



Como ficou a saúde mental de docentes universitários durante a pandemia da Covid-19?

How was the mental health of university professors during the Covid-19 pandemic?

¿Cómo fue la salud mental de los docentes universitarios durante la pandemia del Covid-19?

Caio Fellype Dias Muniz¹, Naíze Nascimento de Carvalho¹, Aline Macedo Carvalho Freitas², Ana Luisa Patrão^{3,4}, Tânia Maria de Araújo², Paloma de Sousa Pinho¹.

RESUMO

Objetivo: Estimar a prevalência de fatores associados aos transtornos mentais comuns entre docentes de nível superior. **Métodos:** Estudo epidemiológico do tipo transversal, realizado em uma Universidade Pública Federal, entre agosto/outubro de 2020. Foram analisados dados do projeto “Trabalho docente e saúde em tempos de pandemia (COVID-19)” e identificadas características sociodemográficas, exposições ocupacionais e condições de saúde mental dos docentes. Utilizou-se para a coleta de dados o instrumento *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20), sendo realizadas análises bivariadas com teste qui-quadrado de Pearson e regressão logística bivariada. O estudo foi aprovado por Comitê de Ética em Pesquisa. **Resultados:** As mudanças abruptas nas rotinas diárias e de trabalho decorrentes da pandemia interferiram no estado emocional dos docentes. O modelo ajustado apontou associação entre os transtornos mentais comuns e ter menos de seis horas de sono por dia, usar remédio para ansiedade, depressão, insônia e estresse durante a pandemia e ter a sensação frequente de ter que escolher a quem frustrar ou decepcionar. A prática das atividades regulares de lazer mostrou-se como fator de proteção para o adoecimento mental. **Conclusão:** Fica evidente que a realidade de trabalho remoto associado ao contexto de pandemia da Covid-19 trouxe significativas alterações para a rotina e condições emocionais dos docentes.

Palavras-chave: Saúde do trabalhador, COVID-19, Docentes do ensino superior, Saúde mental.

ABSTRACT

Objective: To estimate the prevalence of factors associated with common mental disorders among university professors. **Methods:** Cross-sectional epidemiological study, carried out at a Federal Public University, between August/October 2020. Data from the project “Teaching work and health in times of pandemic (COVID-19)” were analyzed and sociodemographic characteristics, occupational exposures and teachers' mental health conditions. The *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20) instrument was used for data collection, and

¹ Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB), Santo Antônio de Jesus - BA.

² Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS), Feira de Santana - BA.

³ Centro de Psicologia da Universidade do Porto (CPUP), Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto. Porto - Portugal.

⁴ Instituto de Saúde Coletiva, Universidade Federal da Bahia (UFBA), Salvador – BA.

bivariate analyzes were performed with Pearson's chi-square test and bivariate logistic regression. The study was approved by the Research Ethics Committee. **Results:** Abrupt changes in daily and work routines resulting from the pandemic interfered with the emotional state of teachers. The adjusted model showed an association between common mental disorders and having less than six hours of sleep a day, using medication for anxiety, depression, insomnia and stress during the pandemic and having the frequent feeling of having to choose who to frustrate or disappoint. The practice of regular leisure activities proved to be a protective factor against mental illness. **Conclusion:** It is evident that the reality of remote work associated with the context of the Covid-19 pandemic brought significant changes to the routine and emotional conditions of teachers.

Keywords: Worker's health, COVID-19, Teachers, Mental health.

RESUMEN

Objetivo: Estimar la prevalencia de factores asociados a trastornos mentales comunes entre profesores universitarios. **Métodos:** Estudio epidemiológico transversal, realizado en una Universidad Pública Federal, entre agosto/octubre de 2020. Se analizaron datos del proyecto "Enseñanza del trabajo y la salud en tiempos de pandemia (COVID-19)" y características sociodemográficas, exposiciones ocupacionales y condiciones de salud mental de los docentes. Para la recolección de datos se utilizó el instrumento Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20), y se realizaron análisis bivariados con la prueba de chi-cuadrado de Pearson y regresión logística bivariada. El estudio fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación. **Resultados:** Los cambios bruscos en las rutinas diarias y laborales producto de la pandemia interfirieron en el estado emocional de los docentes. El modelo ajustado mostró una asociación entre los trastornos mentales comunes y tener menos de seis horas de sueño al día, usar medicamentos para la ansiedad, la depresión, el insomnio y el estrés durante la pandemia y tener la sensación frecuente de tener que elegir a quién frustrar o decepcionar. La práctica de actividades regulares de ocio demostró ser un factor protector frente a la enfermedad mental. **Conclusión:** Se evidencia que la realidad del trabajo a distancia asociada al contexto de la pandemia de la Covid-19 trajo cambios significativos en la rutina y condiciones emocionales de los docentes.

Palabras clave: Salud del trabajador, COVID-19, Profesores de educación superior, Salud mental.

INTRODUÇÃO

A rápida velocidade de propagação da COVID-19 causada pelo vírus SARS-CoV-2 fez com que a Organização Mundial de Saúde declarasse, em março de 2020, o início de uma pandemia (WHO, 2020). Esse foi um marco histórico e trouxe mundialmente mudanças drásticas, em todos os aspectos da vida social, econômica, política e educacional (BRITO SBP, et al., 2020).

Dentre as primeiras medidas adotadas para reduzir a disseminação do vírus, incluiu-se o fechamento das instituições de ensino públicas e particulares em todo o país. Como forma de promover a continuidade do ensino, o Ministério da Educação do Brasil autorizou, através da Portaria nº 544/2020, que as disciplinas presenciais do ensino superior integrante do sistema federal de ensino pudessem ser substituídas por aulas remotas, enquanto durasse a situação da pandemia do novo coronavírus (BRASIL, 2020).

Para a perspectiva educacional, os impactos desta transição foram intensos, empregando aos professores/as diferentes desafios, frente à abrupta necessidade de adaptação às novas dinâmicas e métodos de trabalho (BERNARDO KAS, et al., 2020; SOUZA KR, et al., 2021; PINHO PS, et al., 2021).

Historicamente, a universalização da educação custou sobrecarga para docentes e precarização da educação pública. Tendo em conta que o trabalho é um determinante social de saúde, pode-se depreender que tal processo pode levar ao adoecimento físico e psíquico de docentes. No entanto, mesmo com essa fragilidade evidente, os estudos científicos e as políticas públicas voltadas para a saúde docente ainda são insuficientes para promover melhorias significativas nas condições de trabalho (CORTEZ PA, et al., 2017).

Os problemas na saúde docente envolvem principalmente aspectos psicossomáticos, como o estresse, ansiedade, alterações do sono, cefaleia, problemas vocais e aspectos osteomusculares. Consta-se que esse adoecimento é em muito decorrente das condições de trabalho, marcadas por precarização, sobrecarga e insegurança (ARAÚJO LMN, et al., 2016; CORTEZ PA, et al., 2017; FREITAS AMC, et al., 2021; OLIVEIRA ASD, et al., 2017). Considerando-se o impacto social atribuído ao trabalho docente universitário, torna-se de grande relevância a realização de estudos que busquem dar maior atenção a essa população.

No contexto de pandemia, dois desafios principais se descortinaram em diversos outros: (1) Lidar com a ameaça de adoecimento e mortes e (2) Lidar com um novo modo de vida de acordo com as medidas necessárias para frear a disseminação do vírus (LOIOLA F, et al., 2021; DINIZ N, 2020). Para professoras/es, em especial, suas casas se tornaram ambiente comum de trabalho, lazer, refúgio e descanso, a ao mesmo tempo representavam “prisões”, pois permanecer em casa não era uma livre escolha, mas, uma medida de proteção e, em certo nível, uma obrigação para aquelas/es que se preocupavam com a vida (LOIOLA F, et al., 2021; OLIVEIRA AL, 2020).

Se a saúde docente já se encontrava em situação delicada antes dos eventos associados à pandemia, nestas condições, torna-se ainda mais preocupante. Além dos desafios inerentes ao trabalho remoto, com novas ferramentas e metodologias impostas repentinamente, muitas/os professoras/es vivenciaram o aumento dos afazeres domésticos associado à carga horária laboral, pois precisaram desempenhar papel de pais, cuidadoras/es, pedagogas/os e recreadoras/es (BERNARDO KAS, et al., 2020; SOUZA KR, et al., 2021; PINHO OS, et al., 2021; OLIVEIRA AL, 2020; GOMES NP, et al., 2021; PALUDO EF, 2020; MENDES DC, et al., 2020). Inevitavelmente, o aumento de demandas associado à crise sanitária e socioeconômica tiveram implicações na saúde mental das/os docentes (CORTEZ PA, et al., 2017; DINIZ N, 2020; GOMES NP, et al., 2021).

Considerando-se a relevância desses/as trabalhadores/as no contexto da educação superior pública e as questões que permeiam seu exercício profissional, aliadas às novas nuances e desafios impostos pela pandemia da COVID-19, surgiu o interesse em conhecer os fatores associados aos transtornos mentais comuns (TMC) entre os docentes e a seguinte questão de pesquisa: Quais são os fatores associados aos TMC e a prevalência em docentes de nível superior no sistema público? Esta pesquisa objetivou estimar a prevalência e os fatores associados aos TMC entre docentes de uma universidade pública.

MÉTODOS

Estudo de corte transversal, de caráter exploratório, recorte do projeto de pesquisa interinstitucional “Trabalho Docente e Saúde em Tempos de Pandemia (Covid-19)”, realizado por uma universidade pública federal e outra estadual, em parceria com as associações de professores do Recôncavo da Bahia, Brasil.

A população do estudo foram os/as docentes da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB), Brasil. A UFRB possui um total de 848 docentes universitários, divididos em centros de ensino: 122 (14,4%) nas Artes, Humanidades e Letras, 162 (19,1%) nas Ciências Agrárias, Ambientais e Biológicas, 164 (19,3%) nas Ciências da Saúde, 82 (9,6%) no Centro de Cultura, Linguagens e Tecnologias Aplicadas, 122 (14,4%) nas Ciências Exatas e Tecnológicas, 67 (7,9%) no Centro de Ciência e Tecnologia em Energia e Sustentabilidade e 129 (15,3%) no Centro de Formação de Professores.

A amostra foi selecionada por conveniência, totalizando 403 docentes cadastrados nas bases de registros da Associação de Professores Universitários do Recôncavo da Bahia (APUR). Como critérios de inclusão considerou-se: ser docente ativo em suas funções de trabalho na universidade pesquisada, estar cadastrado na lista de e-mails institucionais (UFRB e APUR) ou na página do Instagram do sindicato (@apursindicato) que consta cerca de 102 seguidores e de outras redes sociais (Facebook e WhatsApp), contudo os/as professores/as só podiam responder ao questionário uma única vez.

A coleta de dados foi realizada entre os meses de agosto a outubro de 2020, utilizando-se o método de pesquisa de *websurvey*, com formulário estruturado do *google forms*. Ao final da coleta dos dados foram recebidos 403 formulários. Destes, 31 foram excluídos: 24 por repetições (sendo considerado apenas uma

versão) e 7 por recusa de participação. Assim, os dados apresentados neste estudo referem-se a respostas válidas de 372 professores/as.

O formulário incluiu cinco blocos de questões: características sociodemográficas e do trabalho em geral (bloco I); características do TR docente no contexto da pandemia da Covid-19 (bloco II); trabalho em casa, atividades domésticas/cuidado da família e medidas de distanciamento social (bloco III); situação de saúde docente (bloco IV); e hábitos de vida e rotina do sono durante a pandemia (bloco V). E o *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20) para avaliação dos Transtornos Mentais Comuns.

O SRQ-20 é um instrumento para rastreamento (não diagnóstico) de transtornos mentais não-psicóticos, desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde (OMS) (MARI JJ e WILLIAMS P, 1968). As respostas são dicotômicas (sim ou não). O escore final é resultado do somatório da quantidade de respostas afirmativas.

De acordo com os escores obtidos, analisa-se a probabilidade de presença de transtorno não-psicótico, sendo 0 nenhuma probabilidade e 20 extrema probabilidade (GONÇALVES DM, et al., 2008). O ponto de corte utilizado para suspeição dos TMC foram respostas positivas de cinco ou mais pontos para homens e sete ou mais para as mulheres (SANTOS KOB, et al., 2010).

O processamento dos dados foi realizado no programa estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 23.0 e Statistics Data Analysis (Stata), versão 17.

Foi feita com a análise exploratória e bivariadas das associações brutas dos dados. Foram estimadas as prevalências de TMC, as razões de prevalências e seus respectivos intervalos de confiança de 95%. Na análise de regressão logística múltipla (ARLM) utilizou-se o procedimento *backward* na ARLM para seleção do melhor modelo, sendo adotada significância estatística de 5% ($p \leq 0,05$).

A realização do modelo *backward* considera todas as potenciais variáveis para o modelo inicialmente, testando posteriormente a permanência de cada uma no modelo, removendo o termo menos significativo para cada etapa. Se em uma determinada etapa não houver eliminação de alguma variável, o processo é então interrompido e as variáveis restantes definem o modelo final.

A variável de pior desempenho a cada etapa é eliminada, comparando-se o modelo completo com o modelo reduzido, pela retirada de tal variável (HOSMER D e LEMESHOW S, 2020). A análise de regressão de Poisson com variância robusta foi utilizada para obter as estimativas da razão de prevalência. A qualidade do ajuste do modelo final foi verificada por meio do teste de Hosmer-Lemeshow e a área sobre a curva característica de operação do receptor (ROC).

O estudo seguiu a resolução do Conselho Nacional de Saúde 466/2012, sendo aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) sob o número do parecer 4.187.816 e CAAE 32004620.8.1001.0056. Os docentes foram informados sobre os objetivos da pesquisa, a instituição responsável e o caráter voluntário, com sigilo das informações obtidas em todas as etapas. Ao aceitarem participar da pesquisa, antes de receberem os questionários, todos/as os/as participantes leram e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

RESULTADOS

A **Tabela 1** apresenta a distribuição dos/as docentes de acordo com as variáveis sociodemográficas e ocupacionais, representados por 58,9% das mulheres. A faixa etária de idade variou de 27 e 71 anos, com maior distribuição entre os/as professores/as com 42 a 59 anos (49,6%).

Com relação a cor autorreferida, as proporções da cor branca (44,9%) e da cor parda (41,2%) foram bem semelhantes. Os/as docentes, em sua maioria, são casados/as ou com união estável (62,6%). A maior parte dos/as docentes possuem doutorado (50,3%), vínculo efetivo (99,2%) e são da classe de professor adjunto (57,5%) (**Tabela 1**).

Tabela 1 - Caracterização dos/as docentes da Universidade, segundo características sociodemográficas e ocupacionais, Bahia, 2020.

Características sociodemográficas e ocupacionais	n	%
Gênero (372)		
Homem	146	39,3
Mulher	219	58,9
Mulher trans	02	0,5
Pessoa não binária	02	0,5
Prefere não informar	03	0,8
Idade (372)		
45 anos ou mais	148	39,8
Até 44 anos	224	60,2
Cor da pele (372)		
Branca	167	44,9
Parda	153	41,2
Amarela	05	1,3
Preta	45	12,1
Origem indígena	02	0,5
Titulação máxima (372)		
Pós-doutorado	99	26,6
Doutorado	187	50,3
Mestrado	75	20,2
Especialização	09	2,4
Graduação	02	0,5
Situação conjugal (372)		
Solteiro	106	28,5
Casado/ União consensual/estável	233	62,6
Viúvo/divorciado/separado/desquitado	33	8,9
Vínculo com a UFRB (372)		
Efetivo	369	99,2
Visitante	03	0,8
Classe como professor (372)		
Adjunto	214	57,5
Associado	76	20,5
Assistente	61	16,4
Auxiliar	15	4,0
Titular	06	1,6

Fonte: Muniz CFD, et al., 2023.

Parte expressiva dos/as professores/as (97,0%) encontrava-se em teletrabalho, com maior carga de trabalho. Desses, 58,8% não se sentia totalmente preparada para as demandas do trabalho remoto, tiveram que aprender a utilizar novas ferramentas, e tem se sentido mais mal humorado/a, impaciente ou irritado/a, e 32,6% associam esse estado emocional à nova realidade de trabalho (**Tabela 2**).

Tabela 2 - Características do trabalho remoto dos/as docentes da Universidade, Bahia, 2020.

Características	n	%
Tem realizado atividades de teletrabalho (atividade remotas) no contexto de pandemia (n=372)		
Não	11	3,0
Sim	361	97,0
Desde que as aulas presenciais foram suspensas, houve mudança no tempo/ carga horária que você dedica semanalmente ao trabalho? (n=369)		
Não, continuei mantendo o MESMO tempo/ carga horária semanal.	80	21,7
Sim, houve mudança. Eu estou dedicando tempo/ carga horária MENOR .	72	19,5
Sim, houve mudança. Eu estou dedicando tempo/carga horária MAIOR .	217	58,8
Com relação às novas demandas de atividades remotas, como você se sente? (n=371)		
Sente-se despreparado/a para lidar com as demandas no tempo em que isto é exigido.	116	31,2
Sente-se parcialmente preparado/a para lidar com as demandas, mas dispõe de recursos.	221	59,6
Sente-se preparado/a para atender às demandas.	34	9,1
Você considera que estava preparado para utilizar as ferramentas tecnológicas escolhidas para o trabalho remoto? (n=371)		
Não, nunca tinha usado nenhuma das ferramentas escolhidas	95	25,6
Eu tinha algum conhecimento sobre essas ferramentas	244	65,8
Eu já tinha usado essas ferramentas e estava capacitado/a	32	8,6
Você tem sentido que está mais mal humorado/a, impaciente ou irritado/a durante do distanciamento social? (n=372)		
Não	136	36,6
Sim	236	63,4
Você acha que há relação entre o mau humor, impaciência ou irritabilidade com o trabalho executado em casa? (n=372)		
Não	92	24,7
Sim	121	32,6
Não sabe	85	22,8
Não estou realizando teletrabalho	08	2,2
Não estou me sentindo mal humorado/a, impaciente ou irritado/a	66	17,7

Fonte: Muniz CFD, et al., 2023.

Os indicativos de TMC foram encontrados em quase metade dos/as professores/as (44,6%). Dentre estes, foram afetadas 72,9% das mulheres, 25,3% dos homens e 1,8% dos/as professores/as binário ou que preferiram não informar o gênero. A **Tabela 3** apresenta os cruzamentos entre o TMC e variáveis sociodemográficas e hábitos de vida entre os docentes da UFRB. Cabe destacar que as mulheres apresentaram maior prevalência quando comparadas aos homens (54,8% x 28,8%).

No quesito hábitos de vida, tanto aqueles que não praticavam atividade física quanto aqueles que não praticavam atividades regulares de lazer apresentaram maiores porcentagens de TMC (53,1% e 64,4, respectivamente). Aqueles que possuíam menos de seis horas de sono por noite apresentou quase o dobro de TMC do que o grupo de docentes que dormia mais de seis horas (79,0% contra 37,7%) (**Tabela 3**).

Tabela 3 - Prevalência dos Transtornos Mentais Comuns por características sociodemográficas, hábitos de vida em docentes da Universidade, Bahia, 2020.

Variáveis	TMC presente		Valor de p*
	n	%	
Gênero¹ (n=367)			0,000
Homem	42	28,8	
Mulher	121	54,8	
Idade (n=372)			0,993
45 anos ou mais	66	44,6	
Até 44 anos	100	44,6	
Situação conjugal (n=372)			0,003
Sem relação conjugal	76	54,7	
Em relação conjugal	90	38,6	
Cor da pele (n=372)			0,116
Preta	25	55,6	
Não preta	141	43,1	
Prática de atividade física (n=372)			0,001
Sim	64	35,6	
Não	102	53,1	
Atividades regulares de lazer (n=372)			0,000
Sim	52	26,7	
Não	114	64,4	
Hábito de fumar mais do que de costume durante a pandemia (n=20)²			0,613
Sim	11	78,6	
Não	4	66,7	
Maior uso de bebidas alcoólicas do que de costume durante a pandemia (n=235)³			0,017
Sim	43	57,3	
Não	65	40,6	
Dedicação de momentos do dia para o descanso (n=372)			0,000
Sim	86	35,2	
Não	80	62,5	
Seis horas ou mais de sono (n=372)			0,000
Sim	117	37,7	
Não	49	79,0	
Uso de medicamento para ansiedade para lidar com o trabalho (n=84)⁴			0,005
Sim	30	85,7	
Não	28	57,1	
Estar mais mal humorado e atribuir isso ao trabalho (n=213)⁵			0,000
Sim	74	61,2	
Não	22	23,9	

Fonte: Muniz CFD, et al., 2023. *Qui-quadrado de Pearson ou Teste Exato de Fisher.

Notas: ¹ Para dividir gênero em dois grupos foram desprezadas as respostas “pessoa não binária” e “optou por não informar” por possuírem n muito pequeno e não se enquadrarem conceitualmente nos grupos com maiores n. Mulheres cis, trans e travestis ficaram no mesmo grupo, denominado “mulheres”, e homens cis e trans foram agrupados em “homens”. ² n considerando apenas as pessoas que fazem uso de cigarro (tabagistas). ³ n considerando apenas as pessoas que fazem o uso de bebida alcoólica (etilistas). ⁴ n considerando apenas as pessoas que fazem uso de medicamentos. ⁵ n considerando apenas as pessoas que referem estar mais mal humoradas durante a pandemia.

Os cruzamentos entre as características do trabalho remoto e a presença de TMC entre os/as docentes pesquisados estão expostos na Tabela 04. Vale destacar que dentre os docentes que relataram dificuldades para realizar atividades domésticas e do trabalho a prevalência de TMC foi de 51,6% e dentre os que afirmaram piora significativa da rotina de sono foi de 64,6%. Uso de medicamentos para tratar ansiedade, depressão, insônia ou estresse após a pandemia e sensação frequente de ter que escolher a quem frustrar ou decepcionar também foram variáveis expressivas, com prevalências de 80,0% e 79,7% de TMC, respectivamente (**Tabela 4**).

Tabela 4 - Prevalência de Transtornos Mentais Comuns por características do trabalho remoto em docentes da Universidade, Bahia, 2020.

Variáveis	TMC presente		Valor de p*
	n	%	
Dificuldades para realizar atividades domésticas e do trabalho (n=372)			0,000
Sim	157	51,6	
Não	9	13,2	
Maior carga horária de trabalho após a pandemia (n=369)			0,472
Sim	101	46,5	
Não	65	42,8	
Piora significativa da rotina de sono (n=372)			0,000
Sim	82	64,6	
Não	84	34,3	
Uso de medicamentos para tratar ansiedade, depressão, insônia ou estresse após a pandemia (n=372)			0,000
Sim	48	80,0	
Não	118	37,8	
Sensação frequente de ter que escolher a quem frustrar ou decepcionar. (n=372)			0,000
Sim	102	79,7	
Não	64	26,2	
O tempo de trabalho invade o tempo para cuidar de si mesmo (n=367)			0,000
Sim	122	57,0	
Não	43	28,1	
O tempo de trabalho invade o tempo de sono (n=360)			0,000
Sim	97	58,8	
Não	64	32,8	
Não se sentir capacitado e precisar de ajuda com as ferramentas tecnológicas para o ensino remoto (n=371)			0,014
Sim	36	59,0	
Não	130	41,9	

*Qui-quadrado de Pearson ou Teste Exato de Fisher. **Fonte:** Muniz CFD, et al., 2023.

Observando apenas o qui-quadrado de Pearson, as variáveis que apresentaram diferenças estatisticamente significantes foram: gênero; situação conjugal; prática de atividade física; atividades regulares de lazer; fazer maior uso de bebidas alcoólicas do que de costume durante a pandemia; dedicação de momentos do dia para o descanso; seis horas ou mais de sono; uso medicamento para ansiedade para lidar com o trabalho; estar mais mal humorado e atribuir isso ao trabalho; dificuldade em dar conta das atividades domésticas e do trabalho; piora significativa da rotina de sono; uso de remédios para tratar ansiedade, depressão ou estresse após a pandemia; sensação frequente de ter que escolher a quem frustrar ou decepcionar; o tempo de trabalho invadir o tempo para cuidar de si mesmo; o tempo de trabalho invadir o tempo de sono; não se sentir capacitado e precisar de ajuda com as ferramentas tecnológicas para o ensino remoto.

Após ajustes da regressão logística, segundo método *backward: RL* permaneceram associadas aos TMC as variáveis praticar atividades regulares de lazer, ter menos de 6 horas de sono por dia, usar remédio para ansiedade, depressão, insônia ou estresse após início da pandemia e ter a sensação frequente de ter que escolher a quem frustrar ou decepcionar. Para a prática de atividades de lazer, a relação foi de proteção, diferente das demais (**Tabela 5**).

Tabela 5 - Modelo final das variáveis associadas aos Transtornos Mentais Comuns entre docentes da Universidade, Bahia, 2020.

Variável	OR (IC95%)	Valor de p
Praticar atividades regulares de lazer.	0,29 (0,17-0,50)	<0,001
Menos de 6 horas de sono por dia.	3,59 (1,67-7,69)	0,001
Uso de medicamentos para tratar ansiedade, depressão, insônia ou estresse após a pandemia.	4,44 (2,01-9,78)	<0,001
Sensação frequente de ter que escolher a quem frustrar ou decepcionar.	7,40 (4,22-12,99)	<0,001

Nota: OR: *odds ratio*; IC: intervalo de confiança

Fonte: Muniz CFD, et al., 2023.

DISCUSSÃO

Questões relacionadas à sobrecarga causada pelo acúmulo de trabalho e atividades domésticas e a adaptação às novas ferramentas tecnológicas necessárias ao ensino remoto causaram sensação de despreparo, impotência e geravam autocobrança excessiva para os/as professores/as, o que resultava em adoecimento mental (OLIVEIRA AL, 2020; GOMES NP, et al., 2021; PALUDO EF, 2020; BROOKS SK, et al., 2020). Diante destes achados, foram selecionadas variáveis referentes aos temas para serem cruzadas com a presença de TMC dentre os professores da UFRB.

Verificou-se que menos de 6 horas de sono por dia, usar remédio para ansiedade, depressão, insônia ou estresse durante a pandemia e ter a sensação frequente de ter que escolher a quem frustrar ou decepcionar associou-se a TMC. Adicionalmente, a prática de atividades regulares de lazer apresentou-se como proteção para o adoecimento mental.

O trabalho remoto, ao eliminar as barreiras existentes entre os ambientes laboral e familiar, ampliou o tempo e diminuiu os limites impostos para a realização das demandas profissionais e das tarefas domésticas, que passaram a ser realizadas de modo quase ininterruptos e integral dentro de casa, em horários não diurnos e fins de semana, o que provocou demasiadas alterações e refletiu negativamente na saúde, tanto física quanto mental, dos/as docentes. Os achados deste estudo são bastante semelhantes àqueles encontrados por outro realizado com docentes atuantes na rede de ensino particular da Bahia (PINHO OS, et al., 2021). Ademais, tal panorama repete-se também a nível nacional, denotando a ampla e disseminada problemática (BERNARDO KAS, et al., 2020; OLIVEIRA DA e PEREIRA JUNIOR EA, 2021).

A falta de domínio/experiência com o manuseio das ferramentas utilizadas no trabalho remoto, associada ao contexto de aumento da carga horária dedicada ao trabalho, remunerado e doméstico, autocobrança e pressão pelas instituições empregadoras repercutem em um maior risco para o desenvolvimento do sofrimento psicoemocional, que pode agravar e evoluir para um adoecimento mental (GOMES NP, et al., 2021). Todos esses fatores foram evidenciados nos resultados desta pesquisa, culminando num quantitativo de 44,6% dos/as docentes analisados apresentando indicativo de TMC. Essa tendência já era encontrada em estudos anteriores e intensificou-se durante a pandemia (SOUZA KR, et al., 2018; SOUZA KR, et al., 2021; ARAÚJO TM, et al., 2019; CAMPOS TC, et al., 2020).

Uma revisão da literatura, trazendo evidências científicas nacionais e mundiais aponta que, o atual contexto no qual os/as docentes universitários/as estão inseridos, tem provocado grande sobrecarga emocional, que reflete no aumento do uso de medicamentos controlados além de sintomas de estresse, ansiedade, insônia e outros agravos pertinentes à saúde mental (SANTOS GMRF, et al., 2021).

Fica evidente que a mudança para um trabalho remoto, a inserção abrupta de novas tecnologias e, principalmente, a sobrecarga de trabalho doméstico, familiar e profissional fazem parte do processo de adoecimento mental de professores/as universitários/as durante a pandemia de Covid-19. Acredita-se que essas mudanças podem ter interferido negativamente a rotina e quantidade de horas de sono dos/as professores/as, justificando-se os achados dessa associação de alterações da saúde mental e piores condições de sono, conforme evidenciado na literatura científica (ESCOBAR-CÓRDOBA F, et al., 2021).

Como o trabalho docente envolve elevadas exigências cognitivas, a qualidade de sono ruim pode refletir diretamente no desempenho e satisfação profissional, podendo desencadear adoecimentos diversos, dentre eles o mental (FREITAS AMC, et al., 2020). As novas condições impostas pelo trabalho remoto contribuem para que o/a professor/a tenha dificuldades de lidar com as preocupações provenientes das múltiplas demandas do trabalho, tanto o remunerado quanto o doméstico, afetando diretamente variáveis fisiológicas relacionadas à saúde, dentre elas, o sono.

Um estudo abordando a qualidade do sono, realizado também com docentes universitários, em período anterior à pandemia, mostrou que tempo irregular e/ou insuficiente para a prática de atividades de lazer, seis horas ou menos de sono, e alta exigência psicológica com baixo controle sobre o trabalho estiveram estatisticamente associadas com a qualidade do sono ruim. Os achados no estudo atual desvelam igualmente associação destes fatores também com a presença de TMC (FREITAS AMC, et al., 2021).

Ainda no tocante às alterações do sono, um estudo revelou que, durante a pandemia, dentre as pessoas que apresentaram maior chance da incidência ou da exacerbação dos problemas com o sono estavam os mais pobres e os que perderam a renda e o trabalho no período, as mulheres, os mais jovens e os que tiveram suas tarefas domésticas aumentadas (LIMA MG, et al., 2021).

No cerne do impacto causado pela pandemia, a sobrecarga de trabalho e as suas repercussões na saúde mental da população é essencial e coerente abordar as especificidades e disparidades de gênero. Sem maiores surpresas, no presente estudo, as mulheres apresentaram maior prevalência de TMC. Adicionalmente, embora tenha perdido significância no modelo final, numa fase inicial o gênero associou-se a TMC.

Os presentes achados corroboram a permissa de estudos anteriores que apontam para uma associação mais proeminente entre trabalho em casa e repercussões na saúde mental entre as mulheres (CHOI E, et al., 2021). Vários estudos revelam que as mulheres podem ter mais dificuldade em trabalhar a partir de casa, pois o risco do seu trabalho (neste caso docente) se emaranhar com as tarefas domésticas e de cuidado com os filhos e ascendentes é muito elevado, levando assim a dificuldades de concentração, sobrecarga e falta de apoio nas tarefas domésticas (BIROLI P, et al., 2021; ARNTZ M, et al., 2020; XIAO Y, et al., 2021), o que se pode repercutir na saúde mental (XIAO Y, et al., 2021; SATO K, et al., 2021).

CONCLUSÃO

Fica evidente que a realidade de trabalho remoto associado ao contexto de pandemia da Covid-19 trouxe significativas alterações para a rotina e condições emocionais das/os professoras/es, que são relevantes para o estudo dos Transtornos Mentais Comuns. Uso de medicamentos para tratamento de sintomas de ansiedade e depressão tem sido cada vez mais frequente entre docentes e as evidências aqui encontradas apontam para a importância da realização de outras investigações deste cunho (não somente no contexto atípico atual) e para a necessidade da promoção de ações que possibilitem melhorias nas condições de trabalho dessa categoria profissional. Isso é uma luta antiga que precisa de visibilidade. Não foi possível estabelecer relações de causalidade entre as associações, porém estas revelam hipóteses interessantes e necessárias de serem investigadas em desenhos de estudo (como coortes ou caso-controle) com acurácia para estabelecer relação

causal. Adicionalmente, destacamos os vieses de memória e de desejabilidade social inerentes ao autorrelato nas respostas dos participantes, bem como a falta de representatividade da amostra para a população docente universitária em geral. Trata-se de um estudo inovador no contexto brasileiro, que demonstra que a saúde do trabalhador e da trabalhadora, em especial da educação, neste caso, precisa ser melhor investigada e vigiada. Assim, este estudo contribui para a elaboração de propostas no campo da saúde coletiva visando a melhoria das condições e do ambiente de trabalho das/os docentes do ensino superior brasileiro.

REFERÊNCIAS

1. ARAÚJO LMN, et al. Estresse no cotidiano universitário: estratégias de enfrentamento de docentes da saúde. *Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J., Online)*, 2016; 8(4):4956-4964.
2. ARAÚJO TM, et al. Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios. *Cadernos de Saúde Pública*, 2019; 35(suppl 1).
3. ARNTZ M, et al. Working from Home and COVID-19: The Chances and Risks for Gender Gaps. *Inter Econ.*, 2020; 55(6):381-386.
4. BERNARDO KAS, et al. As configurações do trabalho remoto da categoria docente no contexto da pandemia COVID-19. *Revista Norus*, 2020; 8(14): 8–39.
5. BIROLI P, et al. Family Life in Lockdown. *Front Psychol.*, 2021; 12: 687570.
6. BRASIL. Ministério da Educação. Portaria nº 544, de 16 de junho de 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a situação de pandemia do novo coronavírus – covid-19, e revoga as Portarias MEC no 343, de 17 de março de 2020, no 345, de 19 de março de 2020, e no 473, de 12 de maio de 2020. *Diário Oficial da União*, 2020.
7. BRITO SBP, et al. Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI. *Vigil Sanit Debate*, 2020; 8(2): 54–63.
8. BROOKS SK, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The lancet*, 2020; 395(10227): 912-920.
9. CAMPOS TC, et al. Trabalho docente em universidades públicas brasileiras e adoecimento mental. *Revista Docência e Ensino Superior*, 2020; 10(1): 1–19.
10. CHOI E, et al. Long working hours and depressive symptoms: moderation by gender, income, and job status. *J Affect Disord.*, 2021; 286: 99-107.
11. CORTEZ PA, et al. A saúde docente no trabalho: apontamentos segundo a literatura recente. *Cadernos de Saúde coletiva*, 2017; 25(1): 113-122.
12. DINIZ N. Reestruturação do Trabalho Docente e Desigualdades Educacionais em Tempos de Crise Sanitária, Econômica e Civilizatória. *Revista Tamoios*, 2020; Ano 16 especial Covid-19(1): 138 – 144.
13. ESCOBAR-CÓRDOBA F, et al. Effects of social isolation on sleep during the COVID-19 pandemic. *Sleep Sci.*, 2021; 14(Special 1): 86-93.
14. FREITAS AMC, et al. Psychosocial aspects at work and the quality of sleep of professors in higher education. *Archives of Environmental & Occupational Health*, 2020; 75(5): 297-306.
15. FREITAS AMC, et al. Qualidade do sono e fatores associados entre docentes de educação superior. *Revista Brasileira de saúde ocupacional*, 2021; 46.
16. GOMES NP, et al. Saúde Mental de docente universitários em tempos de Covid-19. *Saúde e Sociedade*, 2021; 30(2): 1-7.
17. GONÇALVES DM, et al. Avaliação de desempenho do Self-Reporting Questionnaire como instrumento de rastreamento psiquiátrico: um estudo comparativo com o Structured Clinical Interview for DSM-IV-TR. *Cadernos de Saúde Pública [online]*, 2008; 24(2): 380-390.
18. HOSMER D e LEMESHOW S. *Applied logistic regression*. 2nd ed. New York: John Wiley & Sons, 2000.
19. LIMA MG, et al. Associação das condições sociais e econômicas com a incidência dos problemas com o sono durante a pandemia de COVID-19. *Cadernos de Saúde Pública*, 2021; 37(3).
20. LOIOLA F, et al. COVID-19 e os efeitos na prática do ensino em contexto universitário: mudança e inovação em um ambiente de urgência. *Revista Cocar*, 2021; Edição Especial(9): 1-21.

21. MARI JJ e WILLIAMS P. A validity study of a psychiatric screening questionnaire (SRQ-20) in primary care in the city of São Paulo. *Br. J. Psychiatry*, 1986; 148(1): 23-26.
22. MENDES DC, et al. A realidade do trabalho Home Office na atipicidade pandêmica. *Revista Valore*, 2020; 5(edição especial): 160-191.
23. OLIVEIRA AL. A espacialidade aberta e relacional do lar: a arte de conciliar maternidade, trabalho doméstico e remoto na pandemia de COVID-19. *Revista Tamoios*, 2020; Ano 16 especial Covid-19(1): 154 – 166.
24. OLIVEIRA ASD, et al. Trabalho, produtivismo e adoecimento dos docentes nas universidades públicas brasileiras. *Psicol. Esc. Educ.*, 2017; 21(3): 609–619.
25. OLIVEIRA DA e PEREIRA JUNIOR EA. Trabalho docente em tempos de pandemia: mais um retrato da desigualdade educacional brasileira. *Retratos da Escola*, 2021; 14(30): 719–734.
26. PALUDO EF. Os desafios da docência em tempos de pandemia. *Revista Em Tese*, 2020; Seção especial Covid-19 17(2).
27. PINHO PS, et al. Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da Covid-19. *Revista Trabalho, Educação e Saúde*, 2021; 19.
28. SANTOS GMRF, et al. COVID-19: emergency remote teaching and university professors' mental health. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 2021; 21(suppl 1):237-243.
29. SANTOS KOB, et al. Avaliação de um instrumento de mensuração de morbidade psíquica: estudo de validação do Self-reporting questionnaire (SRQ-20). *Revista Baiana de Saúde Pública*, 2010; 34(3): 544-560.
30. SATO K, et al. Changes in work and life patterns associated with depressive symptoms during the COVID-19 pandemic: an observational study of health app (CALO mama) users. *Occup Environ Med.*, 2021; 78(9): 632-637.
31. SOUZA KR, et al. Cadernetas de saúde e trabalho: diários de professores de universidade pública. *Cadernos de Saúde Pública*, 2018; 34(3).
32. SOUZA KR, et al. Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia. *Revista Trabalho, Educação e Saúde*, 2021; 19: 1-14.
33. WORLD HEALTH ORGANIZATION. 2020. Coronavirus disease (covid-19). Situation Report – 169. Disponível em: https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200707-covid-19-sitrep-169.pdf?sfvrsn=c6c69c88_2. Acessado em: 20 de janeiro de 2022.
34. XIAO Y, et al. Impacts of Working From Home During COVID-19 Pandemic on Physical and Mental Well-Being of Office Workstation Users. *J Occup Environ Med.*, 2021; 63(3): 181-190.