



## **O ENSINO REMOTO E SEUS IMPACTOS A SAÚDE MENTAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA COM PROFESSORES**

Ana Karolina Nunes Silveira<sup>1</sup>

Carla Jeane Helfemsteller Coelho Dornelles<sup>2</sup>

### **GT5 - Educação, Comunicação e Tecnologias**

#### **RESUMO**

Há muito tempo se faz pertinente a discursão sobre saúde mental do professor, a qual pode ser considerada como uma área de ocupação com maior nível de estresse e esgotamento mental. Em pesquisa realizada pela Nova Escola (2020) no mês de maio com esses profissionais, 58% dos participantes avaliaram sua saúde emocional como péssima, ruim ou razoável. Diante disso, pode-se notar que durante a pandemia da COVID-19 com a implementação do Ensino Remoto, essa realidade não se fez diferente, com um número significativo de profissionais que apresentaram queixas com relação a doença mental. Então, o objetivo desse trabalho é discutir sobre a importância de ações preventivas e de promoção a saúde do professor em seu ambiente de trabalho, realizando uma reflexão sobre o tema a partir da prática. Trata-se, portanto, de um relato de experiência da prática de Psicóloga escolar em uma instituição de ensino com professores.

**Palavras-chave:** Ensino Remoto. Professor. Saúde Mental.

#### **ABSTRACT**

For a long time now, the discourse on teachers' mental health has been relevant, which can be considered an area of occupation with a higher level of stress and mental exhaustion. In a survey conducted by Nova Escola (2020) in May with these professionals, 58% of the participants rated their emotional health as bad, bad or fair. Therefore, it can be noted that during the COVID-19 pandemic with the implementation of Remote Education, this reality was no different, with a significant number of professionals who complained about mental illness. So, the objective of this work is to discuss the importance of preventive actions and to promote the health of teachers in their work environment, carrying out a reflection on the theme based on practice. It is, therefore, an experience report of the practice of School Psychologist in an educational institution with teachers.

**Keywords:** Remote Learning. Mental health.

---

<sup>1</sup> Mestranda do Programa de Pós-graduação em Educação da Universidade Tiradentes (UNIT). Psicóloga clínica, escolar/educacional do Colégio Nossa Senhora da Piedade. E-mail: karolinasilveira94@gmail.com.

<sup>2</sup> Doutora em Educação (UFBA, 2011), com formação em filosofia, é professora do Programa de Pós-graduação em Direitos Humanos da Universidade Tiradentes. Orcid: <http://orcid.org/0000-0003-1240-9981>. E-mail: ccfilos2@yahoo.com.br.



## INTRODUÇÃO

Em meados de dezembro de 2019, teve início o período pandêmico da chamada COVID-19, doença causada pelo novo vírus Sars-Cov-2 (Síndrome Respiratória Aguda Grave do Coronavírus 2), cujo teve seu primeiro caso confirmado na China. No Brasil, o Ministério da Saúde se pronuncia em 03 de fevereiro de 2020 com a Portaria de N° 188, declarando emergência de saúde pública internacional. E logo após confirmação da existência do primeiro caso no país, as instituições de ensino dentre outros setores, tiveram suas atividades presenciais suspensas, com o intuito de controlar a contaminação da doença.

Então, o Conselho Nacional de Educação emite um Parecer 05/2020, cujo aborda a reorganização do calendário escolar, bem como adota como medida alternativa, a utilização das atividades remotas, ou seja, computação de atividades não presenciais, com objetivo de cumprir carga horário anual mínima. O documento também possui orientações a despeito das atividades remotas e possibilidades de avaliação. O que gerou impacto no trabalho das redes institucionais de ensino, principalmente às professoras e aos professores.

Importante ressaltar, que a precarização da valorização do trabalho do professor, já é um tema bastante discutido, bem como os impactos deste na saúde mental. De acordo com pesquisa realizada pela Nova Escola<sup>1</sup>, em 2018 com 5.000 professores, antes mesmo do período pandêmico o adoecimento psíquico já afetava essa categoria, a ansiedade afetava 68% dos profissionais e 28% disseram sofrer ou já ter sofrido de depressão.

No mês de maio em 2020, a Nova Escola fez mais uma pesquisa afim de conhecer os cenários enfrentados pelos docentes nesse período, e de 9.557 respostas foram coletadas, 28% avaliaram a saúde emocional como péssima ou ruim, 30% como razoável (Nova Escola, 2020). Sendo que, dentre as queixas apresentadas, existia o estresse envolvido na necessidade em aprender rápido para adequar o planejamento, falta de reconhecimento da gestão e famílias, aumento da carga horária de dedicação as tarefas do trabalho, bem como não conseguir dar conta de todas as responsabilidades pessoais e profissionais.

O que demonstra que a saúde mental dessa categoria, necessita ainda de maior atenção. Entretanto, vale ressaltar que apesar do adoecimento psíquico já ser presente na vida desse profissional, a modalidade de ensino remoto utilizada na pandemia, potencializou o aparecimento de Transtornos de carácter ocupacional, como a Ansiedade, Depressão e a



Síndrome de *Burnout*.

A depressão pode surgir diante da necessidade de resultados positivos com o processo de aprendizagem, já que a ansiedade está relacionada ao medo excessivo do futuro. A depressão pode ser caracterizada como ausência de bem-estar/prazer em fazer atividades que antes, eram realizadas de maneira positiva, podendo ser presente nas atividades laborais. Já a última muitas literaturas já abordam a síndrome como umas das mais comuns, ela é caracterizada pelo esgotamento físico e mental relacionado diretamente ao trabalho.

De acordo com SANTOS, SILVA & BELMONTE (2021), essa não é apenas uma realidade brasileira, mas em países como China e Portugal, houveram acentuados números de casos de adoecimento mental em professores. Os autores, ainda destacam que a função desse profissional não se resume a utilização de tecnologias de maneira aleatória, mas de mediar processos cognitivos que, em si, encerram grande complexidades e exigências, construtor e guia do conhecimento, havendo assim a necessidade de reestruturar todo planejamento pedagógico para as aulas remotas, bem como amparar os/as profissionais da educação em nível técnico, subjetivo e de infraestrutura.

Além da necessidade em adequar os conteúdos a nova modalidade de ensino foi também preciso preparação emocional para lidar com novos desafios no processo de aprendizagem. Questões referentes a competência profissional, a qual o docente apresentou a autocobrança e cobrança dos demais (escola/família) em manter os mesmos resultados que presenciais no ensino/aprendizagem. O mesmo com a comunicação familiar, cuja tornou-se mais intensa entre professor e pais, bem como a organização de horários para o trabalho, pois existiram dificuldades no estabelecimento de rotina e divisão de horário para vida pessoal e trabalho.

Dessa forma, o presente estudo tem como principal objetivo proporcionar reflexões acerca dos impactos gerados a saúde mental, pelo ensino remoto emergencial no corpo docente da Educação básica. Bem como também, relatar experiência de Grupo de Apoio Emocional a essa categoria de professores em uma escola particular, especificamente com o Ensino Fundamental I, durante período pandêmico. O qual, durante início das aulas remotas no período pandêmico, obteve aumento significativo no número de afastamento de docentes por questões emocionais. Trata-se de um relato de experiência a partir da prática como psicóloga escolar e espera-se que o estudo contribua com a reflexão e encaminhamentos



necessários a esta questão em tela.

## MÉTODO

O presente estudo é um relato de experiência, resultante da prática de Psicóloga Escolar em uma instituição de ensino, cujo foi realizado Projeto que teve como principal objetivo, proporcionar um momento de escuta e acolhimento dos profissionais da instituição, durante o período pandêmico e início da prática de aulas remotas. A ideia surgiu, tendo em vista o grande número de afastamentos de professores, por questões de saúde mental que a instituição recebeu logo no começo das atividades remotas. Participaram do mesmo, 22 professores que foram subdivididos em dois grupos, sendo denominados grupo 1 e grupo 2.

Os grupos eram coordenados pelo Serviço de Orientação Educacional (SOE) na pessoa da Psicóloga Escolar. Foram realizados dez encontros através do serviço de comunicação por vídeo *Google Meet*, com média de 1h de duração, semanalmente entre os meses de junho, julho e agosto de 2020. Por fim, os dados apresentados são fruto de uma observação simples das intervenções realizadas e registradas através de anotações de campo. A cada encontro foi utilizado tema para construção das dinâmicas como exposto na tabela a seguir:

<b>Tema Trabalhado</b>	
<i>Encontro 1</i>	<i>“Professor: Desafios e Impasses da Profissão”</i>
<i>Encontro 2</i>	<i>“O Papel do Professor e suas Atribuições”</i>
<i>Encontro 3</i>	<i>“Minha História Profissional: Eu escolhi ser professor ou a vida me escolheu?”</i>
<i>Encontro 4</i>	<i>“Acalmando a Mente”</i>
<i>Encontro 5</i>	<i>“Técnica de Controle da Ansiedade”</i>
<i>Encontro 6</i>	<i>“Autoconhecimento como Ferramenta no Controle da Ansiedade”</i>
<i>Encontro 7</i>	<i>“Autoconhecimento: Minhas Memórias”</i>
<i>Encontro 8</i>	<i>“Autoconhecimento: Eu e o Outro”</i>
<i>Encontro 9</i>	<i>“Autoconhecimento como Ferramenta de Transformação Positiva”</i>
<i>Encontro 10</i>	<i>“O que levo e o que deixo no encontro”</i>



Fonte: elaborado pelas autoras, 2021.

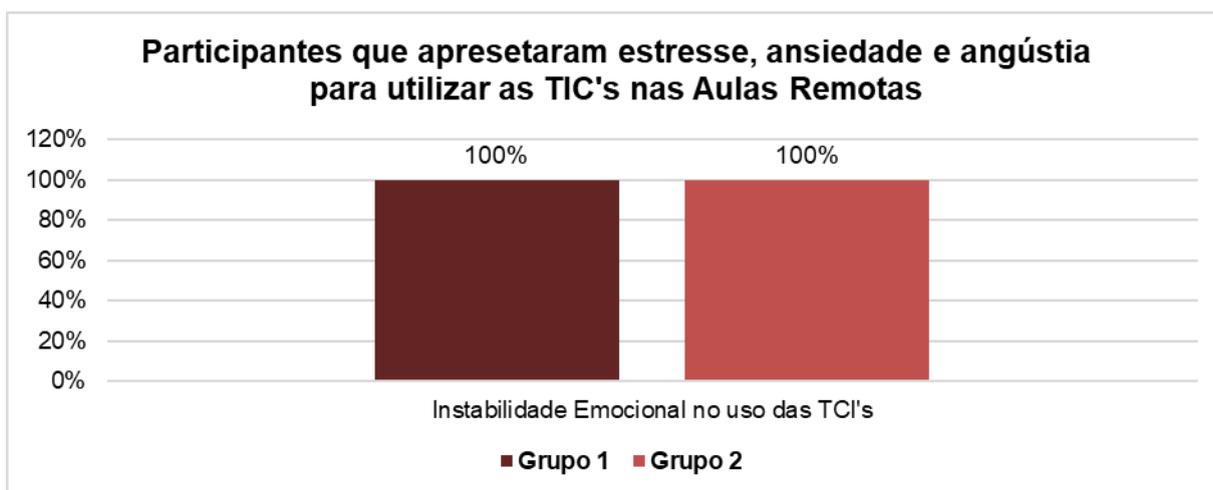
## RESULTADOS

### Insatisfações apresentadas pelas profissionais que implicaram na sua Saúde Mental

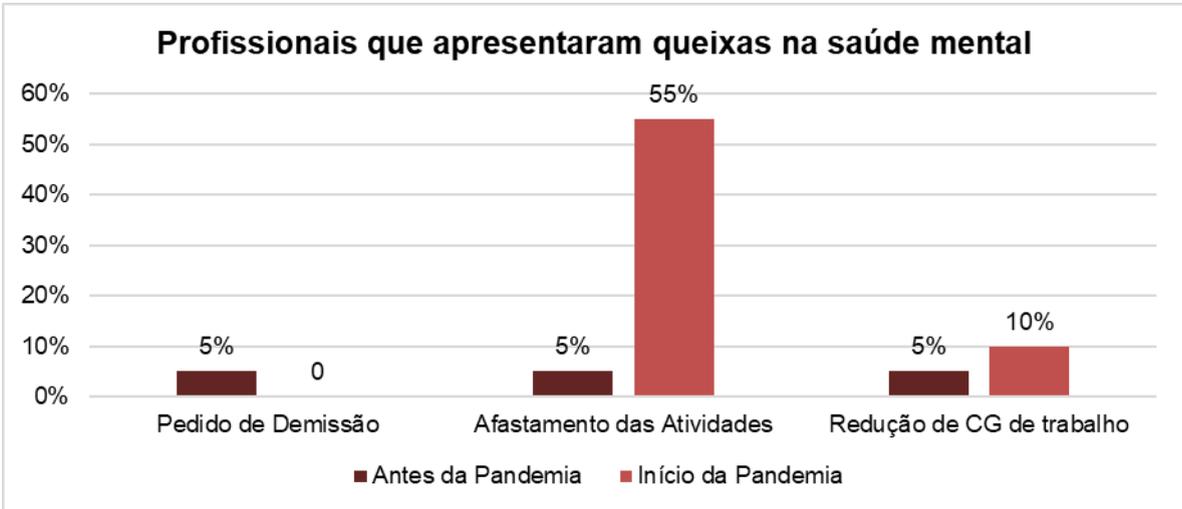
Grupo 1
Falta de Acompanhamentos das famílias nas atividades dos filhos.
Crítica negativa das famílias com relação as atividades dos professores.
As dificuldades apresentadas pelos alunos no processo de aprendizagem (alfabetização).
Estresse e déficit de comunicação entre pais e filhos durante aula <i>online</i> .
Grupo 2
Angústia com relação a utilização de artefatos tecnológicos nas aulas.
Sobrecarga de trabalho e falta de reconhecimento da instituição.
Dificuldade no gerenciamento de tempo entre “ser mãe” e “ser professora”.
Problemas da vida pessoal.

Fonte: elaborado pelas autoras, 2021.

Diante das queixas apresentadas pelo grupo 2, alguns relatos também traziam como consequências da desorganização emocional a: insônia, ansiedade e humor deprimido.

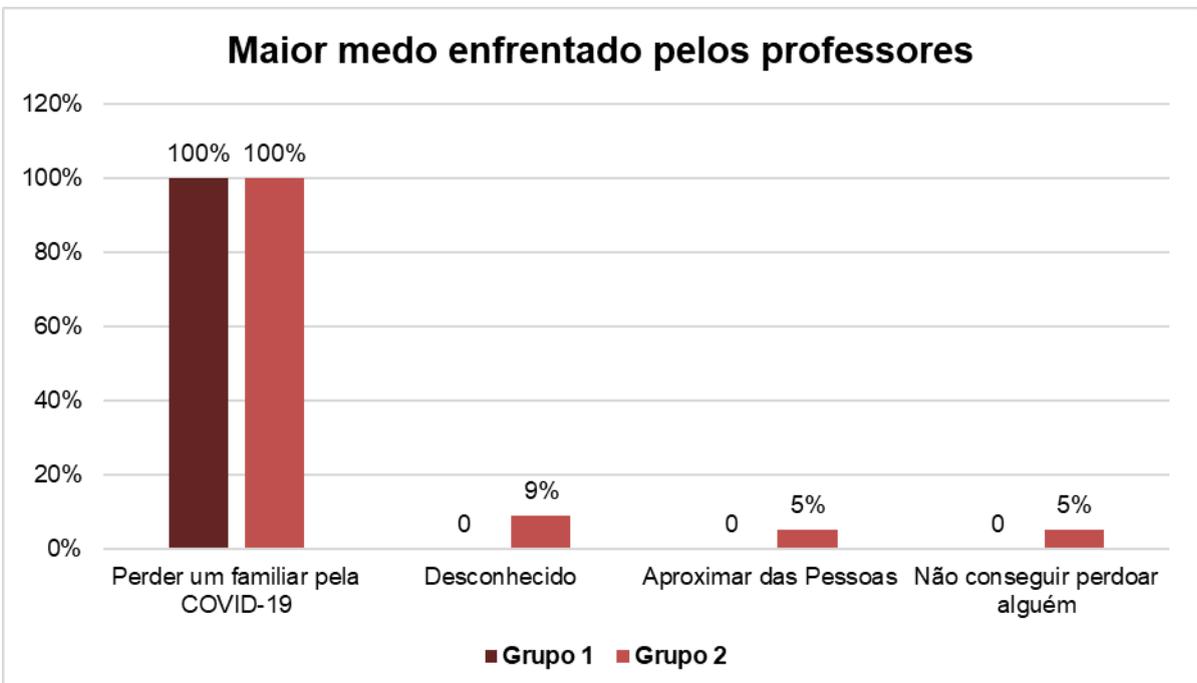


Fonte: elaborado pelas autoras, 2021.



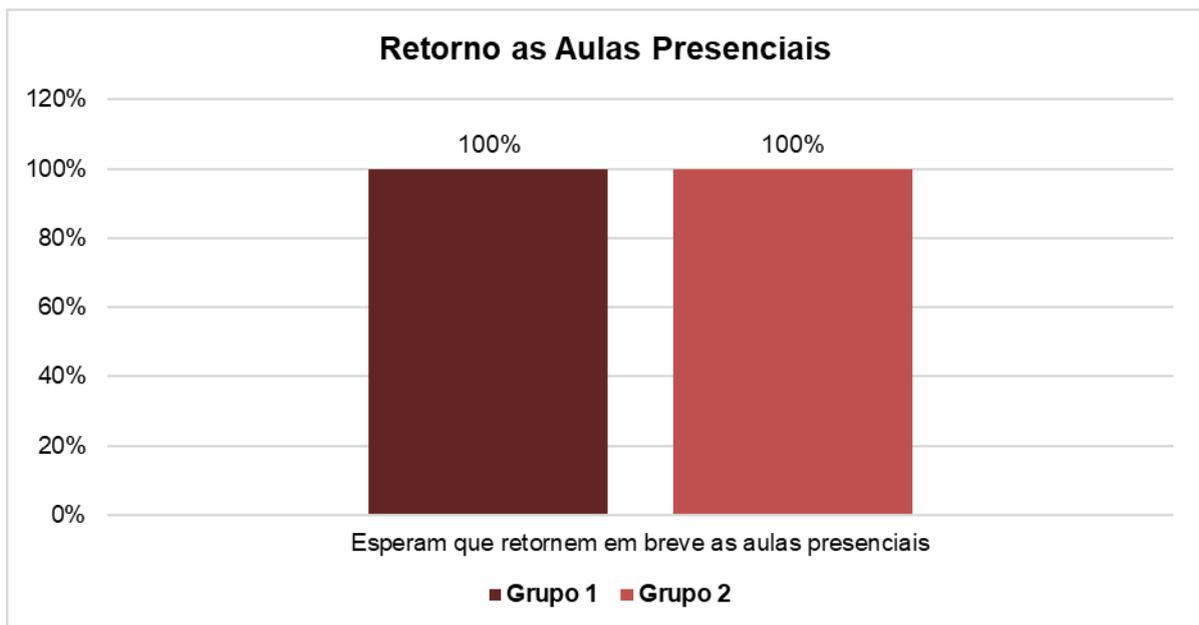
Fonte: elaborado pelas autoras, 2021.

Vale destacar, que os números apresentados no período anterior a Pandemia ocorreram dentro do período de um ano, em 2019. Já o quantidade pós pandemia ocorreu dentro do período de três meses após o início da COVID-19. Fator também significativo é que já existiram, nos anos anteriores, pedidos de demissão e logo após o desligamento da empresa, as profissionais mudavam de carreira, seguindo ramos como microempreendedorismo.



Fonte: elaborado pelas autoras, 2021.

O maior número de respostas estava relacionado ao medo da morte de algum ente querido ou até mesmo de si próprio, já que a maioria vivenciou a maternidade e utilizou a mesma como justificativa. No grupo 2 algumas repostas relacionadas ao medo do desconhecido (passar por um momento difícil e não saber como enfrenta-lo), também uma integrante que foi acometida pelo vírus relatou estar vivenciando o medo de se aproximar das pessoas e a última sobre o temor em não conseguir perdoar as pessoas (essa integrante possui um vínculo religioso significativo).

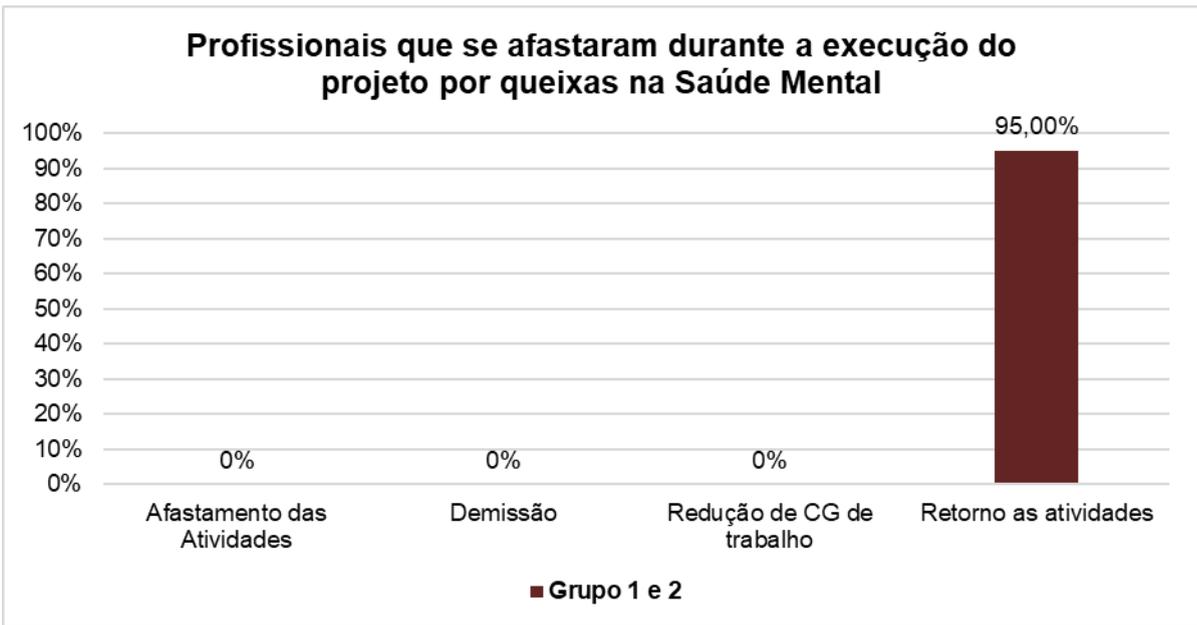


**Fonte:** elaborado pelas autoras, 2021.

As principais justificativas utilizadas para p desejo em retornar, eram baseadas principalmente na dificuldade de alfabetização dos alunos das séries iniciais do Ensino Fundamental I, bem como na organização de rotina e horário de trabalho, já que muitas se queixaram pelo fato estabelecer comunicação entre pais, fora do horário de trabalho através do aplicativo de mídia *WhatsApp*.



Fonte: elaborado pelas autoras, 2021.



Fonte: elaborado pelas autoras, 2021.

No final, algumas profissionais trouxeram sua fala como *feedback*:

-Muitas coisas mudaram em mim após o grupo no autoconhecimento- integrante do grupo 1.



*-Hoje, nessa escola, eu realmente me sinto professora, sou realizada e cuidada, antes de entrar na escola eu estava pensando em parar de trabalhar na área. - Integrante do grupo 1.*

*-Esses encontros tem sido muito importante pra gente, quando eu saio daqui me sinto outra pessoa, aliviada, bem melhor- Integrante do grupo 2.*

*-Quero logo saber quando a gente vai voltar a ter, porque me fez tão bem - Integrante do grupo 2*

*- Não tenho como agradecer a você pelo que fez por nós, eu podia tá triste, mas sabia que tinha o grupo pra desabafar e me apoiar quando eu precisasse- Integrante do grupo 2.*

## **DISCUSSÃO**

De acordo com os dados obtidos com a aplicação do Projeto adoecimento psíquico já estava presente na classe docente, considerando também que esse é um tema discutido há bastante tempo na literatura. Na pesquisa realizada pela Nova Escola (2020) mostra que 28% dos professores avaliam sua saúde mental como péssima ou ruim e 30% razoável. Quando comparada a outra pesquisa já realizada pela mesma instituição em 2018, antes do período pandêmico, 66% dos docentes já se afastaram de suas atividades por questões de saúde. Sendo que a ansiedade acomete 68% dos profissionais da educação e 28% relataram sofrer ou já ter sofrido de depressão.

Os dados apresentados dão maior embasamento para perceber que o adoecimento mental nessa classe de profissionais merece maior atenção e cuidado. Todavia, o processo de mudança das aulas presenciais para remotas, bem como os efeitos sociais gerados pela pandemia da COVID-19 (distanciamento social, mudança de rotina e riscos do contágio), foram fatores que potencializaram, consideravelmente o surgimento ou manifestação de transtornos psicológicos. O elevado índice de afastamento das atividades dos docentes na instituição se mostrou significativo durante o período pandêmico.

Considerando os relatos trazidos pelo grupo 1 e grupo 2 sobre as insatisfações que contribuíram para o adoecimento mental no projeto, quando comparada a pesquisa da Nova Escola (2020), percebe-se que existem semelhanças significativas nas respostas apresentadas



pelos docentes. Abordando que a maior parte do adoecimento mental entre professores, envolve o estresse na necessidade em aprender rápido para adaptar o planejamento, riscos de contaminação, falta de reconhecimento das famílias e gestores, insegurança em relação ao futuro, aumento no tempo de preparo das aulas e de dedicação aos alunos e sensação de não conseguir dar conta de todas as demandas domésticas, familiares e profissionais aparecem entre os fatores destacados pelos professores.

Dentre as queixas apresentadas pelo Grupo 1, sobre o acompanhamento familiar, a Nova Escola também traz como dado em sua pesquisa que na rede privada a participação é de 58% quando comparado a pública, mas tanto na Educação Infantil como no Ensino Fundamental (anos iniciais), apenas 3% dos professores disseram que os responsáveis tem participado. O que contribui para o surgimento de outra queixa apresentada pelo projeto, que é a dificuldade no processo de alfabetização das crianças com o ensino remoto nos anos iniciais do Ensino Fundamental I.

Quando o tema abordado é a utilização das tecnologias na metodologia de ensino remoto, ainda de acordo com a pesquisa da Nova Escola, 33% dos entrevistados avaliaram a experiência como razoável, 30% ruim ou péssima, 27% boa e 5% excelente; ou seja, menos de 32% avalia de forma positiva. Enquanto que o resultado do Projeto “Conversa Boa” traz como unanimidade as insatisfações com o uso e adaptação de artefatos para o ensino. Importante considerar que na pesquisa na Nova Escola, o público-alvo não eram apenas professores do Ensino Fundamental I de escola privadas, mas de todos os seguimentos de ensino de instituições públicas e particulares.

Outro fator de destaque é que ainda na pesquisa da Nova Escola, quando questionados sobre os materiais que estavam sendo utilizados no ensino remoto, apenas 17% dos professores responderam que realizavam aula ao vivo e em sua maioria eram de rede privada, grande parte afirmou estar revisando o conteúdo com atividades. Enquanto que os docentes que participaram do “Conversa Boa”, estavam utilizando as videoaulas gravadas, aulas ao vivo e atividades disponibilizadas através do *Google* sala de aula (*Classroom*).

Quando questionadas sobre seus medos, no projeto, unanimemente as professoras responderam que temem os riscos do contágio da doença em si mesmo ou em seus familiares, tendo em vista o risco a vida. Em contra partida, diante do alto nível de estresse, todas também desejam o retorno as aulas presenciais, na pesquisa com a Nova Escola (2020), os



docentes igualmente mantinham expectativas positivas em relação ao retorno, com 74% dos profissionais acreditando em um possível retorno as atividades no segundo semestre de 2020.

Por fim, o adoecimento mental dos professores entende-se pela presença de sintomas e características relacionadas a ansiedade, estresse e síndrome de *Burnout*, já apresentadas nesse artigo. E diante dos resultados obtidos com o feedback das profissionais que participaram do projeto, bem como a redução do número de afastamentos por queixas relacionadas a saúde mental, faz-se importante destacar o quão significativo tem sido o cuidado com os fatores emocionais que envolvem a prática do professor.

## REVISÃO DE LITERATURA

O avanço tecnológico, desde seu princípio, gerou impacto na cultura e trouxe novos conceitos a sociedade, assim se fez também na educação. De acordo com Chagas & Linhares (2017), especificamente o desenvolvimento do digital e suas distintas maneiras de representação, afetam a relação do homem com a realidade, na construção de suas narrativas, representação de si e do outro e do mundo mediado pelas tecnologias. Então a partir do século XX, temos a mundialização da cultura através da Era Digital e o que tem como resultado da relação entre cultura e técnica, é a cibercultura.

Para Lévy & Lemos (2010) a cibercultura é sustentada por três aspectos principais que são: a liberação, conexão e reconfiguração. O primeiro diz respeito a manifestação de vozes e discursos que são transmitidas pelas ideias de mídia de massas; já a conexão está associada a rede de computadores em que cada vez um número maior de pessoas passa a se beneficiar e se manter conectados a ela e a reconfiguração, com modalidades midiáticas e de espaços que possibilita uma comunicação não hierarquizada. Então, a sociedade é constituída pela tecnologia, entretanto não se determina por ela.

Nesse contexto, compreende-se que a escola é um espaço comunicacional, onde é possível desenvolver para além da cognição (técnica) do sujeito, sendo esse um ambiente de produção de relações e sentido. Diante disso, a cibercultura para Chagas & Linhares (2017), torna-se um desafio na vida dos aprendentes assim como para as práticas formais de ensino-aprendizagem. Temos uma sociedade que está com acesso à informação de maneira fácil e rápida, e a comunicação é, de acordo com o mesmo autor, indispensável para educação, por



isso é necessário ampliar o seu sentido, a tornando mestiça, autônoma e libertaria.

Todavia, a liberdade, dentro do contexto da tecnologia, é uma palavra discutida por Han (2018), pois o mesmo considera o sistema neoliberal como uma mutação do capitalismo, sendo bastante eficaz na exploração deste ser livre; manipulando a emoção, o jogo e a comunicação dos sujeitos. Sendo assim, ela é ilusória e somos submissos ao capital quando, ela é experienciada de maneira individual, tornando o homem um empreendedor, cujo explora a si mesmo em benefício de seu próprio negócio, então, para ele a liberdade é resultado apenas de uma sociedade bem-sucedida.

É certo que, a liberdade que nos é proporcionada é passível de questionamento, pois até que ponto que teremos a escolha em estarmos imersos ou não ao mundo digital? Já que

Na realidade, a aprendizagem e o conhecimento, constituem, atualmente, um processo que não se enquadra apenas nos modelos da aprendizagem formal, altamente estruturada, mas também nas aprendizagens informais e não formais que transpõem as paredes acadêmicas. (PORTO & MOREIRA, p. 14, 2017)

Faz-se necessário pensar, se de fato existe a possibilidade de não estar dentro do mundo digital. Diante da pandemia ocasionada pelo novo vírus da COVID-19, a escola necessitou se adequar à nova realidade, frente o risco de contaminação e adotou o ensino remoto como habilidade para manter a garantia de acesso à educação das crianças e adolescentes. E nesse momento, não foi possível escolher, os docentes tiveram que navegar em um universo ainda desconhecido por muitos, o que potencializou significativamente o adoecimento mental nessa categoria.

De acordo com Han (2018), as doenças psíquicas, a exemplo da depressão e síndrome de *Burnout*, são manifestações da intensa crise de liberdade na qual vivemos, ou seja, patologias que se transformam em coerção resultantes de um sujeito que é servo do trabalho. Mediante isso, pode-se observar o quão intensa tem se tornado a discussão de literatura sobre a saúde mental do professor, tema que também teve aumento significativo na pandemia, tendo em vista o adoecimento psíquico dessa população. E muito tem se questionado sobre a contribuição da tecnologia, especificamente as aulas remotas, para essa crescente.



O professor, sob o ponto de vista de Santos, Silva & Belmonte (2021), passou a ser visto como um prestador de serviços sazonal, que deve comprimir metas e apresentar resultados, mas que pode ser facilmente substituído. E os autores atribuem parte desse adoecimento, as mudanças bruscas que foram impostas aos profissionais com as aulas remotas, adaptação de planejamento, cobrança social com os resultados além de ser também um “guia acadêmico” que oferece apoio e suporte emocional a seus alunos.

Entretanto, vale lembrar que esse sofrimento não surgiu de maneira inesperada na pandemia com o uso das tecnologias, ele já existia anteriormente. Trindade, Morcerf & Oliveira (2018) destaca que o adoecimento mental do professor envolve as funções que o mesmo ocupa em seus espaços de trabalho, sendo cobrado por uma civilização industrial ao tempo em que necessitam se preocupar com a manutenção de carreira, salário e atualização do conhecimento. E apesar dessa necessidade, em contrapartida, esses profissionais não possuem tempo e por vezes possibilidades de investir no seu autocuidado, o que pode gerar um acúmulo de estresse e ansiedade.

Esse acúmulo a longo prazo é um potencializador no desencadeamento de transtornos mentais como o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG)), Depressão e a Síndrome de Burnout, a qual é caracterizada pelo esgotamento físico e mental relacionado especificamente as atividades laborais. Esse último, vem surgindo frequentemente entre os docentes e é classificado pela prevalência de três dimensões que são a exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional (Trindade, Morcerf & Oliveira, 2018).

A exaustão emocional é caracterizada pela forte sensação de esgotamento de recursos com relação a prática do trabalho, o que envolve problemas de relacionamento interpessoal, conflitos internos psíquicos e ausência de motivação. Já na personalização existe acentuada mudança no comportamento e comprometimento com os resultados no trabalho, podendo gerar conflitos com relação ao tratamento de clientes e potencializando ansiedade, compulsões, irritabilidade e a falta de motivação. E a baixa realização profissional diz respeito a sensação de insatisfação do desenvolvimento de sua competência profissional, ainda que faça o suficiente (Trindade, Morcerf & Oliveira, 2018).

Sendo assim as consequências do adoecimento mental e principalmente a Síndrome *Burnout*, não são apenas para a categoria profissional como para organização também. Ficando nítida para Nascimento & Seixas (2021) a importância do trabalho na saúde



mental do professor e fazendo com que seja necessário verificar fatores que tornam essa atividade doentia. De acordo com Lins & Souza (2020) é uma série de fatores que podem ocasionar o surgimento dessa síndrome na vida do professor, como as relações hierárquicas conflituosas, carga horária de trabalho e impasses na prática como a indisciplina dos alunos.

Então, nos cabe também refletir até que ponto que as aulas remotas e todas as mudanças que foram necessárias frente a pandemia, contribuíram para o adoecimento psíquico, já que essa, aparentemente fez apenas despertar e potencializar insatisfações já existentes anteriormente. De fato, existe certa complexidade quando se faz uma improvisação na educação, realidade que se fez presente no ensino remoto, cujo profissionais foram submetidos a essas mudanças, sem obter em determinadas instituições a qualificação e capacitação adequada para tal.

E apesar de essa não ser a causa principal do adoecimento mental entre essa categoria, caso fosse, não se apresentava de maneira tão significativa anteriormente, se faz importante pensar sobre os impactos das responsabilidades laborais dos professores para seu bem-estar no trabalho. Característica que foi possível perceber nas discussões apresentadas anteriormente como a sobrecarga de trabalho e responsabilidades, algo que impacta significativamente na subjetividade individual.

## CONCLUSÃO

Diante dos resultados obtidos, foi possível perceber a necessidade de um espaço de escuta das demandas do profissional da educação para que esse expresse suas angústias, tristezas, dificuldades e até mesmo desafios na atuação. Em contra partida, as questões relacionadas ao adoecimento mental não se resumem a ausência desses espaços nas instituições, mas principalmente a questões relacionadas a prática profissional.

Tanto no setor público, cujo foi diagnosticado na pesquisa da Nova escola, quanto no setor privado existem tais impasses, pois apesar de apresentar realidades de atuação com desafios diferentes, existem ainda, muitas semelhanças, quando se trata da falta de valorização e reconhecimento profissional. E além da cobrança social, estamos imersos as cobranças do mundo globalizado, em que preza piamente pelos resultados conquistados, resultados apresentados e ainda assim, o Brasil é um dos países que pagam o menor salário a categoria



de professores.

Por isso, se faz tão necessário um espaço de escuta e conscientização dessa categoria nos ambientes escolares, afim de discutir a importância da saúde mental e promover seu cuidado e prevenção a transtornos psicológicos graves como a Síndrome de *Burnout*, depressão e ansiedade. Dessa maneira então, espera-se proporcionar uma reflexão a partir dos dados apresentados a cerca do cuidado e comprometimento com saúde mental dessa categoria, primordialmente em tempos pandêmicos, cujo apresenta-se um aumento acentuado no momento.

## REFERÊNCIAS

CHAGAS, Alexandre Meneses; LINHARES, R. N. A Prática de Aprendizagem Ativa e Colaborativa em Rede Social Digital: Uma Proposta Metodológica. In: Luis Eduardo Ruano Ibarra; Rodrigo Arellano Saavedra; António Pedro Costa. (Org.). **Investigación Cualitativa, Una Acción Situada: Multiplicidad de Formas**. Aveiro: Ludomedia, 2020, p. 15-34.

HAN, Byung – Chul. **Psicopolítica: O neoliberalismo e as novas técnicas de poder**. Tradução Maurício Liesen. Editora Âyiné. Belo Horizonte. 2018.

LEMOS, André; LÉVY, Pierre. **O futuro da internet: em direção a uma ciberdemocracia planetária**. São Paulo: Paulus, 2010.

LINS, Carla; SOUZA, Tayná. **Saúde Mental dos(as) Professores(as) da Rede Pública de Ensino: Um Olhar Sobre as Pesquisas Realizadas no Nordeste**. Tese de conclusão de curso (Bacharelado em psicologia)-Universidade Federal de Alagoas, Arapiraca, 2020.

NASCIMENTO, Kelen Braga do; SEIXAS, Carlos Eduardo. O adoecimento do professor da Educação Básica no Brasil: apontamentos da última década de pesquisas. **Revista Educação Pública**, v. 20, nº 36, 22 de setembro de 2020. Disponível em: <https://educacao publica.cecierj.edu.br/artigos/20/36/o-adoecimento-do-professor-da-educacao-basica-no-brasil-apontamentos-da-ultima-decada-de-pesquisas>. Acesso em: 10 jun. 2021.

NOVA ESCOLA. **Pesquisa: A Situação dos Professores no Brasil Durante a Pandemia**. 01 de julho de 2020. Disponível em: <https://novaescola.org.br/conteudo/19386/qual-e-a-situacao-dos-professores-brasileiros-durante-a-pandemia>. Acesso em: 15 jun. 2021.

PORTO, Cristiane; MOREIRA, J. António (Org.). **Educação no Ciberespaço: novas configurações, convergências e conexões**. Aracaju: Edunit (BR), WhiteBooks (PT), 2017.

SANTOS, Geórgia; SILVA, Maria; BELMONTE, Bernardo. COVID-19: Ensino Remoto Emergencial e Saúde Mental dos Docentes Universitários. **Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.** Recife, 21 (Supl. 1): S245-S251, fev., 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/>



[rbsmi/a/b3TVbVHcCZRxkVZPFPK6PHF/?lang=pt](https://rbsmi/a/b3TVbVHcCZRxkVZPFPK6PHF/?lang=pt). Acesso em: 12 jun. 2021.

TRINDADE, Marcel; MORCERF, Cely; OLIVEIRA, Marinalva. Saúde Mental do Professor: Uma Revisão de Literatura com Relato de Experiência. **Conecte-se! Revista Interdisciplina de Extensão**. Minas Gerais, V. 2 N ° 4, 2018. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/conecte-se/article/view/17609>. Acesso em: 15 jun. 2021.