

---

**Ansiiedade, depressão e estresse e as adaptações da prática docente em decorrência da  
pandemia após a retomada das atividades presenciais**

*Anxiety, depression and stress and the adaptations of teaching practice because of the  
pandemic after the resumption of face-to-face activities*

Flávia Emília Cavalcante Valença Fernandes

**Universidade de Pernambuco (UPE)**

Petrolina-Brasil

Janicléia Pereira de Souza

**Secretaria de Educação e Esportes de Pernambuco**

Petrolina-Brasil

Rosana Alves de Melo

**Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF)**

Petrolina-Brasil

**Resumo**

O objetivo foi analisar a associação entre a ansiedade, a depressão e o estresse e as adaptações da prática docente em decorrência da pandemia com a retomada das atividades presenciais em professores de escolas de referência de ensino médio. Trata-se de um estudo exploratório, quantitativo com 102 professores do ensino médio integral. Observou-se que os docentes precisaram ajustar suas práticas em decorrência do isolamento provocado pela pandemia e no retorno às atividades sendo distribuídas em práticas: inovação e tecnologia, adaptações em sala de aula e metodologias tradicionais. Aqueles professores que realizaram adaptações em sala de aula, tiveram maiores níveis de estresse e depressão no retorno das atividades presenciais. Os níveis de ansiedade não foram diferentes entre as diversas estratégias de ensino e adaptações adotadas pelos docentes.

**Palavras-chave:** Educação; Saúde mental; Pandemia.

**Abstract**

The objective was to analyze the association between anxiety, depression, and stress, and the adaptations in teaching practices resulting from the pandemic with the resumption of in-person activities among teachers in reference high schools. This is an exploratory, quantitative study involving 102 full-time high school teachers. It was observed that teachers needed to adjust their practices due to the isolation caused by the pandemic and the return to activities being distributed in practices: innovation and technology, classroom adaptations and traditional methodologies. Those teachers who made adaptations in the classroom, had higher levels of stress and depression in the return of face-to-face activities. The levels of anxiety were not different between the different teaching strategies and adaptations adopted by teachers.

**Keywords:** Education; Mental health; Pandemic.

## **1. Introdução**

A educação é um direito de todas as pessoas e é dever do Estado prover (Brasil, 1996). No entanto, apesar das leis decretadas no Brasil, que buscam assegurar o acesso à educação básica de qualidade, pública e gratuita, a implementação efetiva dessas legislações muitas vezes é insuficiente, resultando em disparidades significativas no acesso à educação, especialmente entre pessoas de baixa renda (Oliveira; Paschoal, 2020).

A educação integral é vista como uma concepção de oportunizar o direito a um ensino de qualidade (Zanardi, 2016). Nas metas do Plano Nacional de Educação, define-se como estratégia a criação de escolas de tempo integral que promovam uma educação básica multidisciplinar, com uma vertente cultural e esportiva e que o aluno passe a maior parte do tempo na escola. Um outro ponto destacado é que essas escolas tenham uma estrutura adequada para receber os alunos, principalmente os que estão inseridos em comunidades de extrema pobreza e vulnerabilidade social (Brasil 2014).

Entretanto, a pandemia da coronavirus disease (Covid-19) impactou a educação de tempo integral, introduzindo novos desafios e acentuando desigualdades sociais (Leite; Brandão; Sousa, 2023). O isolamento social, causado pela pandemia, levou ao fechamento das escolas e à substituição das aulas presenciais por modalidades remotas, através de plataformas digitais (Brasil, 2020).

A paralisação das atividades presenciais em instituições de ensino resultou em mudanças significativas para os professores, afetando a carga horária de trabalho, a adaptação ao ensino remoto, o equilíbrio entre trabalho e vida pessoal, e a dedicação à pesquisa. Essas adaptações mostraram como os profissionais do ensino tiveram que se ajustar de forma repentina a um novo cenário, com desafios e demandas distintas (Matias *et al.*, 2023).

Contudo, a introdução de atividades metodológicas não presenciais mediada por tecnologias, como o Ensino Remoto Emergencial, influenciou a abordagem do ensino presencial de maneira significativa. A conscientização sobre o papel do professor na promoção do conhecimento é destacada, assim como a aplicação de uma prática docente intencional para o desenvolvimento dos alunos (Lopes, 2022). Vale ressaltar que as tecnologias devem ser utilizadas não para substituir, mas para complementar o ensino presencial, de forma que ocorra uma integração (Corrêa; Brandemberg, 2020). Assim, é

fundamental fornecer incentivos e oportunidades de formação continuada para os docentes para que essa integração seja possível (Corrêa; Brandemberg, 2020).

Nesse contexto, é possível perceber que os efeitos negativos da pandemia da Covid-19 e o isolamento social resultaram em índices frequentes de estresse, ansiedade e depressão em professores (Baptista; Martins; Escalda, 2023). O afastamento devido a transtornos mistos (ansiedade e depressão) estava presente mesmo antes da pandemia entre os profissionais da educação (Fernandes *et al.*, 2018). Durante a pandemia, esses transtornos persistiram em níveis altos (Freitas *et al.*, 2021). As demandas do trabalho docente, somadas ao estresse e, por vezes, à falta de atenção à saúde mental, contribuem para o desenvolvimento de depressão e ansiedade entre os educadores (Souza *et al.*, 2022). Esses transtornos estão relacionados ao adoecimento psíquico.

Em um contexto geral, o adoecimento psíquico pode ser compreendido como um processo que envolve alterações comportamentais, emocional e cognitivas que alteram a qualidade de vida, e é produzido nas relações do sujeito consigo mesmo e com os outros a partir de um contexto histórico-cultural específico (Figueiredo; Coelho Junior, 2018; Viapiana *et al.*, 2018; World Health Organization, 2022).

A pandemia da Covid-19 alterou os diversos segmentos sociais, entre eles, a educação foi afetada diretamente no seu processo de ensino e aprendizagem, reinventando-se em seus aparatos de apoio didático, já que agora ela está ligada às tecnologias (Nascimento; Fontinele; Melo, 2022). Ademais, os educadores foram desafiados a desenvolver habilidades digitais, reformular suas abordagens de ensino e lidar com uma carga de trabalho intensa, o que resultou em exaustão (Nascimento; Fontinele; Melo, 2022).

Nesse contexto, o objetivo desse artigo foi analisar a associação entre a ansiedade, a depressão e o estresse e as adaptações da prática docente em decorrência da Pandemia da Covid-19 com a retomada das atividades presenciais em professores de escolas de referência em ensino médio.

## **2. Metodologia**

Trata-se de um estudo exploratório com abordagem quantitativa. Pesquisas exploratórias têm sido cada vez mais usadas para investigar fenômenos complexos na educação (Losch; Rambo; Ferreira, 2023). A pesquisa quantitativa busca identificar indicadores e tendências na realidade, fornecendo dados objetivos e representativos. O

*Ansiedade, depressão e estresse e as adaptações da prática docente em decorrência da pandemia após a retomada das atividades presenciais*

foco da pesquisa quantitativa é a análise de dados numéricos, valorizando a objetividade em vez da subjetividade e individualidade (Mussi, *et al.*, 2020). Essa abordagem é adequada para identificar atitudes uma vez que emprega questionários e permite a aplicação de teste de hipóteses, evitando possíveis erros de interpretação (Marconi; Lakatos, 2022). O estudo foi realizado em 12 Escolas de Referência em Ensino Médio (EREM) do estado de Pernambuco que possuem educação integral com funcionamento nos turnos matutino e vespertino, localizadas no município de Petrolina, Pernambuco.

A escolha do sistema educacional integral foi em decorrência do tempo que esses professores ficam na escola e em sala de aula, exigindo dedicação exclusiva à Educação integral. A população do estudo foi composta por professores do ensino médio de escolas de educação integral, com um total de 482 professores. O processo de amostragem foi não probabilístico cujos critérios de inclusão foram professores atuantes no município de Petrolina que estavam em exercício durante o período de realização da coleta de dados e que tinham, no mínimo, seis meses de trabalho na escola e em todas as faixas etárias. Assim, foram inseridos 102 professores na amostra. A coleta de dados ocorreu entre outubro e dezembro de 2022.

Os participantes convidados foram esclarecidos acerca dos objetivos e relevância social da pesquisa e convidados a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE. A partir da assinatura, foi realizada a aplicação dos instrumentos pelo próprio participante no local de escolha dele, de forma a preservar a privacidade.

Os dados foram coletados por meio de dois instrumentos de coleta. O primeiro refere-se ao perfil sociodemográfico construído pelas próprias pesquisadoras. Desta forma, para rastrear os níveis de estresse, ansiedade e depressão, foi utilizado como instrumento psicométrico a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21), criada por Lovibond e Lovibond, (1995), com o intuito de apresentar uma ferramenta adequada de análise psicométrica, com capacidade de mensurar e distinguir estados emocionais de depressão, ansiedade e estresse (Martins *et al.*, 2019).

No presente estudo, as variáveis relacionadas aos sintomas do adoecimento psíquico (depressão, ansiedade e estresse) foram analisadas de duas formas: a numérica, por meio das medidas de tendência central e dispersão e de forma categórica de acordo com a seguinte classificação para depressão, ansiedade e estresse: 0 a 9 (normal), 10 a 13 (leve), 14 a 20 (moderada), 21 a 27 (severo) e 28 a 42 (extremamente severo) para

depressão; 0 a 7 (normal), 8 a 9 (leve), 10 a 14 (moderado), 15 a 19 (severo), 20 a 42 (extremamente severo) para ansiedade e 0 a 14 (normal), 15 a 18 (leve), 19 a 25 (moderado), 26 a 33 (severo) e 34 a 42 (extremamente severo) para estresse.

As práticas docentes de ensino, idade, renda familiar, moradia, estado civil e gênero estão entre as variáveis independentes que foram parte da pesquisa. Quanto às práticas docentes, as variáveis foram divididas em três grupos nos quais foram distribuídas as atividades a partir das estratégias de ensino e as adaptações em sala de aula utilizadas pelos professores de escolas integrais. Foram elas:

- a) Inovação e tecnologia - são todas as alterações em relação ao uso das tecnologias digitais, plataformas de ensino, metodologias ativas, acompanhamento dos alunos de forma *on-line* e práticas em laboratórios.
- b) Adaptações em sala de aula - Compreendem os ajustes necessários para facilitar o processo de ensino/aprendizagem à realidade da pandemia e da saúde dos professores. Dentre as adaptações citadas, destacaram-se: trabalhar de forma mais intensa o socioemocional dos alunos; aulas sobre higiene e saúde; forçar menos a voz utilizando microfone; diminuir o tempo de fala e o tempo em pé; o uso da escrita com uma maior frequência para evitar memorização, em decorrência da perda de concentração e memória.
- c) Metodologias Tradicionais - incluem todas as outras estratégias de ensino tradicionais utilizadas na retomada do ensino presencial, especificamente: Revisão de conteúdo dos anos anteriores, o uso de multimídia, *slides*, sondagem dos assuntos aprendidos, aprimoramento da leitura, apresentação de trabalhos e desenvolvimento de ações práticas.

Os dados obtidos foram convertidos em tabelas que, posteriormente, passaram por análise estatística no programa Stata 14.0. Em seguida, foram analisados, inicialmente, a partir da estatística descritiva (distribuição de frequência e medidas de tendência central e dispersão). A estatística analítica foi aplicada por meio do teste não paramétrico Kruskal Wallis considerando a não normalidade da distribuição das variáveis pelo teste Shapiro Francia.

### **3. Resultados e discussão**

Os participantes da pesquisa tinham em média 40 anos de idade (DP 8,9), 74,5% eram mulheres, 55,9% eram casados ou em união estável. 26,5% residiam com duas pessoas,

*Ansiedade, depressão e estresse e as adaptações da prática docente em decorrência da pandemia após a retomada das atividades presenciais*

51,0% tinham pós-graduação *lato sensu* e 40,2% ganhavam mais de quatro salários mínimos (Tabela 1).

**Tabela 1.** Dados sociodemográficos dos professores das escolas integrais do estado de Pernambuco, Petrolina.

	<b>Média</b>	<b>Desvio padrão</b>
Idade	40,4	8,9
	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Gênero</b>		
Mulher	76	74,5
Homem	26	25,5
<b>Estado Civil</b>		
Solteiro(a)	34	33,3
Casado(a)/União estável	57	55,9
Separado(a)	1	1,0
Divorciado(a)	7	6,9
Viúvo(a)	3	2,9
<b>Quantas pessoas vivem com você?</b>		
Uma	13	12,8
Duas	27	26,5
Três	26	25,5
Quatro	17	16,7
Cinco	18	17,7
Seis	1	1,0
<b>Escolaridade</b>		
Superior completo	21	20,6
Pós-Graduação <i>Lato Sensu</i>	52	51,0
Pós-Graduação <i>Stricto Sensu</i>	26	25,5
Doutorado	3	2,9
<b>Renda mensal</b>		
Dois salários mínimos	5	4,9
Três salários mínimos	29	28,4
Quatro salários mínimos	27	26,5
Mais de quatro salários mínimos	41	40,2

Fonte: elaboração própria, 2024.

Acerca das estratégias de ensino e ajustes realizados em virtude da pandemia no retorno das atividades presenciais, a maioria (46,2%) utilizou como estratégias de ensino a Inovação e Tecnologia (Tabela 2).

**Tabela 2.** Resultados referentes às mudanças e adaptações na prática docente, Petrolina.

	<b>n</b>	<b>%</b>
Inovação e Tecnologia	36	46,2
Adaptações em sala de aula	15	19,2

Metodologias tradicionais

27

34,6

Fonte: elaboração própria, 2024.

Analisando os níveis de estresse, ansiedade e depressão, observou-se que a maioria dos professores apresentou uma classificação normal para estresse (48%), para ansiedade (72,6%) e para depressão (69,6%). Entretanto, ainda foi possível identificar presença de níveis de estresse, ansiedade e depressão extremamente severos (3,9%, 2,0% e 3,9%, respectivamente) (Tabela 3).

**Tabela 3.** Classificação da DASS-21 – em professores de escolas integrais de Pernambuco, Petrolina.

	n	%
<b>Resultado da Classificação dos Sintomas de Estresse</b>		
Normal (0 - 10)	49	48,0
Leve (11 - 18)	26	25,5
Moderada (19 - 26)	18	17,7
Severo (27 -34)	5	4,9
Extremamente severo (35 - 42)	4	3,9
<b>Resultado da Classificação dos Sintomas de Ansiedade</b>		
Normal (0 - 10)	74	72,6
Leve (11 - 18)	14	13,7
Moderada (19 - 26)	8	7,8
Severo (27 -34)	4	3,9
Extremamente severo (35 - 42)	2	2,0
<b>Resultado da Classificação dos Sintomas de Depressão</b>		
Normal (0 - 10)	71	69,6
Leve (11 - 18)	18	17,7
Moderada (19 - 26)	8	7,8
Severo (27 -34)	1	1,0
Extremamente severo (35 - 42)	4	3,9

Fonte: elaboração própria, 2024.

Analisando os valores médios da escala em comparação às estratégias de ensino e adaptações realizadas pelos docentes em sala de aula, observou-se que aqueles participantes da pesquisa, os quais adotaram ajustes necessários para facilitar o processo de ensino/aprendizagem adequados à realidade da pandemia e da saúde dos professores (adaptações em sala de aula), apresentaram maiores escores para estresse e depressão em comparação com os que empregaram as outras estratégias de ensino (p-valor < 0,05). Os

*Ansiedade, depressão e estresse e as adaptações da prática docente em decorrência da pandemia após a retomada das atividades presenciais*

níveis de ansiedade não foram significativos quando comparados às estratégias e adaptações adotadas pelos docentes (p-valor = 0,136) (Tabela 4).

**Tabela 4.** Valores médios da associação das estratégias de ensino e adaptações em sala de aula e as subescalas estresse, ansiedade e depressão - professores de escolas integrais do estado de Pernambuco, Petrolina.

	<b>Média</b>	<b>DP</b>	<b>p-valor*</b>
<b>Estresse</b>	12,9	10,6	
Inovação e Tecnologia	10,7	8,2	
Adaptações em sala de aula	19,5	10,9	0,021
Metodologias tradicionais	15,0	10,0	
<b>Ansiedade</b>	8,0	9,2	
Inovação e Tecnologia	6,4	6,3	
Adaptações em sala de aula	11,6	9,2	0,136
Metodologias tradicionais	8,2	9,8	
<b>Depressão</b>	8,1	10,0	
Inovação e Tecnologia	6,0	8,5	
Adaptações em sala de aula	14,4	11,5	0,011
Metodologias tradicionais	8,6	7,7	

Fonte: elaboração própria, 2024.

DP – Desvio Padrão;

\*Kruskal-Wallis

Os participantes da pesquisa tinham em média 40 anos de idade, eram mulheres, casados ou em união estável e residiam com duas pessoas. Esses dados descritivos da pesquisa corroboram os resultados de um estudo prévio sobre o perfil de professores na educação básica, destacando a predominância feminina e a faixa etária média em torno dos 40 anos (Carvalho, 2018).

A maioria dos professores tinha pós-graduação *lato sensu*. A formação continuada permite que o docente assuma o papel de agente ativo na construção do conhecimento, conduzindo à análise crítica de suas práticas pedagógicas e à descoberta de novas perspectivas. Além disso, o período atual impulsiona uma percepção subjetiva e tangível da sociedade, onde a sala de aula expande-se através das tecnologias, ultrapassando as barreiras físicas da instituição educacional (Zainko, 2020).

A renda salarial identificada no presente estudo foi de quatro salários mínimos ou mais. A remuneração assume um papel relevante como motivador para a continuidade no



emprego ou na busca de novas alternativas profissionais, além de viabilizar a aquisição de bens materiais e a realização de metas pessoais (Stefanes; Sehnem, 2016).

Um maior número de docentes optou por utilizar a Inovação e Tecnologia como estratégias de ensino para lidar com os desafios da pandemia em sala de aula no retorno às atividades presenciais. Essas estavam relacionadas ao uso das tecnologias digitais, plataformas de ensino, metodologias ativas, acompanhamento dos alunos de forma *online* e práticas em laboratórios. Uma pesquisa com professores da Região Central Serrana do Espírito Santo identificou que a maioria dos docentes utiliza as novas tecnologias como recursos metodológicos no ensino e aprendizagem, sendo essas tecnologias eficientes para melhoria do processo educacional, permitindo uma melhor compreensão dos conteúdos (Gonoring; Ramer; Pinto; 2022).

Ressalta-se que as instituições de ensino integral passaram por mudanças substanciais provocadas pela pandemia da Covid-19 (Moura, 2023). Diante das transformações do ensino, os docentes tiveram que reconfigurar suas abordagens e recorrer a recursos inovadores para garantir uma experiência educacional eficaz (Moura, 2023).

A incorporação de tecnologias digitais na metodologia de ensino permite uma troca de conhecimento e estratégias de forma mais rápida, tornando o processo de ensino-aprendizagem mais dinâmico, possibilitando uma aprendizagem eficiente e atrativa para os discentes (Carvalho *et al.*, 2023). A introdução de novos métodos pedagógicos traz inovação na forma de ensinar e aprender. Os alunos demonstraram maior interesse e motivação nesse tipo de ensino, tornando-se mais participativos e realizando as atividades propostas com menos resistência (Carvalho *et al.*, 2023).

Apesar de as estratégias utilizadas pelos docentes terem sido, em sua maioria, voltadas para incorporação de tecnologias e inovação, muitos docentes ainda lançaram mão das metodologias tradicionais como revisão de conteúdo, uso de multimídia, *slides*, sondagem dos assuntos aprendidos, dentre outros. A pandemia também resultou em casos de evasão escolar e déficits na aprendizagem (Pereira; Moises, 2023). Isso pode explicar a necessidade de revisão dos assuntos e sondagem do nível de conhecimento dos estudantes na pesquisa.

Uma menor parcela realizou outras adaptações em sala de aula no retorno das atividades presenciais, como abordagens voltadas para o desenvolvimento

## *Ansiedade, depressão e estresse e as adaptações da prática docente em decorrência da pandemia após a retomada das atividades presenciais*

socioemocional dos estudantes, inclusão de aulas sobre higiene e saúde, diminuição do tempo de fala e do tempo em pé, dentre outras adaptações. A pandemia trouxe mudanças culturais e sociais que afetaram o processo de ensino e aprendizagem (Dantas, 2023). Destaca-se a importância das competências socioemocionais na educação, onde cognição e emoção unem-se para uma formação integral dos alunos incluindo habilidades principalmente como autoconhecimento, autocontrole, empatia e tendo o professor papel fundamental nesse contexto, pois eles são os principais líderes emocionais dos alunos na escola (Carmo, 2023).

Como novas perspectivas em educação no Brasil em um cenário pós-pandemia, destaca-se a importância de um ensino que prepare os jovens profissionalmente, academicamente e socialmente (Dantas, 2023). Termos como ensino híbrido, letramento digital e heurística tornaram-se mais conhecidos entre os educadores brasileiros (Dantas, 2023).

Dito isto, acerca dos dados referentes à análise da prevalência dos níveis de estresse, ansiedade e depressão nos professores da educação integral no presente estudo, foi possível perceber que, apesar de a maioria dos professores avaliados ter níveis considerados normais, chamou a atenção a presença de docentes com níveis extremamente severos de estresse, ansiedade e depressão.

Ademais, ao realizar a associação dos níveis de estresse, ansiedade e depressão em seus escores e as estratégias de ensino e adaptações em sala de aula adotadas pelos docentes, evidenciou-se que aqueles professores que realizaram adaptações em sala de aula, no retorno das atividades presenciais, tiveram maiores níveis de estresse e depressão. Os níveis de ansiedade não foram diferentes entre as diversas estratégias de ensino e adaptações adotadas pelos professores da educação integral.

Uma pesquisa desenvolvida antes da pandemia com professores de uma escola do município de Teresina, Piauí, destacou que, quanto maior o nível de estresse dos professores, maior a probabilidade de apresentarem sinais de depressão (Rodrigues *et al.*, 2019). Ressaltaram ainda que o trabalho dos docentes exige tomada de decisão e está sujeito a diversos eventos estressantes, o que contribui para o estresse e pode estar relacionado à presença de sintomas de depressão (Rodrigues *et al.*, 2019).

Em 2019, doenças como ansiedade e depressão já eram motivos de afastamentos de professores devido a esses problemas de saúde (Costa; Silva, 2019). O adoecimento

mental interfere diretamente no trabalho e na continuidade da carreira, levando ao afastamento e até mesmo à mudança de função (Moura; Nunes; Ferreira, 2023). A pandemia da Covid-19 teve um impacto negativo nos problemas de saúde mental dos professores, tanto agravando condições pré-existentes como causando novos casos (Nascimento, Silva; Silva, 2023).

Um estudo realizado com professores na região de Puno, no Peru, mostrou que a pandemia da Covid-19 afetou significativamente a saúde mental e a qualidade do sono dos docentes (Betancur *et al.*, 2022). Eles observaram que os professores apresentaram uma maior prevalência de ansiedade e depressão (Betancur *et al.*, 2022). Os autores ainda destacaram a necessidade de abordar os problemas de saúde mental durante essa pandemia, pois a alta prevalência de depressão pode afetar a produtividade dos professores e impactar seus alunos (Betancur *et al.*, 2022).

Os problemas trazidos pela pandemia podem atingir o relacionamento, a saúde física e mental dos professores, bem como sua eficácia em sua função de ensinar. A pandemia da Covid-19 trouxe diversos desafios existenciais, de saúde, políticos e sociais, levando os professores a refletirem sobre sua saúde mental e a importância das instituições de ensino em fornecer suporte para isso (Santos; Caldas; Silva, 2022).

#### **4. Considerações finais**

A pandemia da Covid-19 provocou adaptações na prática docente em sala de aula que se estendeu no retorno às atividades presenciais e estiveram associadas a sintomas de ansiedade, depressão e estresse em professores de escolas de referência em ensino médio de Pernambuco, situadas no município de Petrolina.

No decorrer da pandemia, os docentes viram-se obrigados a ajustar a sua prática, sendo possível categorizar essas adaptações em três principais vertentes: inovação e tecnologia, adaptações em sala de aula e metodologias tradicionais. Entretanto, ao se analisar os níveis de ansiedade, estresse e depressão, os resultados mostraram predominância de índices considerados normais em uma análise categórica, apesar da presença de alguns professores com níveis extremamente severos.

Ao associar esses níveis com as adaptações adotadas em sala de aula pelos professores, tornaram-se visíveis índices maiores de depressão e estresse. Diante dos desafios enfrentados pelos professores durante a pandemia, é evidente que a saúde mental desses profissionais precisa ser uma prioridade. Embora muitos tenham se

*Ansiedade, depressão e estresse e as adaptações da prática docente em decorrência da pandemia após a retomada das atividades presenciais*

adaptado e inovado em suas práticas pedagógicas, os níveis de estresse e depressão aumentaram, mostrando o fardo emocional que carregaram.

É necessário que o Poder Público reconheça essa situação, e é preciso implementar políticas públicas que garantam o acesso dos professores a acompanhamento psicológico adequado. Os educadores demandam de apoio emocional e cuidado com sua saúde mental, pois são eles que moldam o futuro de nossas crianças e jovens. A educação não é apenas sobre conteúdo, mas também sobre as pessoas que a tornam possível. Cuidar dos professores é investir no futuro dos estudantes e na qualidade da educação.

### Referências

BAPTISTA, Cremildo João; MARTINS, Alberto Mesaque; ESCALDA, Patrícia Maria Fonseca. Fatores associados a altos escores de saúde mental de professores universitários durante a pandemia de COVID-19. **Saúde e Pesquisa**, v. 16, n. 1, p. 1-12, 2023.

BATISTA, Marcos Antonio; OLIVEIRA, Sandra Maria da Silva Sales. Sintomas de ansiedade mais comuns em adolescentes. **Psic: Revista da Vetor Editora**, v. 6, n. 2, p. 43-50, 2005.

BETANCUR, Heber Nehemías Chui et al. Salud mental y calidad de sueño en los docentes de educación básica regular. **Revista Vive**, v. 5, n. 15, p. 865-873, 2022.

BRASIL, **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**, LDB. 9394/1996. Brasil 1996. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l9394.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm). Acesso em: 05 de agosto 2023.

BRASIL. **Recomendação nº 036**, DE 11 DE MAIO DE 2020. Recomenda a implementação de medidas de distanciamento social mais restritivo (lockdown), nos municípios com ocorrência acelerada de novos casos de COVID-19 e com taxa de ocupação dos serviços atingido níveis críticos. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/recomendacoes-cns/1163-recomendac-a-o-n-036-de-11-de-maio-de-2020#:~:text=Recomenda%20a%20implementa%C3%A7%C3%A3o%20de%20medidas,dos%20servi%C3%A7os%20atingido%20n%C3%ADveis%20cr%C3%ADticos>. Acesso em: 05 de agosto 2023.

BRASIL. **Lei nº 13.005**, de 25 de junho de 2014. Aprova o Plano Nacional de Educação-PNE e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 26 jun. 2014. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2011-2014/2014/lei/l13005.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2014/lei/l13005.htm). Acesso em: 05 de agosto 2023.

CARMO, Walkiria Batista. Competências Socioemocionais na Escola: Incertezas e Desafios. **ALTUS CIÊNCIA**, v. 17, n. 17, p. 36-48, 2023.

CARVALHO, Maria Regina Viveiros. Perfil do professor da educação básica. **Relatos de Pesquisa**, n. 41, p. 68-68, 2018.

CARVALHO, R.N.G. *et al.* Tecnologias digitais na educação. **RECIMA21-Revista Científica Multidisciplinar**- v. 4, n. 1, 2023.

CORRÊA, J. N. P.; BRANDEMBERG, J. C. Tecnologias digitais da informação e comunicação no ensino de matemática em tempos de pandemia: desafios e possibilidades. **Boletim Cearense de Educação e História da Matemática**, v. 8, n. 22, p. 34-54. 2021.

COSTA, Rodney Querino Ferreira; SILVA, Nelson Pedro. Níveis de ansiedade e depressão entre professores do Ensino Infantil e Fundamental. **Pro-Posições**, v. 30, p. e20160143, 2019.

DANTAS, Bruna Renata de Brito. Tendências educacionais para o ensino médio no Brasil pós-pandemia: letramento digital, heutagogia e ensino híbrido. **Editora e-Publicar. Publicações**, 2023.

FERNANDES, M. A., RIBEIRO, H. K. P., SANTOS, J. D. M., MONTEIRO, C. F. DE S., COSTA, R. DOS S., & SOARES, R. F. S. Prevalence of anxiety disorders as a cause of workers' absence. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, 2018.

FIGUEIREDO, L. C.; COELHO JUNIOR, N. E. **Adoecimentos psíquicos e estratégias de cura: matrizes e modelos em psicanálise**. São Paulo: Blucher, 2018.

FREITAS, R. F., RAMOS, D. S., FREITAS, T. F., SOUZA, G. R. D., PEREIRA, É. J., & LESSA, A. D. C. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, p. 283-292. 2021.

GONORING, Cecilia Luzia Belardt; RAMER, Silvia; DE PAULA PINTO, Wanderson. Uso das novas tecnologias no processo de ensino e aprendizagem: um olhar para a formação do professor de matemática nos anos finais do ensino fundamental e médio. **Revista Científica Intelletto**, v. 7, 2022.

LEITE, A. C. M.; BRANDÃO, M. B. F.; SOUSA, E. L. O ensino em tempo integral e o contexto pós-pandemia: desafios de implementação. **Revista da Faculdade de Educação**, v. 39, n. 1, p. e392301-e392301, 2023.

LOPES J. O ensino presencial no curso de Fisioterapia: lições deixadas pela pandemia. **Espac. Saude**. v. 23, p. e883, 2022; Disponível em: <https://espacoparasaudefpp.edu.br/index.php/espacosaudefpp/article/view/883>. 2022.

LOSCH, S.; RAMBO, C. A.; FERREIRA, J. de L. A pesquisa exploratória na abordagem qualitativa em educação. **Revista IberoAmericana de Estudos em Educação**, Araraquara, v. 18, n. 00, p. e023141, 2023.

*Ansiedade, depressão e estresse e as adaptações da prática docente em decorrência da pandemia após a retomada das atividades presenciais*

LOVIBOND, S. H.; & LOVIBOND, P. F. **Manual for the Depression, Anxiety, Stress Scales Australia**. 1995. Disponível em: <http://www2.psy.unsw.edu.au/dass>. Acesso em: 14 de maio de 2022.

MARCONI, Marina de A.; LAKATOS, Eva M. **Metodologia Científica**. São Paulo: Grupo GEN, 2022. E-book. ISBN 9786559770670.

MARTINS, B. G.; SILVA, W. R.; MARÔCO, J.; CAMPOS, J. A. D. B. Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse: propriedades psicométricas e prevalência das afetividades em universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.68, n. 1, p. 32-41, 2019.

MATIAS, A. B.; FALCÃO, M. T. C.; GROSSEMAN, S.; GERMANI, A. C. C. G.; SILVA, A. T. C. D. A pandemia da COVID-19 e o trabalho docente: percepções de professores de uma universidade pública no estado de São Paulo, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 28, p. 537-546, 2023.

MOURA, Maria Martins. O PAPEL DO PROFESSOR DA EDUCAÇÃO INTEGRAL EM TEMPOS PANDÊMICOS. **Facit Business and Technology Journal**, v. 2, n. 40, 2023.

MOURA, J. da S.; NUNES, C. P.; FERREIRA, L. G. TRANSTORNOS MENTAIS E COMPORTAMENTAIS EM PROFESSORES: INFLUÊNCIAS NA CARREIRA PROFISSIONAL DOCENTE. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, Boa Vista, v. 13, n. 39, p. 19-42, 2023. DOI: 10.5281/zenodo.7687079. Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/826>. Acesso em: 17 ago. 2023.

MUSSI, L. M. P. T.; ASSUNÇÃO, E. T. C.; NUNES, C. P. Pesquisa Quantitativa e/ou Qualitativa: distanciamentos, aproximações e possibilidades. *Revista Sustinere*, v. 7, n. 2, p. 414-430, 2020.

NASCIMENTO, Francisco Elionardo Melo de; FONTINELE, Grazielly Stefany Pinto; PAULINO, Laís Raiane Feitosa Melo. EFEITOS DA PANDEMIA NA PRÁTICA DOCENTE DE PROFESSORES DO CURSO DE PEDAGOGIA. **Momento-Diálogos em Educação**, v. 31, n. 03, 2022.

NASCIMENTO, Karoline do Rosário; SILVA, Rafael Brandão; SILVA, João Luis Almeida. Adoecimento mental de docentes no contexto da pandemia: Uma experiência em saúde do trabalhador. **Seven Editora**, p. 680-690, 2023.

OLIVEIRA, S. M. L.; PASCHOAL, J. D.. A educação básica como direito no Brasil: uma análise das determinações e paradoxos da legislação. **Revista Brasileira de Política e Administração da Educação**, v. 36, n. 3, p. 1176-1195, 2020.

PEREIRA, Venâncio Guedes; MOISES, Abraão Rafael Lima. Impactos da pandemia do covid-19 no processo de alfabetização nas escolas brasileiras: um levantamento bibliográfico (2020-2022). **Revista Enfil**, v. 2, n. 17, p. 58-79, 2023.

RODRIGUES, L.T. M., et. al.. Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. **Enfermería Global**. v. 19, n. 1 (dic. 2019), p. 209–242.  
DOI:<https://doi.org/10.6018/eglobal.19.1.383201>. 2019.

SANTOS, KDA, CALDAS, CMP, & SILVA, JP DA. Pandemia covid-19, saúde mental, apoio social e sentido de vida em professores. **SciELO Preprints**. 2022.

SOUZA, Thalita Costa et al. Ansiedade, depressão e ideação suicida em docentes universitários, em tempos de pandemia da covid-19. **Diversitas Journal**, v. 7, n. 4, 2022.

STEFANES, Tânia Aparecida; SEHNEM, Scheila Beatriz. Saúde mental e trabalho: um estudo comparativo entre funcionários admitidos e desligados de uma empresa do meio-oeste catarinense. **Pesquisa em Psicologia-anais eletrônicos**, p. 123-136, 2016

VIAPIANA, V. N.; GOMES, R. M.; ALBUQUERQUE, G. S. C. DE. Adoecimento psíquico na sociedade contemporânea: notas conceituais da teoria da determinação social do processo saúde-doença. **Saúde em Debate**, v. 42, n. spe4, p. 175–186, dez. 2018.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **ICD-11 2022** release. 2022. Disponível em:  
<https://icd.who.int/en> Acesso em 24 mai 2024.

ZAINKO, Maria Amélia S. Políticas de formação de professores na universidade pública: uma análise de necessidades, entre o local e o global. **Educar em Revista**, p. 113-127, 2010.

ZANARDI, Teodoro Adriano Costa. Educação integral, tempo integral e Paulo Freire: os desafios da articulação conhecimento-tempo-território. **Revista e-Curriculum**, v. 14, n. 1, p. 82-107, 2016.

## **Sobre os autores**

### **Flávia Emília Cavalcante Valença Fernandes**

Professora Associada/Livre-Docente da Universidade de Pernambuco *campus* Petrolina. Docente Permanente do Programa de Pós-Graduação em Formação de Professores e Práticas Interdisciplinares. E-mail: [flavia.fernandes@upe.br](mailto:flavia.fernandes@upe.br) ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2840-8561>.

### **Janicléia Pereira de Souza**

Professora Efetiva de Biologia da Secretaria de Educação e Esportes do Estado de Pernambuco. janicleia. E-mail: [pereirasouza@upe.br](mailto:pereirasouza@upe.br) ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4005-2679>.

### **Rosana Alves de Melo**

Professora adjunta do colegiado de enfermagem da Universidade Federal do Vale do São Francisco - Campus Petrolina. Docente do Programa de Pós-Graduação em Dinâmicas de Desenvolvimento do Semiárido. E-mail: [rosana.melo@univasf.edu.br](mailto:rosana.melo@univasf.edu.br) ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9217-921X>.

Recebido em: 15/03/2024

Aceito para publicação em: 27/05/2024