frequência de Realização Pessoal (RP) e aulas EAD antes da pandemia da Covid-19.

Participantes que Não lecionavam em formato EAD antes da pandemia					
RP	Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulativa	Exact 95% LCL	Exact 95% UCL
Alto	17	21,79%	21,79%	13,24%	32,59%
Baixo	38	48,72%	70,51%	37,23%	60,31%
Moderado	23	29,49%	100,00%	19,70%	40,89%
Total	78	100,00%	100,00%	-	-
Participantes Lecionavam formato EAD antes da pandemia					
RP	Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulativa	Exact 95% LCL	Exact 95% UCL
Alto	0	0,00%	0,00%	0,00%	40,96%
Baixo	4	57,14%	57,14%	18,41%	90,10%
Moderado	3	42,86%	100,00%	9,90%	81,59%
Total	7	100,00%	100,00%	-	-

Legenda: LCL: Limites de Confiança mais baixos (Lower Confidence Limits); ULC: Limites de Confiança mais altos (Upper Confidence Limits). **Fonte:** Santos MS e Bellemo AIS, 2022.

Do ponto de vista de RP entre os participantes, foi percebido uma baixa RP, tanto dos que lecionavam somente em aulas presenciais quanto os que já ministravam aulas no formato EAD, o que leva a discussão

do quanto esse trabalho se mostra satisfatório para esses profissionais, não sendo possível concluir que a pandemia e todo o processo adaptativo das aulas remotas foram fatores agravantes para a realização pessoal, uma vez que ambos os grupos de professores já se consideravam desrealizados pessoalmente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados mostraram baixos índices de adoecidos nos quadros de ansiedade e estresse ocupacional, contudo, fica claro a ideia de que durante a pandemia da Covid-19, a população estudada referiu altos índices de esgotamento emocional e desrealização pessoal, dando a percepção da existência do sofrimento emocional desses profissionais, o que não fugiu a realidade descrita na literatura. Além disso, é importante considerar que o sofrimento psíquico não é uma só patologia, e sim um conjunto de descompensações que provocam angústias, medo, infelicidade, frustrações e ansiedade, podendo dessa forma, inclusive impossibilitar o indivíduo de exercer suas atividades de uma maneira efetiva, o que vai ao encontro dos altos índices mencionados de desrealização pessoal. Por tanto, é importante que as instituições de ensino superior desenvolvam estratégias de prevenção, avaliando riscos organizacionais geradores de estresse para identificação e prevenção do sofrimento psíquico dos professores.

REFERÊNCIAS

1. APARISI D, et al. Stress, Burnout and Health in a Sample of Spanish Teachers. *Rua.ua.es, Advances in Higher Education*, 2019; 3(1): 1-11.
2. BARRETO ACF, ROCHA DS. Covid-19 e educação: resistências, desafios e (im) possibilidades. *Revista Encantar - Educação, Cultura e Sociedade*, 2020; 2: 01-11.
3. BROILO L, BROILO NETO G. Pandemia 2020 e a EaD: o impacto do Covid-19 no ensino brasileiro. *Revista ECCOM*, 2021; 12: 23.
4. CONNOR J, et al. Health risks and outcomes that disproportionately affect women during the Covid-19 pandemic: A review. *Social Science & Medicine*, 2020; 266: 113-364.
5. CORDEIRO KMA. O impacto da pandemia na educação: a utilização da tecnologia como ferramenta de ensino. *IDAAM*, 2020; 1-15.
6. COSTA CO, et al. Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 2019; 68(2): 92-100.
7. CRODA J, et al. COVID-19 in Brazil: advantages of a socialized unified health system and preparation to contain cases. *Revista da Sociedade Brasileira de Medicina Tropical*. 2020; 53: 1-6.
8. DALLACOSTA FM. Avaliação do nível de satisfação no trabalho e dos sintomas de Burnout em docentes da área da saúde. Tese (Doutorado) – Faculdade de Medicina. PUCRS, Porto Alegre, 2014.
9. DRAFAHL B. The Influences Burnout and Lack of Empowerment Have on Creativity in Nursing Faculty. *Nursing Education Perspectives*, 2020; 41(1): 33-36.
10. ESFOGLIA G. O teletrabalho e a lei nº 13.467/2017: As novas perspectivas com a implantação efetiva do teletrabalho a partir da reforma trabalhista. 2019, Monografia (Pós-graduação em Direito e Processo do Trabalho) - Sobratt (Org). Universidade Estácio de Sá, Foz do Iguaçu, 2019.
11. FADEL CB, et al. Processo de trabalho e disposição ao estresse entre docentes de ciências biológicas e da saúde. *Rev Fun Care Online*, 2019; 11(4): 843-848.
12. FERREIRA EC, PEZUK JA. Síndrome de Burnout: um olhar para o esgotamento profissional do docente universitário. *Revista da Avaliação da Educação Superior*, 2021; 26(2): 83-502.
13. GONÇALVES TB, et al. Prevalência de síndrome de Burnout em professores médicos de uma universidade pública em Belém do Pará. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, 2011; 9(2): 85-89.
14. GONZAGA A, BARBOSA GA. Características do Maslach Burnout Inventory- Mbi quando submetido a análise fatorial. *Rev. Discursividade*, 2009; 4: 1-12.
15. GRADELLA JÚNIOR O. Sofrimento psíquico e trabalho intelectual. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 2010; 13(1): 133-148.
16. GREGORY KD, et al. Screening for Anxiety in Adolescent and Adult Women: A Recommendation from the Women's Preventive Services Initiative. *Annals of Internal Medicine*, 2020; 173(1): 48-56.
17. HOFFMANN C, et al. Psicodinâmica do trabalho e riscos de adoecimento no magistério superior. *Estudos Avançados*, 2017; 31(91): 257-276.
18. JOO YJ, et al. The effects of secondary teachers' technostress on the intention to use technology in South Korea. *Computers & Education*, 2016; 95: 114-122.
19. KESSLER RC, et al. Twelve-month and lifetime prevalence and lifetime morbid risk of anxiety and mood disorders in the United States. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 2012; 21(3): 169-184.
20. LEE K, et al. Exploratory Factor Analysis of the Beck Anxiety Inventory and the Beck Depression Inventory-II in a Psychiatric Outpatient Population. *Journal of Korean Medical Science*, 2018; 33: 16.

21. LEMOS DVS. Precarização do trabalho docente nas federais e os impactos na saúde: o professor no seu limite. *Rev. Entre ideias*, 2014; 3(1): 95-109.
22. MONTEIRO BMM, SOUZA JC. Mental health and university teaching working conditions in the COVID 19 pandemic. *Research, Society and Development, Health Science*, 2020; 9: 1-16.
23. MOREIRA-FONTÁN E, et al. Teachers' ICT-related self-efficacy, job resources, and positive emotions: Their structural relations with autonomous motivation and work engagement. *Computers & Education*, 2019; 134: 63–77.
24. OLIVEIRA ASD, et al. Trabalho, produtividade e adoecimento dos docentes nas universidades públicas brasileiras. *Psicologia Escolar e Educacional*, 2017; 21(3): 609-619.
25. ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E A CULTURA (UNESCO). COVID-19: como a Coalizão Global de Educação da UNESCO está lidando com a maior interrupção da aprendizagem da história. 2020. Disponível em: <https://pt.unesco.org/news/covid-19-como-coalizacao-global-educacao-da-unesco-esta-lidando-com-maior-interrupcao-da>. Acessado: 13 de março de 2022.
26. PANISOARA IO, et al. Motivation and Continuance Intention towards Online Instruction among Teachers during the COVID-19 Pandemic: The Mediating Effect of Burnout and Technostress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2020; 17(21): 8002.
27. PENACHI E, TEIXEIRA ES. Ocorrência da síndrome de burnout em um grupo de professores universitários. *Educação (UFSM)*, 2020; 45(1): 9-119.
28. PONTES FR, ROSTAS MHSG. Precarização do trabalho do docente e adoecimento: COVID-19 e as transformações no mundo do trabalho, um recorte investigativo. *Revista Thema*, 2020; 18: 278-300.
29. REDONDO-FLÓREZ L, et al. Gender Differences in Stress- and Burnout-Related Factors of University Professors. *BioMed Research International*, 2020; 2020: 1-9.
30. SARAIVA K, et al. A educação em tempos de COVID-19: ensino remoto e exaustão docente. *Praxis Educativa*, 2020; 15: 1-24.
31. SMITH J. Overcoming the “tyranny of the urgent”: integrating gender into disease outbreak preparedness and response. *Gender & Development*, 2019; 27(2): 355-369.
32. SOUZA KR, et al. Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia. *Trabalho, Educação e Saúde*, 2021; 19: 1-19.
33. TEIXEIRA PC. Entre a docência e a investigação: Os professores universitários e o Burnout. (Dissertação de Mestrado em Economia e Gestão de Recursos Humanos). Repositorio-aberto.up.pt, 2020.
34. ZANATTA AB, LUCCA SR. Prevalence of Burnout syndrome in health professionals of an onco-hematological pediatric hospital. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 2015; 49(2): 253–258.