



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
INSTITUTO DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA



Cyntia Paixão Mendes

**Vivências de professoras universitárias do ensino privado durante
a pandemia de Covid-19: “águas passadas”?**

UBERLÂNDIA

2024



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
INSTITUTO DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA



Cyntia Paixão Mendes

**Vivências de professoras universitárias do ensino privado durante
a pandemia de Covid-19: “águas passadas”?**

Dissertação de mestrado apresentada ao
Programa de Pós-Graduação em Psicologia
do Instituto de Psicologia da Universidade
Federal de Uberlândia, como requisito parcial
à obtenção do Título de Mestre em Psicologia.

Área de Concentração: Psicologia

Orientador: Prof. Dr. Rodrigo Sanches Peres

UBERLÂNDIA

2024

Ficha Catalográfica Online do Sistema de Bibliotecas da UFU
com dados informados pelo(a) próprio(a) autor(a).

M538 2024	Mendes, Cyntia Paixão, 1970- Vivências de professoras universitárias do ensino privado durante a pandemia de Covid-19: águas passadas? [recurso eletrônico] / Cyntia Paixão Mendes. - 2024. Orientador: Rodrigo Sanches Peres. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de Uberlândia, Pós-graduação em Psicologia. Modo de acesso: Internet. Disponível em: http://doi.org/10.14393/ufu.di.2024.777 Inclui bibliografia. 1. Psicologia. I. Peres, Rodrigo Sanches ,1979-, (Orient.). II. Universidade Federal de Uberlândia. Pós- graduação em Psicologia. III. Título. CDU: 159.9
--------------	--

Bibliotecários responsáveis pela estrutura de acordo com o AACR2:

Gizele Cristine Nunes do Couto - CRB6/2091
Nelson Marcos Ferreira - CRB6/3074



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
INSTITUTO DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA



Cyntia Paixão Mendes

Dissertação de mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, como requisito parcial à obtenção do Título de Mestre em Psicologia.

Área de Concentração: Psicologia

Orientador: Prof. Dr. Rodrigo Sanches Peres

Banca Examinadora

Uberlândia, 11 de dezembro de 2024

Prof. Dr. Rodrigo Sanches Peres (Orientador)

Universidade Federal de Uberlândia – Uberlândia, MG

Prof. Dr. Sebastião Benício da Costa Neto (Examinador)

Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, GO

Profa. Dra. Marita Pereira Penariol (Examinadora)

Faculdade São Luis – Jaboticabal, SP

UBERLÂNDIA

2024



UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA

Secretaria da Coordenação do Programa de Pós-Graduação em Psicologia

Av. Pará, 1720, Bloco 2C, Sala 54 - Bairro Umuarama, Uberlândia-MG, CEP 38400-902
Telefone: (34)3225-8512 - www.pgpsi.ip.ufu.br - pgpsi@ipsi.ufu.br



ATA DE DEFESA - PÓS-GRADUAÇÃO

Programa de Pós-Graduação em:	Psicologia				
Defesa de:	Dissertação de Mestrado Acadêmico/ número 477, PPGPSI				
Data:	Onze de dezembro de dois mil e vinte e quatro	Hora de início:	08:00	Hora de encerramento:	09:45
Matrícula do Discente:	12222PSI005				
Nome do Discente:	Cyntia Paixão Mendes				
Título do Trabalho:	Vivências de professoras universitárias do ensino privado durante a pandemia de Covid-19: “águas passadas”?				
Área de concentração:	Psicologia				
Linha de pesquisa:	Processos psicossociais em saúde e educação				
Projeto de Pesquisa de vinculação:	Assistência multidisciplinar no contexto da saúde: fundamentos e resultados				

Reuniu-se, de forma remota, a Banca Examinadora designada pelo Colegiado do Programa de Pós-graduação em Psicologia, assim composta: Professores Doutores: Sebastião Benício da Costa Neto - PUC/GO; Marita Pereira Penariol - FLS; Rodrigo Sanches Peres, orientador da candidata. Os membros da banca e a discente participaram por web conferência, sendo que o Prof. Dr. Sebastião Benício da Costa Neto, participou da cidade de Goiânia - GO, a Prof.^a Dr.^a Marita Pereira Penariol participou da cidade de Jaboticabal - SP, o Prof. Dr. Rodrigo Sanches Peres, participou da cidade de Uberlândia - MG e a discente Cyntia Paixão Mendes da cidade de Patos de Minas - MG, conforme a Portaria nº 36, de 19 de março de 2020.

Iniciando os trabalhos, o presidente da mesa, Prof. Dr. Rodrigo Sanches Peres, apresentou a Comissão Examinadora e a candidata, agradeceu a presença do público, e concedeu à discente a palavra para a exposição do seu trabalho. A duração da apresentação da discente e o tempo de arguição e resposta foram conforme as normas do Programa.

A seguir o senhor(a) presidente concedeu a palavra, pela ordem sucessivamente, aos(às) examinadores(as), que passaram a arguir o(a) candidato(a). Ultimada a arguição, que se desenvolveu dentro dos termos regimentais, a Banca, em sessão secreta, atribuiu o resultado final, considerando o(a) candidato(a):

Aprovado(a)

Esta defesa faz parte dos requisitos necessários à obtenção do título de Mestre.

O competente diploma será expedido após cumprimento dos demais requisitos, conforme as normas do Programa, a legislação pertinente e a regulamentação interna da UFU.

Nada mais havendo a tratar foram encerrados os trabalhos. Foi lavrada a presente ata que após lida e achada conforme foi assinada pela Banca Examinadora.



Documento assinado eletronicamente por **Rodrigo Sanches Peres, Professor(a) do Magistério Superior**, em 11/12/2024, às 09:50, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Marita Pereira Penariol, Usuário Externo**, em 11/12/2024, às 10:27, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Sebastião Benício da Costa Neto, Usuário Externo**, em 11/12/2024, às 10:35, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://www.sei.ufu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **5928109** e o código CRC **B8AC987D**.

Agradecimentos

À Psicologia, que se entrelaçou em minha vida de forma definitiva, e que me inspira a ser uma pessoa e uma profissional cada vez mais humana.

Às minhas irmãs, que participaram de todos os momentos dessa jornada, compadecendo de meu cansaço, questionamentos, e me incentivando nos momentos de minhas incertezas em estar no caminho certo.

À minha grande família, amigas e amigos que sempre me incentivaram a alçar novos voos.

À minha amada Mãe (*in memorian*) que partiu durante esta jornada, mas sempre me ensinou a ser forte. Ao meu Pai (*in memorian*) que vibrou a cada conquista minha ao longo da vida.

Ao meu grande amigo e irmão Thiago, que muitas vezes pegou na minha mão e me conduziu, com sua experiência e afeto, pelos caminhos menos doídos da vida de um pesquisador.

Ao meu orientador, Rodrigo, que, no meio do meu percurso me aceitou como orientanda, e me guiou de forma respeitosa e com tamanha leveza. Minha eterna gratidão!

À instituição envolvida e as professoras participantes, que com entusiasmo, prontamente se dispuseram em socializar suas dores, angústias e estratégias na vivência com o ensino remoto na pandemia do Covid-19.

À Universidade Federal de Uberlândia e ao Instituto de Psicologia por me terem dado a oportunidade de ingressar e realizar o meu sonho de ser mestre.

Dedicatória

Ao Thiago “Paixão”, amor da minha existência
e da minha resistência, gratidão por me salvar
todos os dias.

Resumo: O presente estudo teve como objetivo compreender as vivências de professoras de uma universidade privada durante a pandemia de Covid- 19, sobretudo em relação ao ensino remoto, e seus possíveis impactos na saúde mental. Secundariamente, buscou-se identificar estratégias empregadas no manejo desses impactos. Trata-se de um estudo qualitativo, do qual participaram 15 professoras de variados cursos de graduação de uma universidade privada, a qual foi privilegiada pela facilidade de acesso da pesquisadora. O critério de saturação foi utilizado para determinar a interrupção do recrutamento das participantes. A coleta de dados foi empreendida a partir de entrevistas individuais semiestruturadas, conduzidas através de videochamadas em uma plataforma virtual, audiogravadas e norteadas por um roteiro composto por 10 perguntas. A coleta de dados se estendeu de julho a agosto de 2024, o que demarca uma abordagem retrospectiva que pode ser considerada um diferencial metodológico. As transcrições das entrevistas constituíram o *corpus* do presente estudo e foram submetidas à análise de conteúdo. No total, foram identificadas nove categorias, assim intituladas: (a) Relação saúde-doença-trabalho; (b) Precarização e intensificação das exigências do trabalho; (c) Suporte da instituição; (d) Sentimentos atuais; (e) Identidade e pertencimento ao trabalho; (f) Estratégias de enfrentamento na pandemia de Covid -19, (g) Ressignificação do sofrimento e (h) O uso da tecnologia e a relação com o trabalho. Em linhas gerais, os resultados obtidos revelam que, para as participantes, suas vivências como professoras universitárias durante a pandemia suscitaram, por um lado, uma percepção de contrariedade pelas dificuldades com as quais se depararam. Por outro lado, fizeram emergir uma sensação de realização pelas soluções encontradas por elas para o manejo dessas dificuldades, dentre as quais a busca por suporte familiar, a criação de redes de apoio entre colegas e a ressignificação do trabalho como espaço de aprendizado e inovação. E tudo isso parece influenciar a forma como elas desenvolvem a docência hoje em dia. Conclui-se, portanto, que políticas institucionais voltadas à promoção do bem-estar de professoras universitárias se fazem necessárias para viabilizar um ambiente educacional mais saudável.

Palavras-chave: Professoras universitárias; Saúde mental; Ensino remoto; Covid -19; Pesquisa qualitativa.

Abstract: This study aimed to understand the experiences of female professors at a private university during the Covid-19 pandemic, particularly regarding remote teaching and its potential impacts on mental health. Additionally, it sought to identify strategies employed to manage these impacts. This is a qualitative study involving 15 professors from various undergraduate programs at a private university, selected based on accessibility to the researcher. The saturation criterion was used to determine when participant recruitment would be discontinued. Data were collected through semi-structured individual interviews, conducted via video calls on a virtual platform, audio-recorded, and guided by a script consisting of ten questions. The data collection period extended from July to August 2024, marking a retrospective approach that may be considered a methodological distinction. The transcribed interviews constituted the *corpus* of this study and were subjected to content analysis. In total, nine categories were identified: (a) Health, illness, and work relations; (b) Precarization and intensification of work demands; (c) Institutional support; (d) Current emotions; (e) Work identity and sense of belonging; (f) Coping strategies during the Covid-19 pandemic; (g) Reframing suffering; and (h) Technology use and its relationship with work. Overall, the findings reveal that participants' experiences as university professors during the pandemic elicited, on the one hand, a sense of distress due to the challenges they encountered. On the other hand, they also fostered a sense of accomplishment through the solutions they devised to cope with these difficulties, including seeking family support, creating peer support networks, and reframing their work as a space for learning and innovation. These factors appear to influence how they engage in teaching today. Therefore, institutional policies aimed at promoting the well-being of female university professors are necessary to foster a healthier educational environment.

Keywords: Female university professors; Mental health; Remote teaching; Covid-19; Qualitative research.

Sumário

Apresentação.....	9
Introdução.....	11
Revisão da literatura.....	19
Marco teórico.....	30
Objetivos.....	38
Método.....	39
Resultados e Discussão.....	46
Considerações finais.....	66
Referências.....	68

Apresentação

No dia 11 de dezembro de 2024, com uma banca acolhedora e com a presença de familiares e grandes amigos, me tornei mestre em Psicologia pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU). Um sonho realizado, e por muitos anos, adiado. A docência para mim chegou juntamente com o indicativo da necessidade do mestrado. Ao longo dos anos, fui trabalhando e me perguntando: em qual tema quero me aprofundar? Qual assunto seria interessante? Passei por muitas instituições de ensino superior, sempre com o sentimento do dever ainda não cumprido.

Me formei em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais em dezembro de 1993. Sempre me mantive curiosa em compreender o processo do homem no contexto de trabalho. Primeiramente, atuei em Recursos Humanos, selecionando e capacitando pessoas para novos cargos. Aos poucos, fui me envolvendo com a Psicologia Social e entrelacei minha atuação nos dois campos: Social e Trabalho. Me sentia feliz podendo contribuir com o desenvolvimento de pessoas em seu contexto de trabalho e em situações de vulnerabilidade.

Passei por projetos sociais diversos, com crianças, adolescentes, pela educação infantil, por movimentos sociais, pela segurança pública, até retornar para empresas. Mas sempre sentia no meu coração que faltava algo mais. Depois de 15 anos atuando em diversas vertentes, me mudei para uma cidade do interior de Minas Gerais e resolvi deixar meu currículo na Fundação Educacional que lá existia. Para meu espanto e alegria, fui convidada para uma conversa. Saí de lá com duas turmas e uma disciplina: Saúde mental e trabalho. Não sabia por onde iniciar. Fui estudando, buscando, me envolvendo e comecei sentir um enorme prazer em estar em sala e a falar sobre algo que começava a amar. Pouco tempo depois, assumi a coordenação de estágio do curso de Psicologia e fui construindo uma relação cada vez mais próxima e significativa com os alunos. Anos depois, passei por mais duas instituições, e cidades, até chegar na que estou

hoje, há 6 anos. No total, 15 anos de docência no ensino superior, muito aprendizado, muito afeto sedimentado e muitas relações de admiração construídas.

Com o passar do tempo na docência, fui percebendo que a relação que estabelecia com os alunos me nutria de energia e que a acessibilidade a mim, despertava-os para uma relação de troca e muito aprendizado. A proximidade e a paixão pelo ensino se tornaram minha marca como professora.

Em 2020, no início da pandemia, ainda sem ter a dimensão de que passaríamos longos dois anos nos interagindo por uma tela, a angústia tomou conta de mim. A primeira aula em regime remoto, com as câmeras dos alunos desligadas, um eco nas minhas tentativas de interação, simplesmente chorei. Me senti incapaz de conseguir, sem estar presencialmente em sala de aula, andando pelos corredores, ouvindo e sentindo a energia da juventude pulsar. Mas, com o passar dos meses, fui me adaptando, criando estratégias de interação e manejando, diariamente, as dificuldades que surgiam.

Logo após o retorno à presencialidade, realizado também sem a devida preparação, gerando novos medos, percebi que seria meu momento de realizar o mestrado, e sim, já tinha um tema que me instigava. O enfrentamento e as consequências do ensino remoto na saúde mental de professoras. E assim, com alegria, ofereço a todos que aqui chegarem, as compreensões das vivências de professoras universitárias do ensino privado durante a pandemia de Covid-19.

Sejam bem-vindos, e boa leitura!

Introdução

No final de 2019, a atenção mundial se voltou para a China quando o país notificou a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2020) sobre um surto de alta transmissão comunitária na cidade de Wuhan, associado a uma feira de frutos do mar e animais vivos. Em 23 de janeiro de 2020, adotou-se o fechamento da cidade, bem como um isolamento total e rígido, na tentativa de conter a propagação do novo coronavírus, SARS-CoV-2¹. Com isso, no final de março, o país apresentava uma curva descendente de contaminação, refreando a disseminação do patógeno (Antunes et al., 2020, Rodrigues et al., 2020).

Entretanto, apesar de todas as medidas rigorosas adotadas, devido à alta transmissibilidade do vírus, não foi possível controlá-lo, o que desencadeou uma série de desafios globais para os sistemas de saúde e o setor de pesquisa, resultando em pânico, mortes e sofrimento em todo o mundo. Em 11 de março de 2020, a OMS declarou a pandemia de Covid-19, dando início a uma séria crise humanitária global, marcada por mortes, isolamento social, mudanças comportamentais e rigorosas medidas de higiene em todo o mundo.

Devido à inexistência de vacina para o novo coronavírus à época e à utilização de variadas formas de enfrentamento em nível global, em cada país, a pandemia apresentou-se de forma diferenciada no tocante ao grau de infecção e números de óbitos. Como se tratava de um novo, os países se organizavam a partir de seus próprios recursos, conhecimentos e hipóteses levantadas por suas vigilâncias epidemiológicas (Aquino et al., 2020; Brito et al., 2022; Houvèssou et al., 2020).

No Brasil, medidas de segurança foram implementadas também em março de 2020, incluindo protocolos emergenciais de distanciamento social, tais como o *lockdown*² (Portaria

¹ SARS-CoV-2 é a sigla para *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2*.

² Política sanitária que se caracteriza por fechamento total de cidades e países, proibindo a circulação de pessoas nas ruas para atividades não essenciais.

nº 356, 2020), além da quarentena para os contaminados pelo vírus (Lei nº 13.979, 2020) e a implementação de adaptações emergenciais para o trabalho, tais como a modalidade de *home office* (Portaria nº 467, 2020), que levaram as pessoas a permanecerem em suas residências, realizando seu trabalho de forma remota. Essas medidas desencadearam debates sobre seu impacto econômico global, levando à instabilidade nos mercados financeiros. Nesse contexto, a economia informal e as pequenas empresas foram fortemente afetadas, aumentando a vulnerabilidade social (Porsse et al., 2020; Scalzilli & Spinelli, 2020; Senhoras, 2020).

No caso do Brasil, medidas de distanciamento social para mitigação da transmissão do vírus foram implementadas rapidamente no Distrito federal e em alguns municípios, e em seguida, nos estados, assim que foi anunciada mundialmente a pandemia de Covid-19. O Supremo Tribunal de Federal (STF, 2020) concedeu autonomia na implantação das estratégias de segurança para cada unidade federativa (UF) e o governo Federal restringiu-se a apenas uma ação: o fechamento de entrada de estrangeiros no país (Silva et al, 2020).

O Governo Federal, na figura de Jair Bolsonaro, optou por minimizar a seriedade do vírus e suas consequências à população e maximizar a necessidade da não restrição econômica, incentivando o funcionamento do comércio e da circulação de trabalhadores. Por outro lado, a maioria dos governadores deu destaque a medidas de isolamento social para conter a disseminação da doença e, conseqüentemente, a redução do caos na área da saúde. Tal divergência de postura intensificou a polarização política no país, dificultando a manutenção das medidas de proteção à população (Pereira et al, 2020a; Souza & Santos, 2020).

Um dos fatores determinantes para o descontrole da infecção pelo vírus no Brasil foi o negacionismo à ciência e o rechaço à vacina, produzida em tempo recorde pela comunidade científica. No Brasil, a desconsideração da gravidade da pandemia, as resistência às medidas de proteção e, ainda, as notícias falsas propagadas pelas mídias digitais contribuíram para o

crescente nível de disseminação da doença e para a elevação do número de mortes (Oliveira et al., 2023; Simas & Aquino, 2021).

A partir da análise da conjuntura econômica do país realizada por Kroth (2020), o Governo Federal agiu de forma tímida ao suporte às classes mais vulneráveis. Medidas provisórias foram criadas, como crédito para folha de pagamento para grandes empresas (MP nº 936/2020), auxílio emergencial a autônomos (MP nº 905/2019 e MP nº 1.045/2021) e linha de créditos para empresas de médio e pequeno porte (MP nº 975/2020 e MP nº 1.016/2021). Mas tais medidas demoraram a serem implementadas e, mediante a ausência de ações diretivas do Ministério da Economia, a recessão econômica e o retorno ao trabalho ocorreram de forma desordenada.

O isolamento social compulsório se fez necessário como medida protetiva à população e o trabalho remoto, ou *home office*, se apresentou como uma saída para as organizações continuarem suas produções no contexto pandêmico. Em 2017, tal modalidade de trabalho havia sido regulamentada pela reforma trabalhista, mas, devido a questões emergenciais trazidas pela pandemia, em 2020 foi criada uma medida provisória com adequações para a situação de calamidade em saúde pública (Lizote et al., 2021).

Para além de questões legais e trabalhistas, o trabalho remoto levantou desafios, como a realização de tarefas de forma solitária, o gerenciamento do tempo e a redução das relações sociais. No caso do Brasil, a adoção compulsória da modalidade de trabalho em *home office* sem um preparo adequado das organizações e dos profissionais pode ter provocado um maior desgaste físico e mental dos trabalhadores, gerando inseguranças e afetando diretamente o bem-estar dos envolvidos (Oliveira & Lima, 2021; Silva & Souza, 2021; Vebber & Borges, 2022).

Os impactos dessa nova configuração laboral não foram os mesmos para todas as categorias profissionais. Na área da saúde, por exemplo, os profissionais foram convocados para compor uma força-tarefa, sendo expostos a níveis elevados de estresse e de risco a

contaminação. Devido ao colapso na área, por excesso de demandas e ausência de insumos e equipamentos de proteção, os trabalhadores atuavam em contexto de exaustão e precariedade. Muitos deles apresentaram esgotamento físico e emocional pelas jornadas de trabalho, ainda mais exigentes e pela ansiedade e medo da morte, e de possível transmissão do vírus para seus familiares (Leal Neto et al., 2022; Ornell, 2020).

A área da educação também passou por mudanças bruscas, com a adoção do ensino remoto para evitar a interrupção do processo formativo, uma vez que as escolas representavam um cenário de alta transmissão do vírus. O objetivo era evitar que os estudantes entrassem em contato com outras pessoas de diferentes grupos familiares, o que poderia levar o vírus para dentro das residências, afetando especialmente os grupos considerados de risco: idosos, gestantes, puérperas, crianças até 05 anos e pessoas com comorbidades (Arruda, 2020; Hodges, et al., 2020).

No que tange à educação superior no Brasil, com destaque para o ensino privado, foco desta pesquisa, assim como nos demais níveis de ensino, os professores foram convocados a atuar de forma remota, em *home office*, o que os desafiou a criar aulas em ambiente online, sendo que isso, para muitos, não era uma prática comum. Consequentemente, eles enfrentaram dificuldades no uso de novas tecnologias e experimentaram estresse devido à exposição contínua à tela do computador. Ademais, a mudança para o ensino remoto trouxe desafios como a falta de participação ativa dos estudantes e a perda de significado na aprendizagem, expressos por comportamentos de manter as telas e os microfones desligados, favorecendo uma experiência de solidão (Costa & Lima, 2022; Salvagni, 2020; De Souza & Miranda, 2020).

Ser professor do ensino superior exige habilidades múltiplas para lidar com diferentes contextos, exigências e demandas. No campo do ensino superior privado, em sua grande maioria, os professores estão atuando no campo profissional, paralelamente à sala de aula. Tal fato ratifica as dificuldades de investimentos em pesquisa e extensão, para além do ensino, pois

a docência não representa sua atuação trabalhista central. Destarte, se tornam professores horistas, com grandes demandas, excesso de trabalho e pouco tempo de dedicação ao ensino (Mascarenhas & Teixeira, 2017; Silva, 2019).

O censo de Educação Superior realizado em 2019 apresenta que a maioria dos estudantes se encontra matriculada em universidades privadas, pelo acesso facilitado em muitos cursos, oferta em turno noturno, facilidade de conciliação com o trabalho e possibilidades de financiamento, via Governo Federal. Este fato explicita a redução de procura pelas universidades públicas e o emprego de recursos públicos na iniciativa privada (Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacional Anísio Teixeira [INEP], 2020).

Adicionalmente, cabe destacar que, o neoliberalismo atuante no país fortalece a rede privada como setor de prestação de serviço de diplomação, em detrimento de maiores investimentos nas universidades públicas. Neste contexto, os papéis dos docentes, independentes de público ou privado, perpassam pelo tripé de ensino, pesquisa e extensão, porém no setor privado, o foco maior é dado no ensino e, no setor público, na pesquisa (Brito & Cortela, 2020, Oliveira et al., 2017).

Retomando as discussões acerca das estratégias de enfrentamento da Covid-19 no ensino superior, Zanlorenzi et al. (2021) salienta, que enquanto as universidades privadas rapidamente se organizaram no ensino emergencial remoto (EER), instrumentalizando os docentes para o uso de tecnologias e oferecendo suporte aos discentes, o setor público, pela falta de diligência do Estado frente a medidas emergenciais, não assegurou aos discentes e docentes os recursos tecnológicos para o acesso e a qualidade do ensino remoto. De acordo com o Ministério da Educação (2020), 89% das instituições federais suspenderam as aulas no ano de 2020, ao passo que 78% das instituições de ensino privado (IES), continuaram seus atendimentos pelo ensino remoto.

A lógica liberal de flexibilização do trabalho atribuiu aos docentes, tanto do setor público quanto privado, a responsabilidade pela não permanência do aluno no sistema remoto e pelo baixo rendimento no processo de aprendizagem. Cabe acrescentar que a demanda exaustiva de trabalho, que não se limitou à ministração em tempo síncrono de aula, associada aos atendimentos a comunidade acadêmica (alunos, diretoria, demais colegas de trabalho) via *Whatsapp*, exigindo prontidão nas respostas e constante atualização das plataformas tecnológicas de informação e comunicação, expuseram os docentes a um nível crítico de sofrimento psíquico (Assis & Souza, 2021; Santos & Souza, 2022; Bernardo et al., 2020).

Os transtornos mentais (TM) são as principais causas de afastamentos de docentes. Os mais comuns são a depressão e a ansiedade, que levam a sintomas como insônia, nervosismo, irritabilidade, baixa concentração, dentre outros, afetando diretamente a qualidade do trabalho e do ensino. As inúmeras tarefas impostas e o alto nível de exigência levam o docente a uma condição de sobrecarga, reduzindo sua qualidade de vida fora do contexto laboral, impactando, inclusive, em menor tempo de lazer e com a família (Campos, et al., 2020; Soares & Rossetto, 2022; Teixeira et al., 2020).

Para professoras, independentemente do nível de ensino, esses desafios foram ainda mais acentuados, pois se somaram às desigualdades históricas que permeiam a vida das mulheres. A sobrecarga, a dupla jornada e a divisão sexual do trabalho foram fatores que contribuíram para o aumento da vulnerabilidade dessas profissionais. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2014), 88.0% das mulheres inseridas no mercado de trabalho realizaram afazeres domésticos para além do trabalho formal. No período pandêmico, com as atividades laborais no mesmo espaço doméstico e com as novas exigências, numa tripla jornada, sem a presença no local de trabalho, pode ter se agravado ainda mais a situação de estresse e sobrecarga para as professoras, comprometendo sua saúde mental.

Ademais, a pandemia escancarou ainda mais as desigualdades já enfrentadas e

sedimentadas no que tange à questão de gênero, as quais são vivenciadas pelas mulheres há bastante tempo. Ao olhar para a realidade no Brasil, salienta que, no país, as tarefas domésticas, sejam elas formais ou informais, são compreendidas como obrigação da mulher, e mesmo nos dias de hoje, essa visão ainda prevalece (Macêdo, 2020; Moraes, 2020; Santos et al., 2022).

O trabalho doméstico foi naturalizado como sendo feminino, o que pode ser encarado como uma forma de dominação machista via sistema capitalista. O trabalho doméstico não é, assim, reconhecido como trabalho, pois a mulher supostamente o executaria “por amor” e como forma de realização pessoal, não havendo, portanto, necessidade de ser remunerado. Tal cultura patriarcal e da divisão social do trabalho enfraquece a luta política feminista em prol de reconhecimento e de um espaço igualitário no mercado de trabalho (Federici, 2019).

Outrossim, quando a mulher é mãe, há também o desafio de conseguir trabalhar e cuidar bem dos filhos. Nesta tarefa reside o constructo social de que o feminino é mais responsável pelas atividades de cuidado. É notória a ambivalência entre se dedicar à carreira ou abandoná-la para satisfazer essa expectativa, que também geralmente é reforçada por outras mulheres, especialmente mães e avós (Carlos et al., 2020; Macêdo, 2020).

A mulher no *home office*, portanto, experimenta o conflito trabalho-família, pois se vê incumbida a adotar comportamentos específicos sobre determinados papéis, como o de mãe e cuidadora do lar, e estes podem demandar muita energia e muito tempo, o que faz com que uma função seja realizada com menos qualidade que outra. Ademais, as demandas de trabalho no *home office* se tornaram maiores do que na época do trabalho presencial, e isso acabou por reduzir o tempo da mulher para realizar suas atividades pessoais e, mais uma vez, causa sobrecarga, desgaste e a percepção de fracasso que alimenta o sentimento de culpa (Carlos et al., 2020; Lemos et al., 2022).

Moraes (2020) enfatiza que, diante dessa desigualdade que mescla as dimensões doméstica, maternal e científica, o trabalho feminino que fora mais afetado é o acadêmico. As professoras no ensino superior durante a pandemia sofreram também para conseguir atender às exigências do trabalho remoto e, principalmente aquelas que são mães, se sobrecarregaram, pois precisaram se tornar professoras de seus próprios filhos e acompanhá-los nas atividades escolares. São diversas as dissimetrias no campo da docência, mas algumas delas acabaram sendo naturalizadas. Exemplo disso é a compreensão de professoras universitárias que são mães, em particular de filhos pequenos, terão suas produções científicas reduzidas e deixarão de comparecer a eventos científicos, justamente porque precisarão desempenhar as funções maternas sem recorrer a fontes de suporte social (Staniscuaski et al., 2020; Souza, 2024).

Diante das questões acima expostas, o presente estudo tematiza empiricamente as vivências de professoras universitárias do ensino privado durante a pandemia de Covid- 19. Antes de apresentar os procedimentos metodológicos e reportar e discutir os resultados, porém, será veiculada uma revisão integrativa da literatura sobre os efeitos da pandemia de Covid-19 na saúde mental de professores e, na sequência, uma discussão teórica a respeito da Saúde do Trabalhador (ST) e da Saúde Mental Relacionada ao Trabalho (SMRT), campos nos quais o presente estudo se situa.

Revisão da literatura

A modalidade de ensino remoto, vivenciada pelos docentes durante a pandemia de Covid-19, exigiu ainda mais tempo de dedicação ao trabalho e maior capacidade de adaptação frente aos desafios do novo ambiente tecnológico digital (Bernado et al., 2020). Nesse contexto, uma revisão integrativa da literatura foi realizada como parte do presente estudo para mapear a produção científica sobre o assunto.

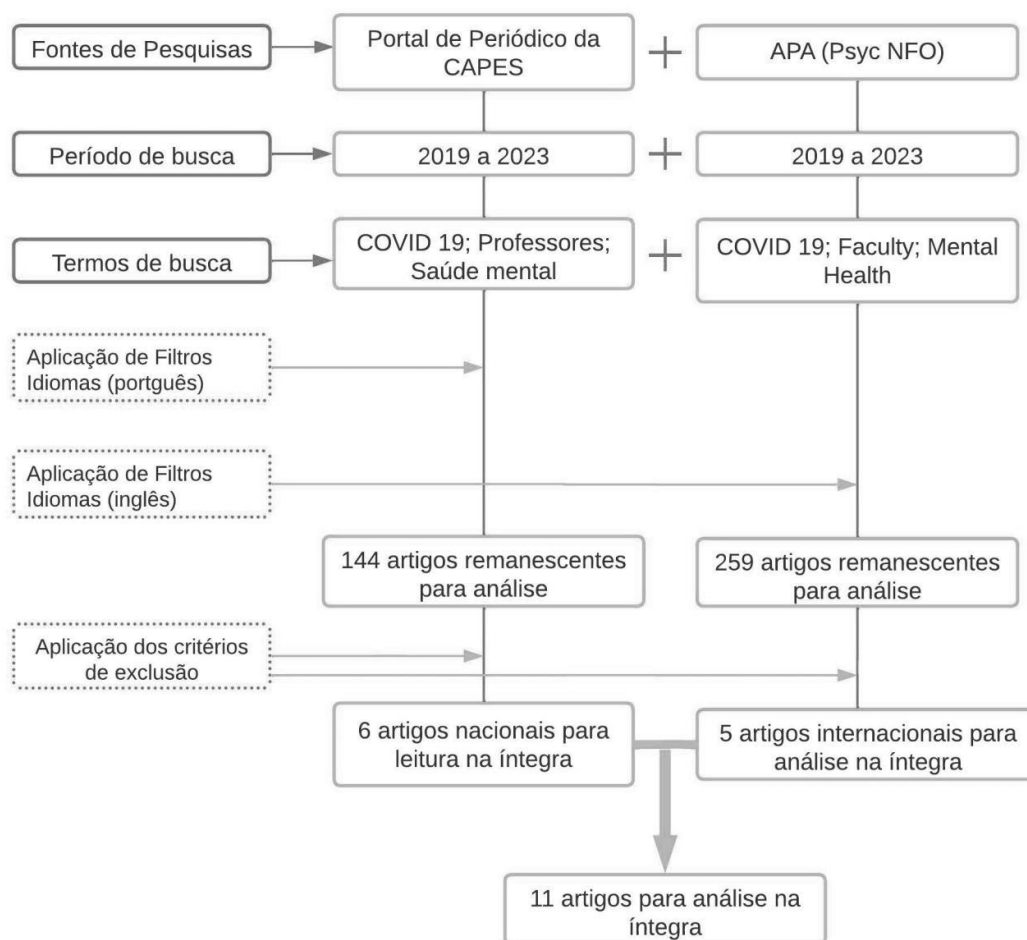
Segundo Hermont (2021), a revisão integrativa é um “método específico de revisão que condensa a literatura prévia para fornecer uma compreensão mais abrangente de um fenômeno em particular” (p. 3). Para Souza e Santos (2020), a revisão integrativa é apontada como “uma ferramenta ímpar no campo da saúde, pois sintetiza as pesquisas disponíveis sobre determinada temática e direciona a prática fundamentando-se em conhecimento científico” (p.102).

Para a composição desta revisão, foi utilizado o Portal de Periódicos CAPES, por oferecer acesso a textos completos de publicações disponíveis em bases de dados nacionais e internacionais, como SciELO-Brasil, Embase, Scopus e EBSCO. Para a realização das buscas, foram utilizados os descritores *Covid OR SARS-CoV-2 OR Coronavirus disease AND Faculty OR Professors OR Professor AND Mental health*. Os critérios de inclusão foram: (a) artigos publicados a partir de 2019; (b) redigidos em inglês ou português; (c) disponíveis para download gratuito; (d) revisado por pares. Os critérios de exclusão foram: (a) artigos derivados de pesquisas não relacionadas diretamente ao trabalho docente e (b) artigos derivados de pesquisas que não contemplaram especificamente professores universitários.

Para identificar os artigos em consonância com o tema de interesse, foi realizada a leitura dos títulos, das palavras-chaves e, em seguida, dos resumos. Aqueles considerados alinhados ao tema foram, então, lidos na íntegra. Dessa forma, foram selecionados 12 artigos,

conforme o procedimento ilustrado na Figura 1, os quais foram publicados entre 2019 e 2023, sendo sete em língua portuguesa e cinco em língua inglesa.

Figura 1. Fluxograma da localização e seleção de artigos



Para facilitar a análise e a apresentação dos resultados, foi elaborada a Tabela 1, com dados relativos aos artigos selecionados no tocante a autores/ano, tipo de estudo, local de realização e participantes.

Tabela 1. *Descrição de artigos selecionados*

Cód.	Autores	Tipo de estudo	Local/idioma	Participantes
1	(Toledo & Campos, 2023)	Quantitativo	Brasil (português)	98 professores universitários
2	(Clemmons et al., 2022)	Quantitativo	Estados Unidos (inglês)	279 professores universitários
3	(Freitas et al., 2021)	Quantitativo	Brasil (português)	150 professores universitários
4	(Chen et al., 2020)	Quantitativo	China (inglês)	483 professores universitários
5	(Akour et al., 2020)	Quantitativo	Jordânia (inglês)	382 professores universitários
6	(Meireles & da Silva Pena, 2022).	Qualitativo	Brasil (português)	448 docentes do sexo feminino
7	(dos Reis Caldas et al., 2022).	Quantitativo	Brasil (português)	80 professores, sendo 55% do sexo feminino e 45% do sexo masculino
8	(Ozamiz-Etxebarria et al, 2020)	Revisão bibliográfica	Espanha (inglês)	Não se aplica
9	(Silva et al., 2022)	Quantitativo	Brasil (português)	22 professores, sendo a maioria do sexo feminino
10	(Li et al., 2020)	Quantitativo	China (inglês)	88611 professores
11	(Gomes et al., 20121)	Revisão bibliográfica	Brasil (português)	Não se aplica

Os artigos selecionados são, predominantemente, derivados de pesquisas quantitativas (n = 9), sendo que retratam, de modo geral, o trabalho docente durante a pandemia de Covid-19 como preditor de sofrimento psíquico, sobretudo devido à grande exigência laboral, à

necessidade de adaptação rápida ao ensino à distância, a demandas de trabalho aumentadas e a preocupações com a saúde. Além disso, os artigos selecionados são derivados de estudos desenvolvidos em países diversos, como Brasil (n=6), China (n=2), Estados Unidos (n=1), Espanha (n=1), e Jordânia (n=1). Quanto ao idioma, cinco foram publicados em inglês e seis em português.

Os dois artigos nacionais de metodologia quantitativa apontaram que, em tempos de pandemia, o público feminino foi significativamente mais impactado do que o público masculino, no que se refere à saúde mental (Caldas et al., 2022; Silva et al., 2022). Em um deles, Caldas et al. (2022) buscaram mensurar o impacto da transição da educação presencial para a online na qualidade de vida e na ansiedade dos professores universitários brasileiros. Para isso, os pesquisadores aplicaram questionários em uma amostra constituída por 80 professores, e concluíram que o estresse se faz mais presente no ensino remoto. Destarte, na avaliação da qualidade de vida, as mulheres apresentaram piores índices nos domínios vitalidade, aspecto social, limitação pelo aspecto físico e saúde mental. Tais desfechos, conforme explica o artigo, podem estar relacionados à dupla jornada, em que as mulheres se dedicam ao trabalho formal e aos assuntos familiares.

Outros resultados pertinentes encontrados no estudo de Caldas et al. (2022) dão conta de que: (a) os indivíduos que não apresentaram comorbidades exibiram maior capacidade de desempenho funcional e melhor estado geral de saúde; (b) os indivíduos em isolamento social tiveram avaliações mais baixas nos aspectos sociais; (c) a ansiedade-estado foi mais grave que a ansiedade-traço; (d) os níveis de ansiedade dos professores foram afetados pelo tempo de isolamento e associaram-se negativamente à qualidade de vida e (e) a transição da educação a distância alterou a percepção do ensino, a qualidade de vida e a ansiedade dos professores universitários brasileiros.

Por sua vez, Silva et al. (2020) tiveram como objetivo delinear o perfil epidemiológico dos professores e avaliar transtornos como estresse no trabalho, depressão e ansiedade. Para tanto, entrevistaram 22 docentes de 10 cursos distintos, sendo 14 mulheres e oito homens. Do total, 12 foram considerados com depressão leve, e dois foram considerados com depressão grave; para ansiedade, cinco foram considerados leve, dois foram considerados de grau moderado e um foi considerado de forma grave; para estresse, cinco tiveram grau alto; e do total, oito tiveram mais de um diagnóstico. Todos os casos graves, assim como os casos de ansiedade moderada, se referem a mulheres. Nos casos de depressão leve as mulheres constituíram a maioria, sendo que, dos casos de ansiedade leve, apenas dois eram homens, e dos casos de estresse elevado apenas um era homem.

Posto isso, Silva et al. (2020) defendem tais desfechos se devem à situação social enfrentada pelas mulheres, em que, mesmo em funções semelhantes às dos homens, ainda vivenciam a sobrecarga decorrente da dupla jornada de trabalho e, em muitos casos, a perspectiva de ser a única cuidadora e trabalhadora familiar, levando-as a priorizar as necessidades alheias e a se desvalorizarem. Esse papel é aceito por muitas mulheres devido à ordem social vigente, a qual fazendo com que se tornem mais suscetíveis a transtornos mentais, conforme a conclusão dos autores.

Os estudos de Toledo e Campos (2023) e Chen et al. (2020) trazem à discussão a síndrome de burnout. O primeiro investigou as relações entre satisfação de vida, autoestima e otimismo em docentes universitários ao longo da pandemia em uma amostra de 98 professores pertencentes a uma universidade pública do interior de Minas Gerais e obteve os seguintes achados: os participantes exerciam outras atividades além das aulas, sendo que as mulheres apresentaram melhores indicadores de saúde mental do que os homens. Uma possível explicação para esse achado é que as mulheres participantes apresentaram maiores índices de otimismo, ao passo que os homens apresentam médias superiores de burnout. O índice referente

a autoestima apresentou-se abaixo da média. A correlação entre as variáveis idade e otimismo foi estatisticamente significativa.

Por sua vez, a pesquisa de Clemmons et al. (2022) utilizou um questionário que elencava possíveis desafios enfrentados no ensino no ambiente de aprendizado remoto em 2020. Os 279 professores universitários participantes (62% atuantes no curso de farmácia) elegeram a extensão em que cada fator foi desafiador e a classificou em uma escala de 0 a 10. De acordo com os autores, os estressores classificados como altamente impactantes foram as responsabilidades familiares, as questões relacionadas aos cuidados infantis e a fusão do espaço doméstico com o laboral.

A pesquisa qualitativa de Meireles e Pena (2022) objetivou compreender e analisar o processo de trabalho, organizado e conduzido em *home office*, em relação à desigualdade de gênero na distribuição do trabalho, bem como compreender seus efeitos na saúde mental de professores de universidades públicas brasileiras. Para isso, os autores dispuseram de uma amostra de 448 docentes na primeira etapa da pesquisa, e selecionaram 10% desses indivíduos para realizarem a segunda etapa da pesquisa. Com isso, a pesquisa concluiu que o *home office*, que foi adotado em larga escala durante a pandemia, afetou de maneira significativa a saúde mental das mulheres.

Meireles e Pena (2022) também defendem que o *home office* aumentou a intensidade do trabalho das professoras. A sobrecarga de trabalho vivenciada para cuidar da casa, dos filhos e do trabalho ao mesmo tempo, principalmente pelas mulheres, foi considerada um fator de risco para o adoecimento mental. Neste sentido, é fundamental reconhecer que, em nossa sociedade patriarcal, o papel de cuidar está incumbido automaticamente às mulheres, mas isso deveria ser problematizado, porque o desgaste feminino tende a ser muito maior do que o masculino. Fica evidente, assim, a vigência de uma importante desigualdade entre os gêneros em plena contemporaneidade.

Já Gomes et al. (2021) realizaram um estudo de revisão bibliográfica objetivando examinar a relação entre o fluxo de trabalho dos professores em instituições de ensino superior e a ocorrência de transtornos mentais. Os pesquisadores descobriram que os professores enfrentaram desafios na adaptação à tecnologia, sofreram uma pressão intensificada para alcançar resultados eficazes no processo de ensino e aprendizagem, lidaram com múltiplas exigências institucionais e lutaram para equilibrar o trabalho formal e as responsabilidades domésticas enquanto trabalhavam a partir de casa. Esses fatores contribuíram para a sobrecarga física e mental, resultando em sofrimento generalizado.

Gomes et al. (2021) igualmente destacaram as consequências negativas desta situação, incluindo a perda de empregos de diaristas e domésticas e um aumento da carga de trabalho para as mulheres que trabalhavam como professoras. Ademais, os autores igualmente abordaram o impacto da dupla jornada enfrentada pelas mulheres. Outro ponto a ser mencionado é que, ao participarem de reuniões ou aulas online, as professoras se preocupavam com toda a dinâmica familiar em suas casas, e isso gerava tensão, instabilidade emocional, insegurança e ansiedade, sobretudo pelo medo de não corresponderem ao novo modelo de trabalho em suas especificidades.

Freitas et al. (2021) buscaram estimar a prevalência e os fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em 150 professores universitários da área da saúde no período da pandemia de Covid-19. Para a avaliação da saúde mental, foi utilizada a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21), validada para a língua portuguesa, que possui 21 questões de autorrelato, com pontuação baseada em uma escala do tipo *Likert* de quatro pontos. Verificou-se que uma parte considerável dos docentes apresentou sintomas de depressão, ansiedade e estresse. A depressão apresentou-se associada diretamente à variável “trabalho em mais de uma instituição de ensino”. Já as variáveis associadas à ansiedade foram “faixa etária

inferior a 40 anos” e “ausência de companheiro fixo”, sendo que esta última também se mostrou associada ao estresse.

Chen et al. (2020) propuseram estudar a influência da identidade profissional no desgaste no trabalho durante o período pandêmico e compreender a relação entre satisfação no trabalho e *burnout*. A amostra foi composta por 500 professores universitários de 15 universidades na China e nos Estados Unidos, e os dados foram coletados a partir da utilização de diversas escalas. Os resultados mostraram que os professores que possuíam forte identidade profissional apresentaram menor desgaste profissional e maior satisfação no trabalho. Em contrapartida, os professores que apresentaram uma frágil identidade profissional demonstraram maior desgaste no trabalho e altos escores de *burnout*.

Resultados equivalentes foram reportados por Toledo e Campos (2023) em uma pesquisa realizada no Brasil, a qual evidenciou o papel do reconhecimento profissional como mediador da satisfação, do fortalecimento da identidade profissional e da garantia da saúde mental no trabalho dos professores. Ambos os estudos ainda propuseram maior diálogo entre professores, alunos e gestores, bem como redução das exigências direcionadas aos docentes e maior valorização. A importância de iniciativas dessa natureza ficou ainda mais evidente no período pandêmico devido à maior necessidade de adaptação dos docentes para assegurar a qualidade no ensino remoto.

O estudo de Akour et al. (2020) avaliou o estado psicológico, os desafios do ensino à distância e as ações de enfrentamento relacionadas à pandemia. A amostra contou com 382 professores universitários na Jordânia. Os resultados demonstraram que 31,4% dos participantes, em sua maioria de instituições públicas, estavam em sofrimento psíquico grave e 38,2% em sofrimento psíquico de leve a moderado. No que concerne aos desafios do ensino à distância, a maioria apresentou preocupação quanto ao aumento da possibilidade de os alunos burlarem as regras durante os exames (83%) e percebeu necessidade de maior dedicação, muitas

vezes incorrendo em invasão de privacidade (59,2%). Quanto às preocupações, 56,3% relataram a possibilidade de infecção pelo coronavírus como a maior preocupação e 55,2% quanto ao isolamento. Os autores ainda observaram desgaste dos participantes devido à maior demanda de atividades domésticas.

A pesquisa de Li et al. (2020) teve como finalidade mensurar a frequência de ansiedade e explorar as suas causas durante a epidemia de Covid-19 entre professores chineses. Para tanto, foram entrevistados 88.611 professores, do ensino primário ao superior, de três cidades na província de Henan, na China, no início da pandemia. Além disso, foi aplicada a escala GAD-7. Verificou-se que 13,67% dos participantes obtiveram escores indicativos de transtorno de ansiedade generalizada, sendo a maioria deles do sexo feminino. Além disso, foi constatado que idade, nível educacional, localização da escola e a ansiedade eram variáveis que estavam associadas entre si.

Por fim, Ozamiz-Etxebarria et al. (2021) desenvolveram uma revisão bibliográfica com o objetivo investigar a prevalência de depressão, ansiedade, estresse e esgotamento profissional em professores. Os pesquisadores incluíram oito estudos nessa revisão, de acordo com os quais o estresse seria a condição mais prevalente (30%). Foi observado também que os níveis de ansiedade mais elevados ocorreram em professores da Ásia e em professores de escolas, em comparação com professores de outros continentes ou vinculados a universidades. Por outro lado, os níveis mais elevados de stress foram apresentados por professores universitários. Contudo, não houve diferenças significativas com base no sexo ou na idade em relação a qualquer um dos quadros investigados.

Em suma, é possível concluir que os estudos aqui citados reportaram resultados similares. Todos indicaram que professores universitários tiveram a saúde mental impactada, em maior ou menor grau, pela pandemia. Dos 11 artigos selecionados, oito mencionam que as mulheres foram mais afetadas do que os homens. Logo, evidencia-se a importância de repensar

os papéis atribuídos às mulheres em nossa sociedade, para que se possa minimizar a predisposição quanto ao desenvolvimento de quadros de sofrimento psíquico. Por outro lado, é possível identificar algumas lacunas nas pesquisas. Algumas foram realizadas no início da pandemia, e seria interessante o desenvolvimento de novas pesquisas em momentos posteriores, para rever o impacto do ensino remoto na saúde mental após o retorno às atividades presenciais. Outro ponto a ser considerado é uma parcela expressiva dos participantes das pesquisas atuavam como professores da área da saúde, a qual certamente foi a mais afetada durante o período pandêmico, de modo que professores de outras áreas não foram investigados com a mesma profundidade.

Algumas sugestões foram apontadas pelos estudos mencionados para o enfrentamento dos problemas identificados, tais como: a criação de canais de escuta e aconselhamento psicológico para ajudar os professores no manejo de mudanças contextuais (Chen et al., 2020); capacitação continuada para o acompanhamento de constantes inovações tecnológicas (Akour et al., 2020); o fortalecimento do apoio social como ferramenta de proteção à saúde mental e ao desgaste laboral do professor, favorecendo a redução do estresse, a melhoria nas relações com colegas (Freitas et al., 2021); o estreitamento das relações e de diálogos mais transparentes entre gestores e professores (Clemmons et al., 2022); meios de suporte para a saúde dos professores, cuidando do bem-estar físico e emocional do profissional, reduzindo o sentimento de desvalorização, desamparo e o absenteísmo (Toledo & Campos, 2023; Akour et al., 2020). Por fim, o apoio institucional no sentido de favorecer o trabalho coletivo e colaborativo entre os professores para que o sentimento de pertencimento fortaleça juntamente com o propósito em ensinar (Clemmons et al., 2022).

Marco teórico

Saúde do Trabalhador (ST) é um termo que designa um campo multidisciplinar dedicado a estudar e a promover a saúde dos trabalhadores no contexto das atividades laborais. É fruto de uma evolução histórica que remonta ao século XIX na Europa, com a criação da Medicina do Trabalho e a implementação de serviços médicos nas empresas. A evolução desse campo reflete a complexidade das relações entre trabalho e saúde, influenciada por contextos históricos, sociais e econômicos (Seligmann-Silva et al., 2010a).

A presença do médico no local de trabalho inicialmente fortalecia o vínculo de dependência do trabalhador com a empresa, devido às jornadas extenuantes, adoecimentos frequentes e a precarização das condições laborais. A função de adaptar o trabalhador à sua tarefa e às condições laborais, tal como exercida pelo médico à época, sofreu fortes influências do pensamento mecanicista da Medicina Científica vigente durante o período da revolução industrial. Contudo, unindo-se este pensamento aos princípios da Administração Científica, as empresas passaram a buscar ainda mais produtividade (Mendes & Dias, 1991).

Com o avanço dos processos e equipamentos de produção nas indústrias, bem como devido à necessidade de uma nova forma de divisão do trabalho, a Medicina do Trabalho tornou-se inoperante, em especial frente ao avanço do adoecimento dos trabalhadores verificado neste processo. Com a necessidade de adaptar o ambiente de trabalho para reverter essa situação e, assim, prevenir acidentes e mortes, até porque esses problemas eram onerosos para as empresas, surge a Saúde Ocupacional, cuja marca é um olhar multiprofissional (Mendes & Dias, 1991).

A Saúde Ocupacional, em todo o mundo, tem sua origem em cenários sociais e políticos. Mas a insuficiência de suas ações passou a ser notada a partir das décadas de 1960 e 1970, com a mudança no cenário industrial. A concepção positivista da Medicina conduziu ao crescimento

da medicalização como solução para os problemas ligados ao campo do trabalho. Além disso, o processo de terceirização e o surgimento da área de serviços no mercado global despertaram na classe trabalhadora reivindicações de maiores participações em decisões e temas que permeavam a saúde e segurança no trabalho. Neste cenário, surge a Saúde do Trabalhador (ST), como um campo da saúde pública que possui como objeto o processo de saúde e doença em grupos humanos relacionados ao trabalho (Tambellini & Câmara, 2000).

No Brasil, o desenvolvimento da ST foi influenciado por movimentos sindicais e sociais que lutavam por melhores condições de trabalho e saúde. Nos anos 1940, com a criação da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), houve um marco regulatório significativo que incorporou aspectos de Segurança e Medicina do Trabalho. Contudo, foi somente nas décadas de 1970 e 1980 que o campo ganhou maior relevância com a institucionalização das políticas de saúde do trabalhador, influenciadas pela redemocratização do país e pelo fortalecimento dos movimentos sociais (Selligmann-Silva, 2010a).

A ST no Brasil também avançou a partir dos anos 1970 com a criação do Departamento Intersindical de Estudos e Pesquisa da Saúde e dos Ambientes de Trabalho (DIESAT) e a inclusão do tema da saúde nas reivindicações sindicais. A Constituição de 1988 incorporou as questões de saúde do trabalhador no Sistema Único de Saúde (SUS), baseando-se nos princípios de participação e controle social, integralidade e universalidade. Suas contribuições foram significativamente impulsionadas por estudos que enfatizaram a relação entre as condições de trabalho e os processos de adoecimento dos trabalhadores (Sato et al., 2004).

Segundo Lacaz (2007), o campo da ST se formou a partir de três matrizes principais, a saber: a Medicina Social latino-americana, com ênfase na relação entre condições de vida, trabalho e saúde, focando nos determinantes sociais da saúde e na justiça social; o Movimento Operário Italiano, que integrou à luta operária, questões de saúde, destacando a participação dos trabalhadores na resolução dos problemas de saúde no trabalho e promovendo um ambiente

mais seguro e saudável; e a Saúde Coletiva, como uma abordagem multidisciplinar que considera fatores sociais, econômicos e políticos, defendendo a saúde como um direito universal e promovendo políticas públicas inclusivas. A integração dessas matrizes permite uma compreensão crítica da saúde no trabalho e favorece melhorias nas condições de vida e trabalho dos trabalhadores.

Ao propor o conceito de desgaste operário, Laurell e Noriega (1989), expoentes da Medicina Social latino-Americana, evidenciam que os processos produtivos tendem a consumir as energias vitais dos trabalhadores, gerando adoecimento. Esse modelo teórico se baseia no materialismo histórico e dialético e subsidia uma visão crítica das condições laborais e suas repercussões na saúde.

A análise das condições de trabalho sob a perspectiva da Ergonomia também foi crucial para entender e mitigar os riscos ocupacionais. Tal disciplina científica busca adaptar o trabalho às capacidades e limitações humanas, promovendo ambientes mais seguros e saudáveis. Enfatiza, por exemplo, a importância de considerar a variabilidade do trabalho real e as estratégias individuais dos trabalhadores para lidar com as demandas laborais, bem como reconhece que, considerando-se as diferenças entre o trabalho prescrito e o trabalho real, o trabalhador assume um papel mediador da atividade para o enfrentamento das discrepâncias do cotidiano, garantir sua saúde e entregar um serviço de qualidade (Ferreira, 2004; Guérin et al., 2001).

No campo das políticas públicas, a introdução da Norma Regulamentadora NR-17, por exemplo, que trata da Ergonomia no trabalho, foi um passo importante para a promoção de ambientes laborais mais seguros e saudáveis no Brasil. O documento em questão estabeleceu parâmetros para a adaptação das condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, visando prevenir doenças relacionadas ao trabalho e aumentar a eficiência produtiva (Ministério do Trabalho e Emprego, 2007).

Já a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora, instituída em 2012 e constituída por um conjunto de normativas, buscou implementar ações de saúde do trabalhador em todos os níveis de atenção do SUS, promovendo a articulação entre ações individuais de assistência e recuperação com ações coletivas de promoção, prevenção e vigilância dos ambientes de trabalho. Além disso, enfatiza a importância de considerar os saberes, as experiências e a subjetividade dos trabalhadores na construção de práticas de atenção à saúde (Ministério da Saúde, 2012).

A criação dos Centros de Referência em Saúde do Trabalhador (CERESTs) e da Rede Nacional de Atenção Integral à Saúde do Trabalhador (RENAST) são exemplos significativos da evolução da ST no Brasil em termos institucionais. Esses estabelecimentos têm como objetivo básico fornecer suporte técnico e integrar a saúde do trabalhador em todos os níveis de atenção do SUS, promovendo uma abordagem holística para a prevenção e tratamento das doenças ocupacionais (Lima, 2012).

Em termos teórico-conceituais, Minayo-Gomez e Thedim-Costa (1997) destacam a importância das Ciências Sociais para o campo da ST, fornecendo categorias e referenciais analíticos que elucidam as relações entre os processos de trabalho e o adoecimento. Esse enfoque é fundamental para compreender o valor simbólico do trabalho e sua influência na constituição identitária e na subjetividade dos trabalhadores.

A fragilidade do movimento sindical, a falta de engajamento das universidades e o desenvolvimento de políticas públicas reducionistas são desafios que precisam ser enfrentados para consolidar o campo da ST. Também é necessário resgatar os pressupostos que valorizam a organização dos trabalhadores e consideram os fatores sociais, econômicos e políticos nos processos de saúde e adoecimento (Seligman-Silva, 2010b).

A abordagem interdisciplinar e a integração de diversas áreas são fundamentais para enfrentar os desafios da saúde do trabalhador. A colaboração entre psicólogos, médicos,

engenheiros de segurança, ergonomistas e outros profissionais é necessária para desenvolver intervenções eficazes que considerem todos os aspectos do ambiente de trabalho e sua relação com a saúde dos trabalhadores (Lima, 2012).

As rápidas transformações no mundo do trabalho nas últimas décadas, impulsionadas pela globalização financeira, pela inovação tecnológica e pelas novas formas de gestão, têm gerado desafios para a saúde dos trabalhadores. A intensificação dos ritmos de trabalho têm contribuído significativamente para o aumento do sofrimento psíquico e das doenças mentais relacionadas ao trabalho (Seligmann-Silva et al., 2010b). A precarização das relações de trabalho e a falta de segurança no emprego, por outro lado, podem ter efeitos devastadores na saúde mental dos trabalhadores, aumentando os níveis de estresse, ansiedade e depressão e afetando a percepção de futuro e a identidade profissional (Antunes, 2008; Linhart, 2009; Peres, Silva & Carvalho, 2003).

À vista disso, a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora, conforme instituída pelo Ministério da Saúde, é uma tentativa de equacionar essas questões, pois enfatiza a necessidade de ações integradas e intersetoriais, que considerem os determinantes sociais da saúde e promovam a participação dos trabalhadores na definição e na implementação de medidas de saúde e segurança no trabalho (Ministério da Saúde, 2012).

Diante do exposto, concluir-se que a ST é um campo dinâmico e em constante evolução, que exige políticas públicas eficazes, participação ativa dos trabalhadores e integração interdisciplinar. O desenvolvimento de ambientes de trabalho saudáveis e a promoção da saúde mental dos trabalhadores são objetivos fundamentais que requerem um compromisso contínuo de todos os atores envolvidos.

Já a Saúde Mental Relacionada ao Trabalho (SMRT) constitui um subcampo de estudo que investiga as possíveis conexões entre as condições laborais, o ambiente de trabalho e as relações profissionais no bem-estar psicológico dos trabalhadores, considerando os fatores de

risco e os fatores protetivos presentes no ambiente de trabalho, buscando identificar e mitigar os impactos negativos sobre a saúde mental dos trabalhadores. Compreender essas conexões exige uma abordagem interdisciplinar, integrando conhecimentos relativos a aspectos organizacionais, ergonômicos e psicossociais (Schmidt & Seligmann-Silva, 2017).

Ocorre que as práticas tradicionais de saúde ocupacional, focadas nos riscos físicos, químicos e biológicos, são insuficientes para abordar os desafios contemporâneos. A evolução do perfil de adoecimento dos trabalhadores revela a necessidade de considerar também os aspectos organizacionais e psicossociais. Logo, a análise da saúde dos trabalhadores deve incluir a interação entre as condições de trabalho e os fatores psicossociais que influenciam a subjetividade dos (Paparelli, 2009). A SMRT considera que a precarização do trabalho e as condições laborais adversas estão fortemente associadas ao aumento de transtornos mentais entre os trabalhadores (Seligmann-Silva, 2010b). A promoção da saúde mental no trabalho, portanto, requer estratégias participativas que envolvam os trabalhadores. Além disso, programas de prevenção devem ser avaliados continuamente e ajustados conforme as mudanças nos processos de trabalho (Schmidt & Seligmann-Silva, 2017).

Para enfrentar esses desafios, é crucial desenvolver políticas públicas que promovam a saúde mental no trabalho, as quais devem ser baseadas em mudanças estruturais e organizacionais, focando na prevenção, na assistência e na reabilitação profissional dos trabalhadores. A precarização dos vínculos contratuais, a alta rotatividade e as rápidas mudanças organizacionais são fatores que podem comprometer a efetividade dessas iniciativas (Seligmann-Silva, 2010b).

As práticas de gestão no ambiente de trabalho também têm sido criticadas por contribuírem para o aumento do sofrimento psíquico. A gestão por estresse, que impõe metas altas e prazos curtos, tem sido identificada como uma prática adoecedora, gerando ambientes de trabalho hostis e competitivos que minam a cooperação e o bem-estar dos trabalhadores

(Codo, 1999). O abandono de práticas de gestão dessa natureza requer a atuação de sindicatos e instituições de saúde, a fim promover um diálogo contínuo e ações conjuntas (Franco et al., 2010; Silva & Lima, 2011). A atuação dos CERESTs também se faz necessária, pois inclui ações de vigilância nos locais de trabalho, investigação de denúncias e fiscalização das condições de trabalho para prevenir novos casos de adoecimento (Lima, 2012).

A SMRT como subcampo da saúde do trabalhador se destaca pela abordagem dos impactos psicológicos e psicossociais do ambiente laboral na vida dos trabalhadores. Este subcampo adota uma perspectiva materialista, que se concentra nas condições materiais de existência e nas relações sociais de produção como determinantes fundamentais para a saúde mental (Jaques & Ferreira, 2015; Sato & Bernardo, 2018). Tal perspectiva, dessa forma, implica em analisar o contexto social, econômico e histórico em que o trabalho é realizado. Afinal, como observou Seligmann-Silva (1994), o trabalho, sob o modo de produção capitalista, exerce uma influência significativa sobre a saúde mental dos trabalhadores.

Isso se dá, dentre outras formas, pela precarização do trabalho, que inclui a falta de estabilidade no emprego, baixos salários e ausência de direitos trabalhistas, condições que se estendem à vida pessoal e social dos trabalhadores, agravando o desgaste mental. A insegurança no emprego e a falta de perspectiva de futuro são fatores críticos que aumentam o risco de transtornos mentais. Em nome da “perfeição” nas ações do trabalhador, instaura-se a violência pela excelência, dando vazio ao assédio moral, ao desrespeito às limitações do biorritmo do trabalhador e suas condições mentais para o enfrentamento e manejo da pressão exacerbada pela competitividade (Antunes, 2008; Franco et al., 2010).

Este tipo de violência geralmente ocorre de maneira sutil, como disfarce à dominação exercida sobre o trabalhador. Utilizando-se de um discurso perverso, as organizações muitas vezes prometem uma projeção de futuro ao trabalhador, a partir da imposição de metas inalcançáveis e da vigência da cultura do medo e da intolerância. O termo “colaborador”, em

voga nesse cenário, esconde a condição de subordinação capitalista como forma de manipulação e opressão. Consequentemente, estratégias coletivas de resistência e solidariedade entre os trabalhadores são determinantes para que se possa compreender e combater o desgaste mental (Franco et al., 2010).

As intervenções no campo da SMRT demandam políticas públicas que promovam a justiça social, a segurança no emprego, a valorização do trabalho e, sobretudo, o respeito aos direitos e a dignidade dos trabalhadores (Dias & Hoefel, 2005; Schmidt & Seligmann-Silva, 2017). Ademais, depende da superação de visões simplistas e culpabilizantes que frequentemente atribuem o adoecimento mental a falhas individuais. A SMRT, assim, propõe uma análise contextualizada que reconhece o papel das estruturas sociais e econômicas na produção do sofrimento psíquico. Este enfoque é essencial para desenvolver intervenções eficazes, que não apenas tratem os sintomas do adoecimento mental, mas também abordem suas causas subjacentes (Franco et al., 2010).

Avanços teóricos também são imprescindíveis para o desenvolvimento do campo da SMRT. Um deles é o conceito de desgaste mental, que designa o resultado negativo da correlação de poderes desiguais entre o trabalho e o trabalhador, em que o segundo, sempre perde, e vivencia incapacidade física e psíquica no enfrentamento das exigências do trabalho capitalista (Seligmann-Silva, 2022). Tal conceito, assim, reflete os impactos negativos das condições de trabalho sobre a saúde mental dos trabalhadores, resultantes, em particular, de situações opressivas e da ausência de possibilidades de mudança ou enfrentamento no ambiente de trabalho (Seligmann-Silva, 2017). Dessa maneira, pode ser considerado uma referência integradora de outras abordagens no campo da SMRT.

Por fim, é preciso salientar que pesquisas com variadas abordagens teórico-metodológicas igualmente são imprescindíveis para o campo da SMRT, sobretudo em nosso meio. Em uma delas, Paparelli (2009) investigou o desgaste mental de professores da rede

pública de ensino, tendo demonstrado como as políticas de regularização de fluxo escolar e as condições precárias de trabalho contribuem para o adoecimento psíquico dos docentes. A intensificação do trabalho, a falta de autonomia e o ambiente escolar adverso também foram destacados como fatores que provocam um impacto negativo contínuo na saúde mental nesse público.

Em outra publicação, a autora destacou que a falta de recursos, o excesso de alunos por sala e a pressão por resultados imediatos são condições que exacerbam o estresse e a ansiedade entre os professores (Paparelli, 2010). A análise dessas condições a partir de uma perspectiva materialista permite compreender como as estruturas sociais e econômicas impactam a saúde mental dos trabalhadores. Já como exemplo de uma pesquisa mais recente, com ênfase em outra categoria profissional, é interessante citar a pesquisa de Paparelli, Gibellini e Coelho (2023), a qual analisou o processo de constituição do transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) relacionado ao trabalho de um carteiro que foi submetido a inúmeros assaltos durante sua jornada laboral.

Objetivos

O presente estudo teve como objetivo compreender as vivências de professoras de uma universidade privada durante a pandemia de Covid- 19, sobretudo em relação ao ensino remoto, e seus possíveis impactos na saúde mental. Secundariamente, buscou-se identificar estratégias empregadas no manejo desses impactos.

Método

Tipo de pesquisa

O presente estudo se enquadra como uma pesquisa qualitativa. O foco na compreensão de fenômenos sociais e comportamentais a partir da perspectiva dos participantes é uma característica central desse tipo de pesquisa. Diferentemente da pesquisa quantitativa, que busca numerar dados e generalizar resultados, a pesquisa qualitativa, portanto, explora a profundidade e a complexidade das experiências humanas, e é amplamente utilizada em diversas áreas (Flick, 2009; Goulart, 2018b). A pesquisa qualitativa em Psicologia está alinhada com paradigmas interpretativos que valorizam a compreensão dos significados subjetivos. Epistemologicamente, repousa sobre a premissa de que o conhecimento é construído socialmente e que a realidade é percebida através das lentes das experiências individuais (Goulart, 2018a).

Segundo Flick (2009), a pesquisa qualitativa oferece insights detalhados sobre comportamentos, emoções e interações sociais e é particularmente interessante para explorar temas sobre os quais há pouco conhecimento prévio, ou então para aprofundar o entendimento de fenômenos complexos e subjetivos. Goulart (2018a), a propósito, destaca a importância da subjetividade no processo de pesquisa ao argumentar que o pesquisador qualitativista deve estar ciente de eventuais atravessamentos de suas próprias influências e preconceitos na coleta e análise de dados. Contudo, defende que a subjetividade do pesquisador não deve ser vista como um obstáculo, pois, quando adequadamente manejada, é capaz de contribuir significativamente para a profundidade e autenticidade dos resultados.

Participantes

Participaram do presente estudo 15 professoras de variados cursos de graduação de uma universidade privada. Os critérios de inclusão estabelecidos foram: (a) ser do sexo feminino e (b) ter exercido a docência superior através do ensino remoto durante a pandemia de Covid-19. Mas é importante sublinhar que todas as participantes, quando da coleta de dados, seguiam trabalhando como professoras na mesma universidade privada, a qual, é preciso esclarecer, foi privilegiada pela facilidade de acesso da pesquisadora. Deve-se ainda antecipar que o critério de saturação foi empregado para determinar a interrupção do recrutamento das participantes, como será detalhado mais adiante.

Em relação à raça, 66,7% (n=10) das participantes se identificaram como brancas. Quanto à renda pessoal, 73,3% (n=11) referiram receber seis ou mais salários-mínimos. No que diz respeito à renda familiar, 86,6% (n=13) delas afirmaram ser de seis ou mais salários-mínimos. A área de formação mais frequente no tocante à graduação foi Ciências da Saúde (60,0% / n=9). O mestrado foi predominante no que diz respeito ao maior nível de titulação (86,7% / n=13). A propósito do regime de trabalho, 46,7% (n=7) das participantes informaram que se enquadravam como horistas. Ademais, a maioria (53,3% / n=8) não conciliava a docência com outra atividade profissional. Na Tabela 2 encontra-se a caracterização das participantes.

Tabela 2. *Caracterização das participantes*

Variável	Característica	n	%
Raça	Branca	10	66.7
	Mulata/Cabocla/Parda	5	33.3
	1 a 3 SM	1	6.7
Renda pessoal	4 a 5 SM	3	20.0
	≥ 6 SM	11	73.3
	1 a 3 SM	1	6.7
Renda familiar	4 a 5 SM	1	6.7
	≥ 6 SM	13	86.6
Área de formação da graduação	Ciências da Saúde	9	60.0
	Outras Áreas	6	40.0
	Especialização	14	93.3
Maior nível de titulação	Mestrado	14	86.7
	Doutorado	7	46.7
Regime de trabalho	Horista	7	46.7
	Dedicação Integral	6	40.0
	Dedicação Parcial	2	13.3
Outra atividade profissional	Não	8	53.3
	Sim	7	46.7

Legenda: SM= Salário Mínimo (baseado em R\$1.412, salário base em 2024); ≥ = Maior ou Igual.

Instrumento

O instrumento utilizado no presente estudo foi uma entrevista individual semiestruturada, conduzida através de videochamada em uma plataforma virtual e norteada por um roteiro composto por 10 perguntas (Apêndice). A opção por tal instrumento, que é de emprego recorrente em pesquisas qualitativas, se deve a diversos fatores, dentre os quais:

1. Flexibilidade e profundidade: a entrevista semiestruturada permite uma combinação balanceada entre estrutura e flexibilidade. O pesquisador segue um conjunto de perguntas pré-determinadas, elencadas em um roteiro, mas também tem a liberdade de explorar tópicos emergentes durante a entrevista, o que permite uma investigação mais profunda e espontânea das respostas dos participantes (Flick, 2009).
2. Acesso a perspectivas subjetivas: a entrevista semiestruturada é particularmente eficaz para captar as perspectivas subjetivas dos participantes, pois favorece a comunicação livre e genuína, o que resulta em uma compreensão mais detalhada acerca de vivências e experiências (Goulart, 2018a).
3. Adaptabilidade: a entrevista semiestruturada pode ser adaptada a diferentes contextos e necessidades específicas de pesquisa. Isso porque o pesquisador pode ajustar seus questionamentos conforme o andamento da conversa, o que é crucial para explorar nuances e detalhes que podem não ser evidentes de início (Flick, 2009).
4. Interatividade: a entrevista semiestruturada promove uma interação dinâmica entre o pesquisador e o entrevistado, o que pode ajudar a construir um ambiente de confiança e abertura. Isso é particularmente importante em estudos que envolvem temas sensíveis ou complexos, nos quais os participantes podem precisar de uma atmosfera acolhedora para se expressar plenamente (Flick, 2009).

Coleta de dados

O convite para participação no presente estudo foi efetuado via *WhatsApp*, através de grupos de docentes de variados cursos de graduação da instituição. Na sequência, participantes em potencial contataram a pesquisadora, também via *WhatsApp*, e receberam informações sobre os procedimentos metodológicos. Aquelas que confirmaram o interesse inicial em participar e preencheram os critérios de inclusão expostos previamente receberam um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, para leitura e formalização de anuência. Foi agendado, então, em comum acordo, um dia e horário para a realização da respectiva entrevista individual. A cada participante foi enviado um *link* de acesso ao *Google Meet*, plataforma virtual selecionada para o desenvolvimento da coleta de dados por conciliar segurança e praticidade.

A pesquisadora chegou a se comunicar via *WhatsApp* com 21 participantes em potencial, no total. Com 17 delas foram agendadas entrevistas individuais, mas houve duas desistências. Como informado previamente, o recrutamento das participantes foi interrompido mediante a constatação do preenchimento do critério de saturação. Portanto, o fechamento amostral ocorreu *a posteriori*, quando se observou que a continuidade da coleta de dados não estava mais acrescentando novos elementos significativos para a consecução do objetivo do presente estudo, como preconiza Minayo (2017). É importante esclarecer que a coleta de dados se estendeu por dois meses, mais precisamente de julho a agosto de 2024. Tal período, portanto, demarca uma abordagem retrospectiva, a qual pode ser considerada um diferencial metodológico do presente estudo.

As participantes foram orientadas pela pesquisadora a buscar um local reservado e seguro para que pudessem se expressar sem eventuais constrangimentos determinados pela presença de outras pessoas durante a respectiva entrevista individual. Em todos os casos, a coleta de dados foi concluída em uma única ocasião, duraram, em média 40 minutos, sendo

que, de modo geral, observou-se que as participantes se sentiram à vontade. Atividades voltadas à aculturação e à ambientação foram consideradas desnecessárias, tendo em vista que a pesquisadora já estava familiarizada tanto com o grupo social a ser pesquisado, além de possuía experiência com a condução de entrevistas individuais. Ressalte-se, por fim, que, embora a coleta de dados tenha sido realizada através de videochamadas, procedeu-se apenas a audiogravação, e que a pesquisadora não mantinha uma relação próxima de amizade com nenhuma participante.

Análise de dados

A audiogravação das entrevistas individuais foi transcrita de forma literal e integral. O material obtido constituiu o *corpus* do presente estudo e foi submetido à análise de conteúdo, ferramenta que busca compreender percepções e vivências, individuais e coletivas, a partir de um contexto social compartilhado e tem sido amplamente utilizada em pesquisas qualitativas desenvolvidas com variadas fontes de dados (Souza, 2014; Sousa & Santos, 2020). Os procedimentos metodológicos preconizados por Bardin (2006) foram utilizados para tanto, de modo que a análise de dados se desmembrou em três etapas: (a) pré-análise, (b) exploração do material e (c) tratamento dos dados e interpretação.

A primeira etapa busca a operacionalização do *corpus* a partir da realização de sucessivas leituras das transcrições e do registro de impressões e hipóteses iniciais, a serem analisadas posteriormente, e deve culminar na identificação preliminar das temáticas preponderantes. Os seguintes critérios são observados nesse processo: (a) exaustividade; (b) representatividade, (c) homogeneidade, e (d) exclusividade. Já a segunda etapa envolve a codificação e a categorização do *corpus* mediante o reconhecimento de unidades de registro, que são correspondentes ao palavras ou frases, por exemplo, e do contexto que as situa. Por fim, a terceira etapa consiste, basicamente, na identificação, pelo pesquisador, de sentidos –

implícitos ou explícitos nos dados – capazes de elucidar fenômenos abarcados pelas categorias identificadas na etapa anterior.

Aspectos éticos

O presente estudo foi aprovado por um Comitê de Ética em Pesquisa (Parecer 7.244.002) e foi desenvolvido de acordo com as diretrizes estabelecidas para pesquisas com seres humanos pela legislação em vigência no Brasil. Dessa forma, às participantes foi garantido que elas não seriam identificadas, assim como não seria divulgado o nome da universidade privada em que elas trabalhavam. Além disso, as participantes foram informadas de que poderiam se retirar do presente estudo a qualquer momento e sem necessidade de justificativa. Nenhuma delas apresentou solicitação nesse sentido. Por fim, é importante salientar que a participação ocorreu voluntariamente.

Resultados e Discussão

A análise de conteúdo levou à identificação de nove categorias, assim intituladas: (a) Relação saúde-doença-trabalho; (b) Precarização e intensificação das exigências do trabalho; (c) Suporte da instituição; (d) Sentimentos atuais; (e) Identidade e pertencimento ao trabalho; (f) Estratégias de enfrentamento na pandemia de Covid -19, (g) Ressignificação do sofrimento e (h) O uso da tecnologia e a relação com o trabalho. A Tabela 3 apresenta a descrição de cada uma delas, bem como alguns relatos representativos, extraídos literalmente das transcrições das audiografações. Na sequência, será realizado o cotejamento dos resultados relativos às categorias com base na literatura especializada, sobretudo aquela composta por pesquisas prévias inseridas no campo da SMT.

A categoria “Relação saúde-doença-trabalho” explora a conexão entre desgaste físico e mental, a organização do trabalho e os desafios enfrentados no ensino. Nesse sentido, vale lembrar que o conceito de desgaste mental sugere que o trabalho, especialmente em condições de intensificação, pode desencadear processos de adoecimento mental e físico. Nos relatos concernentes a tal categoria, percebe-se que, para diversas participantes, essa possibilidade ficou evidenciada durante e após a pandemia de Covid-19. Elas relataram ansiedade, insônia e a necessidade de lidar com demandas emocionais dos alunos e suas próprias vulnerabilidades, ilustrando o impacto do excesso de trabalho e da sobrecarga emocional. Essa tipo de situação pode ser compreendida com base em Seligmann-Silva (2022), para quem o desgaste mental representa uma perda progressiva do controle sobre si mesmo diante de um contexto laboral que aliena e desumaniza o trabalhador

Tabela 3. Distribuição das categorias resultantes da análise de conteúdo, com descrição e relatos representativos

Categorias	Descrição	Relatos representativos
Relação saúde-doença-trabalho	Explora a conexão entre desgaste físico e mental, a organização do trabalho e os desafios enfrentados no ensino	<i>“Mas o meu maior desafio, assim, foram as avaliações deles [alunos]. É uma avaliação anônima, dos alunos... Foi pra mim o maior desafio, que às vezes algumas coisas que eram colocadas ali, que eram avaliadas ali, eu ficava bem chateada com algumas coisas, me perguntando se eu deveria mesmo seguir ou não nessa área...”</i> (Participante 2)
		<i>“Então, quando eu estou planejando o semestre [letivo], eu costumo perder o sono quebrando a cabeça. Mas, geralmente, eu planejo tudo no início pra justamente eu não ter que ir quebrando a cabeça ao longo do semestre”</i> (Participante 2)
		<i>“A questão é lidar com a diversidade de alunos, com a diversidade das turmas, com a evolução...”</i> (Participante 4)
		<i>“Aqueles contratempos de você pegar um aluno que às vezes, a gente sabe que não é conosco, mas ele vai trazer uma demanda que a gente precisa lidar, eles trazem muitos problemas pessoais que a gente precisa ajudar também, né?”</i> (Participante 5)

		<i>“Senti medo e desamparo” (Participante 1)</i>
		<i>“Eu acho que foi um marco, a pandemia, porque a pandemia me tirou da zona de conforto de tal maneira que me deu um desgaste, que era como se eu tivesse invertido a minha posição com o aluno. Eu virei refém daquele menino, daquele aluno” (Participante 8)</i>
Precarização e intensificação das exigências do trabalho	Contempla condições macro e micro da divisão e da organização do trabalho, incluindo a necessidade de rápida adaptação tecnológica e a gestão de turmas contextos desiguais durante a pandemia de Covid-19	<i>“Então, em março de 2020, foi assim, vai ser online, vocês vão ter que ficar online, nós não podemos parar” (Participante 1)</i> <i>“...mas imaginar o que do outro lado estava sendo compreendido é o que me gerou mais ansiedade, mas com o tempo eu fui controlando, só que eu precisei de uma ajuda, pra isso, pra não deixar a questão crescer, que vêm aquele mal estar, o estômago já começa a embrulhar aquela coisa, né” (Participante 4)</i> <i>“...outra angústia, mas depois eu relativizei, foi de que se eu não tiver controle presencial dos instrumentos de avaliação, eu não estou de fato mensurando o aprendizado do aluno”. (Participante 6)</i>

Suporte da instituição

Abrange o papel da instituição na oferta de suporte técnico, mas também emocional aos docentes

“Parece que foi uma docência muito solitária [...] Houve momentos que eu quis forçar a ver as câmeras mas em função do nível socioeconômico das minhas alunas eu percebi que isso era constrangedor para algumas, às vezes elas não podiam abrir o microfone porque, muitas vezes, na casa acontecia tudo” (Participante 6)

“Eu paguei aula particular [...] pra eu poder entrar no Meet” (Participante 1)

“Quando eu entrei naquele semestre, a coisa já não estava muito boa, não tinha muito diálogo. Então, foi uma caminhada muito solitária” (Participante 1)

“Não tinha nenhuma estratégia pré-definida, porque era novo pra todo mundo. Então, não tinha um curso, não tinha o que procurar” (Participante 2)

“Não teve. Qual a preparação? Amanheci dando aula, anoiteci enfiando a cara na câmera” (Participante 8)

“A instituição, nessa parte pedagógica, foi muito bacana. Eu me sentia amparada. Em qualquer dúvida que tínhamos, eles vinham para ensinar, para falar. Foi legal.” (Participante 11)

Sentimentos atuais

Diz respeito às reverberações de vivências associadas ao período da pandemia no retorno ao ensino presencial

“Eu falo que é caracterizado como trauma [o retorno ao ensino presencial] E o trauma não tem expressão. É um choque. Eu não dou conta ainda de te falar o que eu fiz. Como foi, ainda não, por ter sido um movimento abrupto...” (Participante 1)

“Então, esse desafio de você tentar fazer uma aula que seja mais interessante do que aquilo que eles estão acessando no celular é muito difícil” (Participante 2)

“Hoje eu me vejo um pouco nesse momento de estar cada vez mais acelerada para acompanhar o movimento que está acontecendo” (Participante 8)

“Falar que voltamos bem, acho difícil também. Todo mundo quer ir para a terapia, e às vezes nem percebem que é por causa disso. Às vezes, o impacto está aparecendo agora, essa exaustão que todos estão reclamando. A gente nem analisa” (Participante 11)

Identidade e pertencimento ao trabalho	Abrange a construção dinâmica da consciência de si face ao trabalho	<i>“Você não sabe estar em sala de aula, a gente nasce com isso. Eu gosto de estar na docência, de estar num lugar, de ensinar, de transmissão”</i> (Participante 1) <i>“Trabalhar pra mim é algo que desde que eu consiga me organizar nos horários, pra eu fazer de uma forma tranquila, é muito satisfatório e me auxilia na minha saúde mental. Porque é algo muito importante pra minha identidade pessoal e profissional”</i> (Participante 2) <i>“Então, eu já comecei docente. Não exerci nenhuma outra profissão. Eu sou filha de professora ... Na sala de aula, eu sempre me senti muito bem, sabe?”</i> (Participante 5) <i>“Ah, eu não sei, toda vida eu me senti tão feliz sendo professora...”</i> (Participante 6)
Estratégias de enfrentamento na pandemia de Covid -19	Uso de recursos internos e externos no manejo de desafios no trabalho	<i>“...Eu comprei um quadro, um quadro que ainda tá aqui. E eu podia dar aula e eu escrevia em um quadro de vidro fosco e dava como se eu tivesse sala de aula, para fazer os esquemas para os alunos. Eu coloquei esse quadro na minha sala, de 1,20m, aquele quadro branco leitoso. Comprei os pincéis igual sala de aula e colocava a câmera, a turma podia ver eu levantar e fazer como se eu estivesse em sala</i>

Ressignificação do sofrimento

Foca na capacidade de transformar o sofrimento em aprendizado, adaptando-se às adversidades relativas à docência

de aula. Eu guardo isso aqui para contar histórias”
(Participante 1)

“Na parte psicológica, eu continuei com o processo de análise. Na parte física, eu me cuidei, tranquei em casa com tudo que é possível, de água sanitária, tudo de álcool, máscara de limpar tudo, limpar tudo, tudo, tudo, tudo e ninguém entrava aqui em casa” (Participante 1)

“As estratégias que eu utilizei foi a terapia e apoio da família” (Participante 3)

“Nesse período da pandemia também, eu replantei o meu jardim. Então, todas as plantas que eu tenho no meu jardim, eu plantei. E fui fazendo paisagismo da minha casa. E na fazenda também, montei um pomar” (Participante 5)

“Eu acho que é bom a gente colocar, deixar bem claro que, assim, foi a primeira, a nossa geração, foi a primeira pandemia que nós vivenciamos, pode não ser a última, mas o que eu acho que é bom deixar bem claro é que a gente é capaz de adaptar a qualquer circunstância” (Participante 5)

O uso da tecnologia e a relação com o trabalho

Destaca o papel dos recursos digitais em um contexto de aumento da sobrecarga de trabalho

“Eu acho que o aprendizado que ficou dessa pandemia, é que nós não temos o conhecimento, nós não temos a segurança, não somos dono de nada, nem do seu próprio conhecimento, do seu autoconhecimento” (Participante 13)

“O meu maior desafio foi criar materiais que os alunos pudessem acompanhar remotamente, sem suporte tecnológico” (Participante 6)

“...a inteligência artificial batendo na nossa porta é uma outra questão que também não tô sabendo muito como lidar com isso. Não tenho ainda opinião, mas o povo tá deitando e rolando” (Participante 8)

“O que será isso para nós? Não sei se vai ser desafiador ou se vai ser destruidora. Então, assim, eu tenho muito medo com esse tipo de instrumento que a gente vai estar lidando futuramente” (Participante 13)

Vale lembrar que a pandemia de Covid-19 foi um evento abrupto e imprevisível, que levou à imposição do ensino remoto, muitas vezes sem suporte adequado, e à necessidade de lidar com desafios emocionais dos alunos, o que desencadeou significativas dificuldades para algumas participantes do presente estudo. Portanto, é importante salientar que, para Paparelli, Gibellini e Coelho (2023), traumas podem emergir do ambiente de trabalho em situações de risco ou de desamparo institucional, provocando sintomas como esgotamento emocional, desconexão e falta de propósito.

Os relatos de diversas participantes mostram que o ensino remoto acentuou o sentimento de isolamento, dificultando a construção de um senso de comunidade e pertencimento. Já o enfrentamento diário de situações adversas sem o apoio institucional adequado reforçou o desgaste emocional, corroborando a visão de que o trabalho pode se tornar fonte de trauma quando as exigências ultrapassam os recursos disponíveis ao trabalhador. Resultados semelhantes foram obtidos por Winters et al (2023) em uma pesquisa realizada no Brasil com docentes universitários, especificamente da área da saúde. Verificou-se que foi recorrente a compreensão de que, para muitos deles, foi necessário se reinventar como professor durante a pandemia de Covid-19, levando à exaustão, em alguns casos.

A categoria “Precarização e intensificação das exigências do trabalho” explora como o contexto pandêmico exacerbou os desafios enfrentados pelas docentes no ensino superior, especialmente devido às demandas ampliadas do trabalho remoto. A rápida transição para esse modelo, o suporte institucional insuficiente e o acúmulo de responsabilidades contribuíram para a sobrecarga laboral e impactaram negativamente na saúde mental dos professores. Esse cenário corrobora a ideia de que a organização do trabalho pode intensificar os fatores estressores, gerando um ciclo de desgaste cumulativo. A precarização observada alinha-se ao conceito de intensificação do trabalho e seu impacto no psiquismo, abordado por Seligmann-Silva (2011).

O ensino remoto emergencial trouxe uma reorganização abrupta das práticas docentes, exigindo a rápida adaptação às plataformas digitais, a criação de novos materiais e a gestão de turmas em condições socioeconômicas desiguais. Rodrigues et al. (2020) apontam que o cenário pandêmico, com isso, gerou repercussões emocionais e cognitivas em trabalhadores do setor educacional, destacando que a precarização das condições laborais exacerbou o estresse e a insatisfação com o trabalho. As participantes relataram que, além das demandas acadêmicas tradicionais, como elaboração de aulas e avaliações, precisaram lidar com questões técnicas e emocionais adicionais, muitas vezes sem treinamento ou suporte adequado. Essa experiência é reflexo do aumento do que os autores denominam como “exigências adaptativas”, que intensificam o desgaste físico e mental dos professores.

A precarização também trouxe impactos significativos para a fronteira entre vida pessoal e profissional. Segundo Santos et al. (2022), a pandemia ampliou a invisibilidade do trabalho docente realizado fora do ambiente universitário, como planejamento, avaliação e suporte emocional aos alunos. Para professoras, em particular, a sobreposição de papéis foi mais evidente, devido à conciliação de responsabilidades familiares e laborais em um mesmo espaço, como destacam os autores. E tal fato foi verificado no presente estudo.

Afinal, os relatos de diversas participantes evidenciam que elas encontravam dificuldades para se “desligarem” do trabalho, pois o próprio lar se transformou também em ambiente laboral. Essa fusão entre os mundos pessoal e profissional intensificou o esgotamento. Os autores destacam que a pandemia de Covid-19 tornou a linha entre vida privada e pública tênue e dilacerante, especialmente para trabalhadoras do ensino superior. Rodrigues et al. (2020), seguindo essa argumentação, enfatizam que a saúde mental de educadores foi impactada pelo contexto de imprevisibilidade e pela percepção de isolamento diante de suas responsabilidades ampliadas. Essa precarização, contudo, é estrutural, ligada à falta de políticas institucionais que valorizem e protejam os trabalhadores. Os relatos indicaram que muitas

participantes do presente estudo enfrentaram sentimentos de ansiedade e insatisfação com o desempenho laboral, fenômenos que se alinham ao conceito de “desumanização do trabalho”, descrito pelos autores como a redução da autonomia e do bem-estar no ambiente profissional.

A pandemia de Covid-19, dessa forma, destacou a necessidade de políticas que resgatem a dignidade e o bem-estar no trabalho docente. Santos et al.(2022) sugerem que mudanças institucionais, como a implementação de suporte psicológico, treinamento técnico e maior flexibilidade nas demandas, são fundamentais para reduzir o impacto da intensificação do trabalho. Rodrigues et al. (2020) também reforçam a importância de valorizar a saúde mental dos trabalhadores, reconhecendo o impacto sistêmico de crises sanitárias no setor educacional. A promoção de redes de apoio e a reestruturação das práticas institucionais podem ser passos importantes para enfrentar a precarização e intensificação das exigências.

A categoria “Precarização e intensificação das exigências do trabalho”, portanto, revela que a pandemia de Covid-19 amplificou desigualdades estruturais e precarizou ainda mais as condições de trabalho docente. Rodrigues et al. (2020) e Santos et al. (2022) nos permitem compreender que esse processo está relacionado a limitações institucionais e às condições contemporâneas de trabalho. Mitigar esses problemas exige ações concretas que promovam a saúde mental, principalmente por meio da valorização do trabalho docente e do restabelecimento de limites saudáveis entre vida pessoal e profissional.

A categoria “Suporte da instituição” abrange o papel das universidades em oferecer suporte técnico e emocional aos docentes, incluindo treinamento para plataformas digitais e assistência no enfrentamento das dificuldades do ensino remoto. Os relatos das participantes apontaram para a insuficiência de apoio institucional durante o período crítico de transição para o ensino remoto, apesar de reconhecerem que a própria instituição passava pela mesma adaptação. A ausência de formação adequada e de suporte psicológico refletem o papel da

organização do trabalho como um elemento central no desgaste mental dos docentes no ensino superior.

Arruda (2020) aponta que a educação remota emergencial foi implementada em caráter improvisado, expondo lacunas sistêmicas nas práticas institucionais de suporte aos professores, inclusive, mas não apenas universitários. A falta de planejamento para a transição digital resultou na ausência de treinamentos padronizados e recursos adequados para os docentes, o que ampliou o impacto do ensino remoto sobre a saúde mental. Na análise do Arruda, as universidades transferiram para os professores a responsabilidade de adaptar-se às novas exigências tecnológicas e pedagógicas. Esse contexto intensificou a percepção de abandono – reportada por muitas participantes do presente estudo – e reforçou a necessidade de investimentos em formação continuada e suporte técnico.

Assis e Souza (2021) analisam como a lógica neoliberal potencializou a precarização do trabalho docente durante a pandemia, caracterizando um cenário de individualização dos problemas institucionais. A ausência de suporte adequado por parte das instituições resultou em uma sobrecarga dos docentes, que precisaram investir recursos próprios para adaptar-se ao trabalho remoto, incluindo a compra de equipamentos e o aprendizado de ferramentas digitais. Isso fica claro quando se leva em conta que a Participante 1 referiu que contratou os serviços de uma técnica em informática para conseguir acessar a plataforma virtual que foi utilizada para o ensino remoto.

A ausência de infraestrutura e suporte adequado limitou significativamente a capacidade dos professores atenderem às demandas introduzidas pelo ensino remoto durante a pandemia. Em muitos casos, os docentes trabalharam em condições improvisadas, sem orientações claras e com acesso precário a plataformas digitais, conforme Bernardo et al. (2020). Os autores apontam que o suporte emocional, em particular, também foi negligenciado, deixando os

professores não apenas sobrecarregados, mas também fragilizados do ponto de vista psicológico.

É preciso salientar que instituições que ofereceram treinamento para plataformas digitais e assistência informática foram exceções. Mas, como enfatizado por Arruda (2020), isso deveria ter sido encarado como uma prioridade. O papel das instituições, em tese, vai além da mera disponibilização de ferramentas digitais, e envolve a preparação técnica para o uso de plataformas digitais. O investimento em suporte emocional, por outro lado, se justificando reconhecendo-se que a saúde mental dos docentes está diretamente ligada ao seu desempenho e bem-estar, como discutido por Assis e Souza (2021).

A categoria “Sentimentos atuais” abarca as reverberações de vivências associadas ao período da pandemia no retorno ao ensino presencial, evidenciando sentimentos de frustração e reflexões quanto à continuidade de certas práticas adotadas durante a vigência do ensino remoto. Essas vivências ilustram um processo complexo de enfrentamento, marcado pela tentativa de ressignificação do trabalho docente.

Mello (2023) identifica que a pandemia intensificou as desigualdades de gênero no trabalho docente, afetando desproporcionalmente mulheres. A sobreposição entre as responsabilidades profissionais e domésticas tornou-se mais evidente, levando muitas delas à exaustão. Diversos relatos das participantes do presente estudo são consistentes com esses achados, pois realçam a dificuldade de gerenciar as demandas ampliadas de trabalho remoto sem o suporte institucional adequado. Nesse cenário, a frustração emergiu como uma reação frequente, amplificada pela necessidade de adaptação constante.

É interessante mencionar que Leal Neto et al. (2022) investigaram os impactos da pandemia na saúde mental de profissionais de saúde, mas suas conclusões são amplamente aplicáveis ao trabalho docente. Ansiedade e insegurança, especialmente diante da imprevisibilidade e da pressão para manter a qualidade das atividades laborais, se destacaram

como problemas recorrentes, acompanhando os autores. Entre professoras universitárias, às longas jornadas de trabalho se somaram atribulações decorrentes da necessidade de lidar com dificuldades dos alunos, além das próprias limitações técnicas, como algumas participantes do presente estudo informaram.

Apesar dos desafios, o período pandêmico também proporcionou momentos de superação e crescimento profissional. Algumas participantes do presente estudo relataram que a adoção de novas estratégias pedagógicas e o domínio de ferramentas tecnológicas foram aspectos positivos que resultaram do ensino remoto. Essas práticas, como o uso de tecnologias digitais, permanecem presentes no ensino presencial, demonstrando um processo de aprendizagem adaptativa. Sobre esse fenômeno, Mello (2023) destaca que a continuidade de determinadas práticas adotadas no ensino remoto representa uma forma de resiliência docente, em que experiências difíceis são ressignificadas como oportunidades de inovação pedagógica. Leal Neto et al. (2022), seguindo o mesmo argumento, reforçam que a capacidade de reflexão e adaptação é essencial para os docentes em cenários adversos.

Em suma, os resultados concernentes à categoria em pauta ilustram que sentimentos de frustração, mas também de superação vivenciados pelas participantes durante a pandemia permanecem como uma espécie de legado desse período. A vigência do ensino remoto, assim, foi um momento de tensão e aprendizagem para elas, já que impulsionou reflexões e adaptações significativas. Com isso, diversas participantes parecem ter conseguido transformar suas práticas pedagógicas e fortaleceram sua resiliência.

A categoria “Estratégias de enfrentamento” aborda as ações e recursos mobilizados pelas professoras para lidar com os desafios impostos pela pandemia de Covid-19 e pelo ensino remoto emergencial. Essas estratégias emergiram tanto de iniciativas individuais quanto de apoio coletivo, e fomentaram a capacidade de adaptação diante das adversidades. Estas práticas

são analisadas à luz das contribuições de Silva e Souza (2021), Seligmann-Silva (2022) e Santos et al. (2022).

As participantes relataram a utilização de recursos como jardinagem, psicoterapia e apoio familiar para manter o equilíbrio emocional. Tais estratégias sinalizam esforços para construir espaços de cuidado em meio à sobreposição entre vida pessoal e profissional, que foi exacerbada pelo trabalho remoto. Silva e Souza (2021) identificam que a ausência de limites claros entre trabalho e vida doméstica no *home office* gerou sobrecarga emocional. No entanto, os autores também destacam que medidas adaptativas, como estabelecer rotinas e buscar momentos de relaxamento, foram eficazes para ao menos diminuir os impactos negativos. Esses achados estão alinhados aos relatos da maioria das participantes do presente estudo, que buscaram criar formas de preservar seu bem-estar emocional frente às exigências laborais ampliadas.

A resiliência, entendida como a capacidade de superar adversidades e ressignificar experiências difíceis, pode ser depreendida dos relatos de diversas participantes. E isso remete à afirmação de Seligmann-Silva (2022), de que o “direito de ser dono de si mesmo” é essencial para a saúde mental no contexto laboral, permitindo ao trabalhador recuperar sua autonomia mesmo em contextos de alta pressão. Ocorre que várias professoras descreveram como transformaram os desafios do ensino remoto em oportunidades de aprendizado, aprimorando suas habilidades tecnológicas e desenvolvendo métodos criativos para engajar os alunos. Esse processo de ressignificação, embora árduo, contribuiu para a construção de competências que continuam a ser utilizadas no ensino presencial.

Além das estratégias individuais, as redes de apoio foram fundamentais para enfrentar o isolamento e a insegurança do ensino remoto. As participantes referiram que a troca de experiências com outras professoras permitiu compartilhar soluções, aliviar a sensação de solidão e criar estratégias conjuntas para superar os desafios do período. No caso de mulheres

docentes, essas redes foram ainda mais decisivas, de acordo com Santos et al. (2022). No entanto, os autores também apontam que elas não substituem a necessidade de suporte institucional estruturado, como treinamentos e assistência técnica.

As estratégias de enfrentamento relatadas pelas professoras se conectam diretamente às reflexões teóricas de Seligmann-Silva (2022), que sublinha a importância de reconstruir significados no trabalho, permitindo a consolidação da identidade profissional e autonomia individual. Silva e Souza (2021) demonstram que iniciativas adaptativas, como momentos de relaxamento e organização, são essenciais para enfrentar os desafios do trabalho remoto a qualquer tempo. Ademais, a valorização do coletivo, alinhada aos achados de Santos et al (2022), evidencia que o coleguismo é indispensável, especialmente em circunstâncias de alta pressão.

A categoria “Identidade e pertencimento ao trabalho” aborda como as participantes do presente estudo percebiam a docência como parte central de suas vidas, mesmo diante das múltiplas adversidades impostas pela pandemia de Covid-19, e também após a retomada do ensino presencial. Essa percepção de centralidade é atravessada, por um lado, pela satisfação com o trabalho e, por outro lado, pelos desafios enfrentados em contextos de precarização e sobrecarga. Os relatos referentes a essa categoria, portanto, permitem a compreensão sobre elementos do processo de construção de uma visão sobre si mesmo baseada nos papéis que desempenham profissionalmente.

Segundo Sato e Bernardo (2018), o trabalho é um pilar da constituição da identidade, sendo, ao mesmo tempo, um espaço de interação social e de construção de significado pessoal. Para as participantes do presente estudo, a docência parecer ser vivenciada como mais do que um exercício profissional, pois representa uma extensão de suas histórias e valores, conectando-se profundamente às suas trajetória de vida. Esse vínculo mantém a sensação de pertencimento

ao trabalho, fortalecendo a autoestima e a percepção de propósito, mesmo em um cenário de adversidade.

De acordo com Mascarenhas e Teixeira (2017), a docência no ensino superior privado se diferencia por ser marcada por uma dualidade entre a precarização e a busca pela profissionalização. Durante a pandemia, é possível pensar que essa tensão foi intensificada pela necessidade de adaptação rápida ao ensino remoto. Ainda assim, muitas professoras relataram a prática docente como um componente basilar da identidade social. Cabe aqui esclarecer que, conforme Galindo (2004), a identidade profissional é uma espécie de particularização da identidade social, a qual diz respeito às pessoas que pertencem a uma mesma categoria por apresentarem características comuns, ainda que não mantenham qualquer forma de convivência.

A identidade profissional pode atuar como um elemento protetor contra o esgotamento, especialmente em contextos de alta pressão (Chen et al., 2020). De acordo com Paparelli (2010), o pertencimento ao trabalho está diretamente relacionado à saúde mental dos trabalhadores, sendo uma fonte de bem-estar em contextos que valorizam a subjetividade do profissional. Para as participantes do presente estudo, o vínculo emocional com a docência e a constatação de que o trabalho ao qual se dedicam repercute positivamente na vida dos alunos parecem sustentar a motivação para prosseguir na carreira acadêmica e potencializar a resiliência.

Porém, Galindo (2004) alerta que a identidade profissional é composta pelo pólo do auto-reconhecimento e pelo pólo do alter-reconhecimento, ou seja, envolve como o sujeito se reconhece e o como é reconhecido pelos outros. Levando em conta o problema da invisibilidade do trabalho docente realizado fora do ambiente universitário, que, como já mencionado, foi descrita por Santos et al. (2022), fica claro que muitas vezes o alter-reconhecimento deixa a desejar no que diz respeito à docência. Além disso, muitas professoras, apenas por serem mulheres, muitas vezes acabam se encarregando sozinhas de afazeres domésticos que também

são invisibilizados, embora sejam de grande importância para todos, o que se deve à injusta divisão sexual do trabalho ainda vigente em muitas sociedades (Araújo, Monticelli, & Acciari, 2021).

A categoria “O uso da tecnologia e a sobrecarga do trabalho” aborda como a rápida transição para o ensino remoto emergencial durante a pandemia de Covid-19 impactou os docentes, gerando sobrecarga emocional e cognitiva. Nesse processo, a necessidade de adaptação às plataformas digitais e a percepção de insuficiência técnica tornaram-se os principais entraves, conforme os relatos das participantes do presente estudo. Sabe-se que quadros clínicos de ansiedade e depressão são frequentemente associados às condições de trabalho no ensino superior, particularmente em contextos de sobrecarga (Campos et al., 2020). E, durante a pandemia, isso ficou evidente, em função da pressão exercidas pelo fenômeno que Nóvoa e Alvim (2021) chamaram de “solucionismo tecnológico”, tendência pedagógica segundo a qual novidades provenientes do mundo digital acabam se revelando incontornáveis.

A pandemia alterou a configuração do trabalho docente, intensificando a dependência de computadores, *tablets* e *smartphones*, acompanhando Bernardo et al (2020). As participantes do presente estudo vivenciaram essa situação, pois relataram que experimentaram jornadas prolongadas de trabalho devido à necessidade de planejamento e adequação de aulas para o formato *on-line*, criação de materiais digitais e oferta de suporte técnico aos alunos. Essa dinâmica é descrita pelos autores como uma “terceirização da responsabilidade” das instituições para os docentes.

Embora as ferramentas digitais tenham permitido a continuidade das aulas durante o período de isolamento social, sua implementação foi marcada por desigualdades de acesso à internet e falta de preparo técnico (Costa & Lima, 2022). As participantes do presente estudo relataram dificuldades em engajar os alunos no ensino remoto, além de que admitiram ter lidado com incertezas sobre a eficácia das práticas pedagógicas nesse formato. Costa e Lima (2022)

destacam que o preparo técnico e educacional é fundamental para a eficácia das ferramentas de ensino remoto. E o fato de tal preparo não ter sido efetivado auxilia na compreensão dos achados em questão.

O teletrabalho, intensificado pela pandemia, trouxe impactos negativos significativos na saúde mental dos trabalhadores em um sentido mais amplo. A ausência de limites claros entre vida pessoal e vida profissional foi identificada como uma das mais significativas fontes de estresse para docentes (Vebber & Borges, 2022). As participantes do presente estudo relataram dificuldades a esse respeito, o que resultou na sensação de estavam o tempo todo trabalhando, de uma forma ou de outra. Apontaram ainda que, embora a adaptação às novas ferramentas digitais tenha gerado aprendizagens, prejudicou a saúde mental pela maneira abrupta como se deu. Isso faz sentido quando se leva em conta que, conforme Zanolenzi et al (2021), a integração de tecnologias no ensino superior exige planejamento e, idealmente, deve acontecer de forma gradual.

Por fim, a categoria “Ressignificação do sofrimento” reflete a capacidade das participantes de transformar as adversidades enfrentadas durante a pandemia de Covid-19 em aprendizado e crescimento profissional. É importante reforçar que, durante esse período, docentes vivenciaram desafios inéditos, como a adaptação ao ensino remoto emergencial, o isolamento social e a intensificação das demandas emocionais e técnicas. Apesar disso, muitos relataram que essas circunstâncias possibilitou a construção de novas competências, a exploração de abordagens pedagógicas inovadoras e a redefinição de seus papéis como educadores.

A resignificação é um processo central no enfrentamento de situações laborais desfavoráveis, permitindo que os trabalhadores transformem experiências de sofrimento em aprendizado e adaptação (Seligmann-Silva et al., 2010). No caso dos docentes, o contexto pandêmico exigiu uma reflexão profunda sobre suas práticas pedagógicas e seus vínculos com

o trabalho. Essa transformação, conforme apontado nos relatos de diversas participantes, foi impulsionada pela necessidade de superar obstáculos relacionados à gestão de alunos em ambientes virtuais e à manutenção da qualidade do ensino em condições precárias. A capacidade de ressignificar essas experiências reforçou o vínculo dos professores com a docência e fortaleceu sua identidade profissional.

Os resultados concernentes à categoria em questão são similares àqueles reportados pelas pesquisas de Oliveira e Lima (2021) e Freitas et al. (2021), para as quais a pandemia, ao interromper o funcionamento presencial das instituições, oportunizou reflexões sobre o trabalho docente. Por outro lado, Fettermann e Tamariz (2021) alertam que a pandemia evidenciou a necessidade de se repensar também o papel das escolas no mundo contemporâneo. Tal assertiva parece se aplicar também às universidades, até porque a pandemia agravou problemas existentes anteriormente, como dificuldades acadêmicas e empecilhos financeiros por parte dos estudantes, os quais têm contribuído para a escalada da evasão no ensino superior no país (Coimbra, Silva, & Costa, 2021).

Considerações finais

Este estudo buscou compreender as vivências de professoras de uma universidade privada durante a pandemia de Covid- 19, sobretudo em relação ao ensino remoto, e seus possíveis impactos na saúde mental. Os resultados obtidos revelaram que, para as participantes, o período pandêmico foi marcado por intensas transformações no processo de trabalho, abrangendo a adaptação ao uso de tecnologias digitais, a intensificação da carga horária e a dificuldade em estabelecer limites claros entre vida pessoal e profissional. Esses fatores geraram frustração e sobrecarga, de modo que culminaram em impactos psicológicos negativos, até porque, como mulheres, elas enfrentaram uma sobreposição ampliada de responsabilidades laborais e domésticas.

Secundariamente, o presente estudo procurou identificar estratégias empregadas pelas participantes no manejo desses impactos. Quanto a isso, os resultados obtidos sinalizaram como iniciativas frequentes a busca por suporte familiar, a criação de redes de apoio entre colegas e a ressignificação do trabalho como espaço de aprendizado e inovação. Além disso, verificou-se que o ensino remoto, embora tenha imposto desafios técnicos e emocionais, também possibilitou o desenvolvimento de novas competências pedagógicas e a reflexão sobre práticas que vieram a ser integradas no ensino presencial retomado no período pós-pandêmico. Nesse processo, parece ter havido o fortalecimento da resiliência em diversas participantes e a reafirmação da respectiva capacidade de superação.

Portanto, é razoável sustentar que, em síntese, as participantes, ao lançarem um olhar do presente para o futuro, constataram que suas vivências como professoras universitárias durante a pandemia suscitaram, por um lado, uma percepção de contrariedade pelas dificuldades com as quais se depararam, bem como, por outro lado, fizeram emergir uma sensação de realização pelas soluções encontradas por elas para o manejo dessas dificuldades. E tudo isso

parece influenciar a forma como elas desenvolvem a docência hoje em dia. Partindo desse princípio, as referidas vivências, em alusão ao ditado popular que relativiza o papel de eventos pregressos na vida atual, não podem ser consideradas “águas passadas”, já que deixaram marcas que se revelam no período pós-pandêmico.

Mas é preciso salientar que esforços individuais não são suficientes para fazer frente aos efeitos deletérios da precarização das condições de trabalho e da sobrecarga na saúde mental de docentes universitários, o que ressalta a necessidade de políticas institucionais que promovam o bem-estar desse grupo social. E, para encerrar, cabe sublinhar que o presente estudo se diferenciou metodologicamente por sua abordagem retrospectiva, já que outras pesquisas sobre o assunto foram desenvolvidas, principalmente, no “calor do momento”, ou seja, durante a vigência da pandemia. Como limitações, tem-se o fato de que o presente estudo contemplou professoras de uma única universidade privada, sendo que seus resultados, assim, se referem a um contexto específico.

Referências

- Akour, A., Al-Tammemi, A. B., Barakat, M., Kanj, R., Fakhouri, H. N., Malkawi, A., & Musleh, G. (2020). The impact of the Covid-19 pandemic and emergency distance teaching on the psychological status of university teachers: a cross-sectional study in Jordan. *The American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*, 103(6), 2391-2399. <https://doi.org/10.4269/ajtmh.20-0877>
- Antunes, B. B. P., Peres, I. T., Baião, F. A., Ranzani, O. T., Bastos, L. S. L., Silva, A. A. B., Souza, G. F. G., Marchesi, J. F., Dantas, L. F., Vargas, S. A., Maçaira, P., Hamacher, S., & Bozza, F. A. (2020). Progressão dos casos confirmados de Covid-19 após implantação de medidas de controle. *Revista Brasileira de Terapia Intensiva*, 32(2), 213-223. <https://doi.org/10.5935/0103-507X.20200028>
- Antunes, R. (2008). *Os sentidos do trabalho: ensaio sobre a afirmação e a negação do trabalho*. Boitempo.
- Aquino, E. M. L., Silveira, I. H., Pescarini, J. M., Aquino, R., Souza-Filho, J. A., Rocha, A. S., Ferreira, A., Victor, A., Teixeira, C., Machado, D. B., Paixão, E., Alves, F. J. O., Pilecco, F., Menezes, G., Gabrielli, L., Leite, L., Almeida, M. C. C., Ortelan, N., Fernandes, Q. H. R. F., ... Lima, R. T. R. S. (2020). Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de Covid-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 2423-2446. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10502020>
- Araújo, A. B., Monticelli, T., & Acciari, L. (2021). Trabalho doméstico e de cuidado: um campo de debate. *Tempo Social*, 33(1), 145-167. <https://doi.org/10.11606/0103-2070.ts.2021.169501>
- Arruda, E. P. (2020). Educação remota emergencial: elementos para políticas públicas na educação brasileira em tempos de Covid-19. *Revista de Educação à Distância*, 7(1), 257-275.

- Assis, M. M., & Souza, M. P. R. (2021). A precarização do trabalho docente na pandemia de Covid-19: reflexões sobre a lógica neoliberal e a saúde mental dos professores. *Trabalho, Educação e Saúde*, 19(3), e021018.
- Bardin, L. (2006). *Análise de conteúdo* (L. A. Reto & A. Pinheiro, Trans.). Lisboa: Edições 70.
- Brito, D. B., Storopoli, J. E., Paschoalin Filho, J. A., Silva, R. U. B., & Silva Júnior, O. (2022). Análise da relação entre o índice IDHM e a densidade demográfica com a incidência de Covid-19 no município de São Paulo-SP. *Revista Brasileira de Planejamento e Desenvolvimento*, 11(3), 767-794. <https://doi.org/10.3895/rbpd.v11n3.13627>
- Bernardo, K. A. S., Maia, F. L., & Bridi, M. A. (2020). As configurações do trabalho remoto da categoria docente no contexto da pandemia Covid-19. *Novos Rumos Sociológicos*, 8(14), 8-39. <https://doi.org/10.15210/norus.v8i14.19908>
- Brito, T. T. R., & Cortela, B. S. C. (2020). A condição da docência universitária no contexto atual das universidades: marcas históricas, realidade e perspectivas. *Revista de Iniciação à Docência*, 5(1), 9-23. <https://doi.org/10.22481/rid-uesb.v5i1.6805>
- Campos, T. C., Vêras, R. M., & Araújo, T. M. D. (2020). Transtornos mentais comuns em docentes do ensino superior: evidências de aspectos sociodemográficos e do trabalho. *Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior*, 25(3), 745-768. <https://doi.org/10.1590/S1414-40772020000300012>
- Carlos, D.M., Wernet, M., Okido, A.C.C., Oliveira, W. A., Silveira, A.O., & Costa, L.C.R. (2020). A experiência dialógica de ser mãe de criança e enfermeira na pandemia de Covid-19. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 29, e20200329. <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0329>
- Chen, H., Liu, F., Pang, L., Liu, F., Fang, T., Wen, Y., Chen, S., Xie, Z., Zhang, X., Zhao, Y., & Gu, X. (2020). Are you tired of working amid the pandemic? The role of professional identity and job satisfaction against job burnout. *International Journal of Environmental*

- Research and Public Health*, 17(24), 9188. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249188>
- Clemmons, A., Lebovitz, L., Fulford, M., Greene, K., Franks, A., Branan, T., & Plake, K. I. (2022). Impact of the Covid-19 pandemic on faculty at research-intensive United States schools/colleges of pharmacy. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*, 14(2), 145-152. <https://doi.org/10.1016/j.cptl.2021.11.018>
- Codo, W.(1999). *Educação: carinho e trabalho*. Vozes.
- Coimbra, C. L., Silva, L. B., & Costa, N. C. D. (2021). A evasão na educação superior: definições e trajetórias. *Educação e Pesquisa*, 47, e228764. <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202147228764>
- Costa, D. D. M., & Lima, J. R. D. O. (2022). Ferramentas de ensino remoto: novas tendências para o ensino superior a partir do contexto da pandemia. *Revista de Educação à Distância da UFVJM*, 2(1), 20-40.
- Dias, E. C. & Hoefel, M. G. (2005). O desafio de implementar as ações de saúde do trabalhador no SUS: a estratégia da RENAST. *Ciência & Saúde Coletiva*, 10(4), 817-828. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232005000400007>
- Federici, S. (2019). *O ponto zero da revolução: trabalho doméstico, reprodução e luta feminista*. Elefante.
- Ferreira, M. C. (2004). Bem-estar: equilíbrio entre a cultura do trabalho prescrito e a cultura do trabalho real. *Cultura Organizacional e Saúde*, 181-207.
- Flick, U. (2009). *Introdução à pesquisa qualitativa*. Artmed.
- Freitas, R. F., Pinto, G. C. M., Oliveira, F. C., Fagundes, M. M., & Freitas, F. D. (2021). Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da Covid-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70, 283-292.

- Franco, T., Druck, G., & Seligmann-Silva, E. (2010). As novas relações de trabalho, o desgaste mental do trabalhador e os transtornos mentais no trabalho precarizado. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 35(122), 229-248. <https://doi.org/10.1590/S0303-76572010000200006>
- Galindo, W. C. M. (2004). A construção da identidade profissional docente. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 24(2), 14-23. <https://doi.org/10.1590/S1414-98932004000200003>
- Gomes, G. C. A., & Silva, C. L. T. (2022). Mulheres e ciência: apontamentos sobre antigos e novos desafios. *Ensino em Perspectivas*, 3(1), 1-11. <https://revistas.uece.br/index.php/ensinoemperspectivas/article/view/8532>
- Goulart, D. M. (2018a). A pesquisa qualitativa em psicologia: contradições, alternativas e desafios. *Psicologia, Diversidade e Saúde*, 7, 6-9. <https://doi.org/10.17267/2317-3394rpdsv7i1.1825>
- Goulart, D. M. (2018b). Reflexividade e subjetividade na pesquisa qualitativa em psicologia. *Revista de Psicologia*, 8(2), 123-135.
- Guérin, F.; Laville, A., Daniellou, F., Duraffourg, J. & Kerguelen, A. (2001). *Compreender o trabalho para transformá-lo: a prática da ergonomia*. Edgard Blücher.
- Hodges, C., Moore, S., Lockee, B. B., & Torrey, C. (2020). The difference between emergency remote teaching and online learning. *Educause Review*, 27, 1-12.
- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. (2020). *Censo da Educação Superior 2019: resumo técnico*. Ministério da Educação. https://download.inep.gov.br/educacao_superior/censo_superior/documentos/2020/Apresentacao_Censo_da_Educacao_Superior_2019.pdf
- Jacques, M. G. C. (2003). Abordagens teórico-metodológicas em saúde/doença mental & trabalho. *Psicologia & Sociedade*, 15, 97-116.

- Jacques, M. G. C., & Ferreira, M. C. (2015). Saúde mental e trabalho: perspectivas teóricas e desafios para a pesquisa e intervenção. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 31, 1-10.
- Lacaz, F. A. C. (2007). O campo da saúde do trabalhador: resgatando conhecimentos e práticas sobre as relações trabalho-saúde. *Cadernos de Saúde Pública*, 23(4), 757-766.
<https://doi.org/10.1590/S0102-311X2007000400003>
- Laurell, A. C.& Noriega, M. (, 1989) *Processo de produção e saúde: trabalho e desgaste operário*. Hucitec.
- Leal Neto, C. O., Freitas, J. M., Wirz, L. Q., Misson, M. A., Estevam, M. S., Mazeto, P. P., & Ferreira, V. B. (2022). Saúde mental e emocional dos profissionais de saúde frente à pandemia da Covid-19. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 15(9), e10887.
<https://doi.org/10.25248/reas.e10887.2022>
- Lei nº 13.979, de 6 de fevereiro de 2020. *Diário Oficial da União*, Brasília, 7 fev. 2020. Seção 1, p. 1.
- Lemos, A. H. D. C., Barbosa, A. D. O., & Monzato, P. P. (2022). Mulheres em home office durante a pandemia da Covid-19 e as configurações do conflito trabalho-família. *Revista de Administração de Empresas*, 60(6), 388-399. <https://doi.org/10.1590/S0034-759020200603>
- Li, Q., Miao, Y., Zeng, X., Tarimo, C. S., Wu, C., & Wu, J. (2020). Prevalence and factors for anxiety during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic among the teachers in China. *Journal of Affective Disorders*, 277, 153-158.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.017>
- Lima, M. G. (2015). A contribuição das ciências sociais na saúde do trabalhador. *Cadernos de Saúde Pública*, 28(4), 677-686.
- Linhart, D. (2009). Modernisation et précarisation de la vie au travail. *Papeles del CEIC*, 43, 1-19.

- Lizote, S. A., Teston, S. F., Régis, E.S. O., & Monteiro, W. L. S. (2021). Tempos de pandemia: bem-estar subjetivo e autonomia em home-office. *Gestão Organizacional*, 14(1), 248-268. <https://doi.org/10.22277/rgo.v14i1.5735>
- Macêdo, S. (2020). Ser mulher trabalhadora e mãe no contexto da pandemia Covid-19: tecendo sentidos. *Revista do NUFEN*, 12(2), 187-204.
- Mascarenhas, L. G., & Teixeira, A. C. (2017). Docência no ensino superior privado: entre a precarização e a profissionalização. *Revista Brasileira de Educação*, 22(71), 987-1010.
- Medida Provisória nº 1.016, de 7 de janeiro de 2021. *Diário Oficial da União*, Brasília, 8 jan. 2021. Seção 1, p. 1.
- Medida Provisória nº 1.045, de 27 de abril de 2021. *Diário Oficial da União*, Brasília, 28 abr. 2021. Seção 1, p. 1.
- Medida Provisória nº 905, de 11 de novembro de 2019. *Diário Oficial da União*, Brasília, 12 nov. 2019. Seção 1, p. 1. (Alterada pela Medida Provisória nº 1.045, de 27 de abril de 2021).
- Medida Provisória nº 936, de 1º de abril de 2020. *Diário Oficial da União*, Brasília, 2 abr. 2020. Seção 1, p. 1.
- Medida Provisória nº 975, de 1º de junho de 2020. *Diário Oficial da União*, Brasília, 2 jun. 2020. Seção 1, p. 1.
- Mello, J. C. (2023). O impacto da Covid-19 na produtividade docente feminina na pós-graduação em ciências humanas na UFS (2019-2021). *Revista de Gestão e Avaliação Educacional*, e73605, 1-24. <https://doi.org/10.5902/2318133873605>
- Mendes, E. G., & Dias, A. (1991). *Da medicina do trabalho à saúde do trabalhador*. Cortez.
- Minayo, M. C. S. (2017). Amostragem e saturação em pesquisa qualitativa: consensos e controvérsias. *Pesquisa Qualitativa*, 5(7), 1-12.

- Ministério da Educação. (2020). *A educação superior em números 2020: panorama da educação superior brasileira em tempos da pandemia da Covid-19*. https://download.inep.gov.br/publicacoes/institucionais/estatisticas_e_indicadores/relatorio_de_pesquisa_resposta_educacional_a_Covid_2020.pdf
- Ministério da Saúde. (2012, 01 de abril). *Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora*. <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/svsa/saude-do-trabalhador/pnst>
- Ministério do Trabalho e Emprego (2007, 12 de dezembro). Norma Regulamentadora NR-17 - Ergonomia. <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/acesso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-orgaos-colegiados/comissao-tripartite-partitaria-permanente/normas-regulamentadora/normas-regulamentadoras-vigentes/norma-regulamentadora-no-17-nr-17>
- Moraes, R. F. D. (2020). Prevenindo conflitos sociais violentos em tempos de pandemia: garantia da renda, manutenção da saúde mental e comunicação efetiva. *Boletim de Análise Político-Institucional*, 22, 37-50.
- Nóvoa, A., & Alvim, Y. C. (2021). Os professores depois da pandemia. *Educação & Sociedade*, 42, e249236. <https://doi.org/10.1590/ES.249236>
- Oliveira, A. C. S., & Lima, M. C. B. (2021). Trabalho remoto na pandemia de Covid-19: desafios e oportunidades para a saúde mental dos trabalhadores. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 46, e5. <https://doi.org/10.1590/2317-6369/34122pt2024v49edcinq3>
- Oliveira, A. D. S. D., Pereira, M. D. S., & Lima, L. M. D. (2017). Trabalho, produtividade e adoecimento dos docentes nas universidades públicas brasileiras. *Psicologia Escolar e Educacional*, 21(3), 609-619. <https://doi.org/10.1590/2175-353920170213111132>

- Oliveira, L., Magalhães Júnior, C. A. O., & Darlington, E. (2023). *Negacionismo da ciência e a pandemia de Covid-19: notícias falsas/fake news e representações sociais*. Texto & Contexto.
- Organização Mundial de Saúde (2020). *Report of the WHO-China Joint Mission on Coronavirus Disease 2019 (Covid-19)*. [https://www.who.int/publications/i/item/report-of-the-who-china-joint-mission-on-coronavirus-disease-2019-\(Covid-19\)](https://www.who.int/publications/i/item/report-of-the-who-china-joint-mission-on-coronavirus-disease-2019-(Covid-19))
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P. (2020). Pandemia de medo e Covid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. *Debates em Psiquiatria*, 10(2), 12-16. <http://dx.doi.org/10.25118/2236-918X-10-2-2>
- Paparelli, R. (2009). *Desgaste mental do professor da rede pública de ensino: trabalho sem sentido sob a política de regularização do fluxo escolar* [Tese de doutorado, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo]. Biblioteca Digital de Teses e Dissertações da USP. <https://doi.org/10.11606/T.47.2009.tde-07122009-145916>
- Paparelli, R. (2010). *Saúde mental relacionada ao trabalho: o caso de educadores da rede pública de ensino paulistana*. Expressão Popular.
- Paparelli, R., Gibellini, M. M., & Coelho, M. D. M. (2023). Um carteiro e quarenta assaltos: reflexões sobre o estresse pós-traumático relacionado ao trabalho à luz da teoria do desgaste mental. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 26, e198047. <https://doi.org/10.11606/issn.1981-0490.cpst.2023.198047>
- Pereira, C., Medeiros, A., & Bertholini, F. (2020). O medo da morte flexibiliza perdas e aproxima polos: consequências políticas da pandemia da Covid-19 no Brasil. *Revista de Administração Pública*, 54(4), 952-968. <https://doi.org/10.1590/0034-761220200327>
- Peres, R. S., Silva, J. A., & Carvalho, A. M. R. (2003). Um olhar psicológico acerca do desemprego e da precariedade das relações de trabalho. *Psicologia: Teoria e Prática*, 5(1), 97-110.

- Porsse, A. A., Souza, K. D., Carvalho, T. S., & Vale, V. A. (2020). Impactos econômicos da Covid-19 no Brasil. *Nota Técnica Núcleo de Estudos em Desenvolvimento Urbano e Regional da Universidade Federal do Paraná*.
- Portaria nº 356, de 11 de março de 2020, do Ministério da Saúde. *Diário Oficial da União*, Brasília, 12 mar. 2020. Seção 1, p. 45.
- Portaria nº 467, de 20 de março de 2020, do Ministério da Economia/Secretaria Especial de Previdência e Trabalho. *Diário Oficial da União*, Brasília, 23 mar. 2020. Seção 1, p. 18.
- Rodrigues, B. B., Cardoso, R. R. J., Peres, C. H. R., & Marques, F. F. (2020). Aprendendo com o imprevisível: saúde mental dos universitários e educação médica na pandemia de Covid-19. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44, Artigo e149. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.supl.1-20200404>
- Salvagni, J., Wojcichoski, N., & Guerin, M. (2020). Desafios à implementação do ensino remoto no ensino superior brasileiro em um contexto de pandemia. *Educação por Escrito*, 11(2), Artigo e38898.
- Santos, I. G. A., Costa, G. B. A., & Cunha, A. L. S. (2022). O trabalho de mulheres docentes na pandemia: a linha tênue entre vida pessoal e profissional. *Colóquio do Museu Pedagógico*, 14(1), 2340-2344.
- Sato, L., & Bernardo, M. H. (2018). Saúde mental relacionada ao trabalho: aspectos conceituais e metodológicos. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 43(1), 1-11.
- Scalzilli, J. P., Tellechea, R., & Spinelli, L. F. (2020). *Pandemia, crise econômica e lei de insolvência*. Buqui.
- Schmidt, M. L. G., Seligmann-Silva, E. (2017). Entrevista com Edith Seligmann-Silva: saúde mental relacionada ao trabalho. *Laborativa*, 6(2), 103-109.
- Seligmann-Silva, E. (1994). *Desgaste mental no trabalho dominado*. Cortez.

- Seligmann-Silva, E. (1995). Psicopatologia e psicodinâmica no trabalho. In: Mendes, R. (Org.), *Patologia do trabalho* (pp. 287-310). Atheneu.
- Seligmann-Silva, E. (2022). *Trabalho e desgaste mental: o direito de ser dono de si mesmo*. Cortez.
- Seligmann-Silva, E., Bernardo, M. H., Maeno, M., & Kato, M. (2010a). Saúde do Trabalhador no início do século XXI. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 35(122), 185–186. <https://doi.org/10.1590/S0303-76572010000200001>
- Seligmann-Silva, E., Bernardo, M. H., Maeno, M., & Kato, M. (2010b). O mundo contemporâneo do trabalho e a saúde mental do trabalhador. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 35(122), 187-191. <https://doi.org/10.1590/S0303-76572010000200002>
- Senhoras, E. M. (2020). *Impactos econômicos da pandemia da Covid-19* (Vol. 69). EdUFRR.
- Silva, F. T. (2019). Currículo e docência de bacharéis na educação superior privada: desafios da prática pedagógica. *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, 14(4), 2189-2204. <https://doi.org/10.21723/riaee.v14i4.10866>
- Silva, L. L. S. D., Lima, A. F. R., Polli, D. A., Razia, P. F. S., Pavão, L. F. A., Cavalcanti, M. A. F. D. H., & Toscano, C. M. (2020). Medidas de distanciamento social para o enfrentamento da Covid-19 no Brasil: caracterização e análise epidemiológica por estado. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(9), e00185020. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00185020>
- Silva, M. & Lima, M. (2011). *Saúde do trabalhador: teoria e prática*. EdUFBA.
- Silva, R. L., & Souza, A. C. (2021). Home office e saúde mental na pandemia: um estudo com trabalhadores brasileiros. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 21(1), e210101.

- Silva, R. O., Silva, P. C. B., Silva, C., & Silva, R. R. (2022). Condições de trabalho das mulheres brasileiras: revisão, síntese e agenda de pesquisa. *Anais do XLVI Encontro da ANPAD-EnANPAD*, 1-18.
- Simas, L., & Aquino, E. M. L. (2021). Negacionismo científico e pandemia de Covid-19: o papel das mídias digitais na disseminação de desinformação no Brasil. *Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde*, 15(2), e150209.
- Soares, N. M., & Rossetto, E. (2022). Saúde mental e docência no Ensino Superior: uma pesquisa bibliográfica. *Humanidades & Inovação*, 9(23), 206-222.
- Souza, A. L. B. R. (2024). *Professoras de gerações distintas (1938-1985) frente às representações impostas sobre mulheres na docência: uma análise histórica*. Oficina Universitária.
- Souza, D. G. & Miranda, J. C. (2020). Desafios da implementação do ensino remoto. *Boletim de Conjuntura*, 4(11), 81-89. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4252805>
- Sousa, J. R., & Santos, S. C. M. (2020). Análise de conteúdo em pesquisa qualitativa: modo de pensar e de fazer. *Pesquisa e Debate em Educação*, 10(2), 1396-1416. <https://doi.org/10.34019/2237-9444.2020.v10.31559>
- Souza, C., & Santos, W. G. (2020). A resposta do governo federal à pandemia de Covid-19 no Brasil: uma análise crítica. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(11), e00168020.
- Souza, E. M. D. (2014). *Metodologias e analíticas qualitativas em pesquisa organizacional: uma abordagem teórico-conceitual*. EdUFES.
- Staniscuaski, F. (2020). Impact of COVID-19 on academic mothers. *Science*, 368(6492), 724. <https://doi.org/10.1126/science.abc2740>
- Supremo Tribunal Federal. (2020). *Arguição de Descumprimento de Preceito Fundamental (ADPF) 672*.

- Tambellini, A. T., & Câmara, V. M. (2000). A saúde do trabalhador no Brasil: desafios e perspectivas. *Revista de Saúde Pública*, 34(3), 326-333.
- Teixeira, T. D. S. C, Marqueze, E. C, & Moreno, C. R. D. C. (2020). Produtivismo acadêmico: quando a demanda supera o tempo de trabalho. *Revista de Saúde Pública*, 54. 117.
<https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054002288>
- Veber, T., & Borges, S. M. (2022). Impactos do teletrabalho na saúde mental do trabalhador: uma revisão de literatura. *Excelência em Gestão e Qualidade*, 3(2), 1–17.
<https://doi.org/10.47591/RAC.2674-9203.2021v3n2.art1-1-17>
- Winters, J. R. F., Nogueira, D. R., Heidemann, I. T. S. B., Durand, M. K., Magagnin, A. B., & Arakawa-Belaunde, A. M. (2023). Remote teaching during the Covid-19 pandemic: repercussions from professors' perspective. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 76, e20220172. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2022-0172pt>
- Zanlorenzi, M. J., Liebel, S., & Carvalho, S. R. D. (2021). Docência do ensino superior no contexto pandêmico da Covid-19: experiências e reflexões. *Educação em Debate*, 43(86), 121-135.

Apêndice

Roteiro de entrevista

1. Me conte como foi sua trajetória profissional até chegar à docência.
2. Quais foram os maiores desafios que você já enfrentou no trabalho docente?
3. Conte como foi sua experiência com o ensino remoto durante a pandemia de Covid-19.
4. Como foi sua preparação para o ensino remoto durante a pandemia de Covid-19?
5. Como você descreveria as relações entre o ensino remoto durante a pandemia de Covid-19 e sua saúde?
6. Quais estratégias você utilizou para lidar com os efeitos do ensino remoto durante a pandemia de Covid-19 sobre a sua saúde e a sua vida em um sentido mais amplo?
7. Como você avalia sua saúde no momento atual?
8. Você considera que houve mudanças no seu processo de trabalho após a pandemia de Covid-19?
9. Como você analisa o uso das tecnologias digitais no âmbito da docência no ensino superior?
10. Há algum aspecto que não foi abordado na entrevista e que você considera importante mencionar?