

ESTRESSE OCUPACIONAL DE PROFESSORES DE UM INSTITUTO FEDERAL DURANTE A PANDEMIA

ESTRÉS LABORAL DE DOCENTES DE UN INSTITUTO FEDERAL DURANTE LA PANDEMIA

OCCUPATIONAL STRESS OF TEACHERS AT A FEDERAL INSTITUTE DURING THE PANDEMIC



Sandra BISPO¹

e-mail: prof.sandrat@gmail.com



Ana Maria Vieira dos SANTOS²

e-mail: anapujol@ulbra.br



Guilherme AROSSI³

e-mail: garossi@umaryland.edu

Como referenciar este artigo:

BISPO, S.; SANTOS, A. M. V.; AROSI, G. Estresse ocupacional de professores de um Instituto Federal durante a pandemia. **Plurais - Revista Multidisciplinar**, Salvador, v. 9, n. esp. 1, e024016, 2024. e-ISSN: 2177-5060. DOI: <https://doi.org/10.29378/plurais.v9iesp.1.17884>



| Submetido em: 07/07/2023.

| Revisões requeridas em: 07/11/2023

| Aprovado em: 27/11/2023

| Publicado em: 12/07/2024

Editoras: Profa. Dra. Célia Tanajura Machado
Profa. Dra. Kathia Marise Borges Sales
Profa. Dra. Rosângela da Luz Matos

Editor Adjunto Executivo: Prof. Dr. José Anderson Santos Cruz

¹ Instituto Federal de Brasília (IFBR), Brasília – DF – Brasil. Professora do IFBR.

² Universidade Luterana do Brasil (ULBRA), Canoas – RS – Brasil. Professora do Mestrado em Promoção da Saúde, Desenvolvimento Humano e Sociedade.

³ Universidade de Maryland, Baltimore – Estados Unidos. Professor do Departamento de Clínica Geral.

RESUMO: O objetivo deste estudo foi investigar o nível de estresse no ambiente de trabalho dos professores do Ensino Médio e Técnico do Instituto Federal de Brasília (IFB) durante a pandemia. Pesquisa analítica, quantitativa e transversal, realizada em 10 *campi* da instituição, com a participação de 250 professores. Foi utilizado a plataforma *Google Forms* contendo perguntas sobre dados sociodemográficos e de trabalho e a Escala de Estresse no Trabalho (EET). A maioria dos professores apresentou níveis elevados e intermediários de estresse (59,6%). Os níveis mais elevados de estresse foram no sexo feminino, aqueles com treinamento insatisfatório para o ensino remoto, que apresentaram atestados médicos relacionados ao estresse e que trabalhavam em três turnos ($p \leq 0,05$). As dimensões Autonomia e Controle, Papéis e Ambiente de Trabalho destacaram-se como as que apresentaram maiores níveis de estresse, enquanto Relacionamento com o Chefe foi a menos afetada.

PALAVRAS-CHAVE: Estresse ocupacional. Professores escolares. Covid-19.

RESUMEN: El objetivo de este estudio fue investigar el nivel de estrés en el ambiente de trabajo de profesores de escuelas secundarias y técnicas del Instituto Federal de Brasilia (IFB) durante la pandemia. Investigación analítica, cuantitativa y transversal, realizada en 10 campus de la institución, con la participación de 250 docentes. Se utilizó la plataforma *Google Forms* que contiene preguntas sobre datos sociodemográficos, laborales y la Escala de Estrés Laboral (EET). La mayoría de los docentes presentó niveles de estrés altos e intermedios (59,6%). Los mayores niveles de estrés se presentaron entre las mujeres, que tenían formación insatisfactoria para la docencia a distancia, que presentaban certificados médicos relacionados con estrés y que trabajaban en tres turnos ($p \leq 0,05$). Las dimensiones Autonomía y Control, Roles y Clima Laboral se destacaron como las de mayor nivel de estrés, mientras que Relación con el Jefe fue la menos afectada.

PALABRAS CLAVE: Estrés laboral. Maestros de escuela. COVID-19.

ABSTRACT: The aim of this study was to investigate the level of stress in the work environment of high school and technical course faculty at the Federal Institute of Brasília (IFB) during the COVID-19 pandemic. This was analytical, quantitative, and transversal research carried out on 250 faculty at 10 campuses. The *Google Forms* platform was used to collect data, using a sociodemographic and work information questionnaire and the *Work Stress Scale (EET)*. Most faculty presented high or intermediate levels of stress (59.6%). The highest levels of stress were among females, those who had unsatisfactory training for remote teaching, those who presented medical certificates related to stress, and those who worked three shifts ($p \leq 0.05$). The dimensions *Autonomy and Control*, as well as *Roles and Work Environment*, stood out as those with the highest levels of stress, while *Relationship with the Boss* was the least affected dimension.

KEYWORDS: Occupational stress. School teachers. Covid-19.

Introdução

A Covid-19 é uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, potencialmente grave, de elevada transmissibilidade e de distribuição global. Com a pandemia da Covid-19, o Ministério da Educação (MEC) determinou a suspensão das aulas presenciais em março de 2020 até maio de 2022, a fim de reduzir a disseminação da doença. Como resultado, os professores passaram a trabalhar em regime casa, com ensino remoto em tempo integral, realizando suas atividades profissionais em casa. Essa mudança exigiu adaptações nos espaços utilizados para o ensino, tanto em aulas síncronas quanto assíncronas, e os professores tiveram que dividir sua atenção entre as demandas profissionais e familiares de forma simultânea (Almeida et al., 2021; Bernardo; Maia; Bridi, 2020; Souza et al., 2021).

Pesquisas mostraram que professores de vários países podem apresentar níveis elevados de estresse, o que pode levar a problemas psicológicos e físicos (Baasch; Trevisan; Cruz, 2017; Macaia; Fischer, 2015; Machado; Limongi, 2019; Luz *et al.*, 2019). No entanto, o trabalho não é apenas uma fonte de doença, mas também pode proporcionar bem-estar e prazer, dependendo das condições em que é realizado (Dejours, 1992).

As pessoas têm dificuldade em transferir competências de um contexto para outro, pensam muito por compartimentos. Os professores também sofrem dessa dificuldade, e a exigência do ensino em ambiente virtual, imposta pela Covid-19, tornou isso evidente (Parreira; Lehmann; Oliveira, 2021). A conciliação entre as atividades profissionais e a rotina doméstica apresentou desafios, enquanto alguns não enfrentaram problemas e outros enfrentaram muitas dificuldades. Apesar das vantagens de trabalhar em casa e da necessidade de implementar o ensino remoto como alternativa à manutenção das atividades de ensino, evidenciou-se parcela expressiva de professores sintomáticos para ansiedade, estresse e depressão, inclusive em nível patológico (Silva *et al.*, 2023).

O estresse resultante das rápidas adaptações nas formas de ensino e trabalho no sistema educacional, em um contexto de pandemia, teve impacto na saúde dos professores, prejudicando sua capacidade de realizar suas atividades laborais (Pedrolo *et al.*, 2021). Mudanças na pedagogia do trabalho requerem estruturas e recursos adequados para o bom desenvolvimento das atividades (Yang *et al.*, 2011). Infelizmente, a saúde emocional dos professores não é priorizada pelos gestores educacionais, uma vez que os riscos associados ao bem-estar dos professores muitas vezes não são reconhecidos (Carlotto *et al.*, 2019). É fundamental que os gestores compreendam os motivos pelos quais seus funcionários estão

adoecendo no trabalho, a fim de propor ações que minimizem os danos e promovam uma melhor saúde dos professores.

Diante da importância desse tema, este estudo tem como objetivo investigar o nível de estresse no ambiente de trabalho de professores do Ensino Médio e/ou Técnico de um Instituto Federal durante o período de aulas remotas impostas pela pandemia de Covid-19. Conhecer os agentes estressores e formas de lidar com eles a partir da experiência e das causas em que esses ocorrem, constitui-se em um conhecimento indispensável para aprofundar o entendimento sobre o estresse ocupacional e, assim, propor alternativas eficazes de promoção da saúde. Uma das principais contribuições deste estudo foi a sua realização durante o período da pandemia de Covid-19, o que permitiu avaliar o impacto do trabalho realizado em casa na vida dos professores.

Método

Pesquisa analítica, transversal e quantitativa realizada no Instituto Federal de Brasília (IFB). A pesquisa analítica, transversal e quantitativa constitui uma abordagem metodológica que visa aprofundar a compreensão das relações causais entre variáveis específicas. Nesse contexto, a pesquisa é analítica, concentrando-se na identificação de padrões e tendências subjacentes aos fenômenos estudados. A natureza transversal da pesquisa implica que a coleta de dados ocorre em um único ponto no tempo, proporcionando uma visão instantânea das características em estudo. Essa metodologia visa proporcionar uma compreensão robusta e geral por meio de uma análise estatística detalhada, contribuindo para a construção de conhecimento sólido em um determinado campo de estudo (Gil, 2010; Marconi; Lakatos, 2018).

No momento da pesquisa, o IFB contava com 717 professores que lecionavam no Ensino Médio e/ou Técnico, distribuídos em 10 campi: Brasília, Ceilândia, Estrutural, Gama, Planaltina, Recanto das Emas, Riacho Fundo, Samambaia, São Sebastião e Taguatinga. Para o cálculo amostral, considerou-se uma precisão de 5% e um intervalo de confiança de 95%, resultando em uma amostra de 250 professores. A amostra foi selecionada por conveniência (envolve a escolha de indivíduos com base em sua disponibilidade e acessibilidade), sendo que os critérios de inclusão para participar da pesquisa foram: exercer a função de professor de Ensino Médio e/ou Técnico, ter pelo menos um ano de atuação exclusiva no IFB e não possuir outra ocupação remunerada. A pesquisa foi realizada nos meses de maio a julho de 2021.

Um e-mail de convite para participação na pesquisa foi enviado a todos os professores do IFB. Aqueles que aceitaram participar foram solicitados a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), disponibilizado na plataforma Google Forms. Após o consentimento, os professores preencheram os instrumentos de coleta de dados utilizando a mesma plataforma.

Para a coleta de dados, foram utilizados dois instrumentos. O primeiro foi um questionário sociodemográfico, que abordou questões como idade, sexo, estado civil, número de filhos, renda per capita, campus de atuação, tempo de docência, vínculo empregatício, carga horária semanal e nível de ensino em que atuam. O segundo instrumento foi a Escala de Estresse no Trabalho (EET), uma versão reduzida com 13 questões desenvolvida e validada por Paschoal e Tamayo (2004), que aborda tanto os estressores quanto as reações associadas. As respostas foram categorizadas em uma escala de concordância tipo Likert de cinco pontos: 1 (discordo totalmente), 2 (discordo), 3 (concordo em parte), 4 (concordo) e 5 (concordo totalmente). Para a análise dos níveis de estresse, utilizaram-se valores de pontuação indicados pelos autores do instrumento, sendo considerados valores abaixo de 2,5 como baixo nível de estresse, valores iguais a 2,5 como nível intermediário e valores acima de 2,5 como alto nível de estresse. A consistência interna dos instrumentos foi verificada por meio do coeficiente alfa de Cronbach, sendo que todas as cinco dimensões analisadas apresentaram valores superiores a 0,70, e o fator global obteve um valor de 0,91. A análise interna do instrumento foi considerada satisfatória, pois todos os itens apresentaram valores de alfa de Cronbach acima de 0,70, o que é considerado aceitável (Ribas; Vieira, 2011).

Os dados extraídos da Google Forms foram tabulados em planilhas elaboradas no programa Excel versão 2019 e, posteriormente, analisados no programa Statistical Package For Social Science For Windows (SPSS), versão 23, para realizar a análise estatística descritiva e analítica. Os resultados das variáveis contínuas foram expressos através de medidas de posição (média e mediana) e de dispersão (desvio padrão, mínimo, máximo, quartis) e os resultados das variáveis categóricas foram expressos através de análises de frequência. Para fazer a comparação do nível de estresse com as demais variáveis categóricas foi utilizado o teste exato de Fisher. Quando as suposições não foram atendidas em relação às frequências esperadas foi utilizado o teste exato de Fisher conforme o algoritmo de Mehta e Patel. Os mesmos testes foram utilizados para fazer o comparativo entre níveis de estresse em cada dimensão com as demais variáveis de estudo de acordo com as suposições dos testes. Estipulou-se nível de significância de 0,05.

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética da Universidade Luterana do Brasil e aprovado (CAAE 46759821.80000.5349).

Resultados

Na pesquisa participaram um total de 345 docentes do Instituto Federal. No entanto, foram excluídos dados de 95 professores por não atenderem aos critérios de inclusão, que eram atuar no Ensino Médio e/ou Técnico, ter pelo menos um ano de experiência na instituição e não trabalhar em outra instituição. Dessa forma, a amostra final foi composta por 250 professores. A maioria dos participantes era do sexo feminino, representando 54% do total. Em relação à faixa etária, a maioria dos professores estava na faixa de 31 a 40 anos, representando 55,2% do grupo. Apenas dois professores tinham mais de 60 anos.

Sobre a constituição familiar, a maior parte dos participantes da pesquisa estava casada ou em união estável (73,2%), havendo apenas um viúvo (0,4%), e 41,2% não tinham filhos. Dentre os que tinham filhos, 28% tinham apenas um, enquanto 22,8% tinham dois. A média de idade dos filhos era de cerca de nove anos. Quanto à residência, 15,2% dos professores indicaram viver sozinhos. Daqueles que não viviam sozinhos, a maioria compartilhava a moradia com o cônjuge ou companheiro(a) (73,6%), e 60,8% tinham dependentes sob seus cuidados. Em relação à renda individual, a faixa mais frequente situava-se entre 9 a 11 salários-mínimos (36,8%), seguida por 6 a 8 salários (29,2%).

Ao serem indagados sobre experiência docente prévia no ensino remoto, a maioria dos professores afirmou ter tal vivência (51,2%). Ademais, a maioria possuía mais de 10 anos de experiência como docente (60,8%). Quanto ao turno de trabalho, a predominância era para aqueles que trabalhavam em mais de um turno, sendo o turno da tarde o mais predominante (81,2%). Em relação à carga horária semanal de ensino, 41,6% dos professores lecionavam de 13 a 15 horas, 38% de 8 a 12 horas e 13,2% acima de 16 horas. Em relação à maior formação acadêmica, a maioria era de mestre (46,4%), seguido de doutores (39,6%) e especialistas (9,6%). O campus com maior representação na pesquisa foi o de Brasília, com 16,8%, seguido pelo de Planaltina, com 15,2%. A maioria dos participantes estava vinculada ao regime estatutário (95,2%).

A maioria dos professores (54%), além de ministrar aulas nos anos de 2020 e 2021, também desempenhou funções administrativas no IFB. No período entre janeiro de 2020 e julho de 2021, 8,8% dos professores já haviam apresentado atestados médicos relacionados ao estresse, e 10 desses professores estavam envolvidos em mais de uma atividade na instituição.

Em relação ao treinamento para o ensino remoto, 32% dos professores afirmaram não ter recebido nenhum tipo de qualificação. Dos que receberam, 44% declararam que os treinamentos relacionados ao uso das ferramentas digitais/interativas adotadas pela instituição não atenderam às suas necessidades, enquanto 24% afirmaram que suas necessidades foram supridas. Quanto ao uso destas ferramentas para ministrar aulas remotas, 41,6% dos participantes relataram dificuldades. Além disso, 44,4% dos professores afirmaram não possuir equipamentos adequados, como computador, fone de ouvido, microfone ou outros dispositivos tecnológicos para o ensino remoto.

No que diz respeito ao suporte pedagógico para as aulas remotas, 28,8% dos professores afirmaram ter recebido apoio, mas indicaram que esse suporte não atendeu às suas necessidades. Ao mesmo tempo, 30% relataram não ter recebido qualquer tipo de auxílio, enquanto para 41,2% o suporte oferecido foi suficiente para suprir as suas necessidades.

Mais da metade dos professores (50,8%) afirmaram possuir um espaço de trabalho adequado em casa para elaborar materiais, atender alunos e ministrar aulas remotas. Dentre as dificuldades enfrentadas no ensino remoto, 35,6% dos professores citaram o ruído externo ao ambiente residencial, considerando-o como algo ruim ou péssimo. Esse ruído inclui questões como trânsito, latidos de cachorro, obras, carros de som e barulhos de parquinhos infantis, entre outros. Adicionalmente, 58% dos professores classificaram o ruído interno na residência, decorrente de fontes como televisão, som e conversas de pessoas, entre as categorias de péssimo, ruim ou regular. Em relação ao acesso à internet, 56,8% dos professores classificaram-no como bom ou ótimo, 30,8% como regular, e 12,4% como ruim ou péssimo.

Por meio do inventário EET, foi possível classificar o nível de estresse dos professores que lecionam no Ensino Médio e/ou Técnico nos 10 *campi* do Instituto Federal de Brasília durante o ensino remoto. A análise revelou que a maioria dos professores (53,6%) apresentam um nível alto de estresse ocupacional, seguido de 40,4% de nível baixo e 6,0% de nível intermediário.

Os níveis de estresse foram classificados com base na pontuação geral e posteriormente analisados em relação às outras variáveis do estudo, conforme apresentado na Tabela 1. Observou-se associação significativa entre algumas variáveis e os níveis de estresse. O sexo dos professores revelou uma associação significativa ($p=0,04$), indicando que as professoras do sexo feminino apresentaram uma proporção mais elevada de estresse elevado (57%) em comparação com os professores do sexo masculino (49,6%). Verificou-se também que os profissionais que apresentaram atestados médicos relacionados ao estresse exibiram níveis mais

elevados de estresse ($p=0,02$). Adicionalmente, mais da metade dos professores que não receberam nenhum tipo de treinamento para o ensino remoto também apresentaram também demonstraram níveis mais elevados de estresse ($p=0,01$).

Tabela 1- Comparação entre o nível de estresse dos docentes do Instituto Federal de Brasília com as variáveis sociodemográficas, ocupacionais e os desafios do ensino remoto em tempos de pandemia de Covid-19 (2021)

Variáveis	Baixo	Intermediário	Alto	p
	(n =101)	(n = 15)	(n = 134)	
	n (%)	n (%)	n (%)	
Idade: ¹				0,39
De 26 a 30 anos	8 (57,1)	0 (0)	6 (42,9)	
31 a 40 anos	52(37,7)	9 (6,5)	77 (55,8)	
41 a 50 anos	24(38,7)	3 (4,8)	35 (35,5)	
51 a 60 anos	16(47,1)	2 (5,9)	16 (47,1)	
Mais de 60 anos	1 (50)	1 (50)	0 (0)	
Sexo: ¹				0,04**
Feminino	56(41,5)	2 (1,5)	77 (57)	
Masculino	45(39,1)	13 (11,3)	57 (49,6)	
Estado Civil: ¹				0,38
Solteiro	11(27,5)	2 (5)	27 (67,5)	
Divorciado(a)/ separado(a)	10(38,5)	1 (3,8)	15 (57,7)	
Casado(a)/união estável	79(43,2)	12 (6,6)	92 (50,3)	
Viúvo	1 (100)	0 (0)	0 (0)	
Mora sozinho: ¹				0,65
Não	88(41,5)	13 (6,1)	111 (52,4)	
Sim	13(34,2)	2 (5,3)	23 (60,5)	
Renda individual: ¹				0,66
9 a 11 salários-mínimos	38(41,3)	8 (8,7)	46 (50)	
6 a 8 salários-mínimos	28(38,4)	6 (8,2)	39 (53,4)	
4 a 5 salários-mínimos	13(39,4)	1 (3)	19 (57,6)	
12 a 15 salários-mínimos	17(40,5)	0 (0)	25 (59,5)	
Mais de 15 salários-mínimos	5 (50)	0 (0)	5 (50)	
Experiência docente anterior no ensino não presencial: ²				0,89
Sim	50(39,1)	8 (6,3)	70 (54,7)	
Não	51(39,8)	7 (5,5)	64 (50)	
Experiência como docente: ¹				0,62
5 a 6 anos	7 (46,7)	2 (13,3)	6 (40)	
3 a 4 anos	12 (48)	2 (8)	11 (44)	
Mais de 10 anos	61(40,1)	8 (5,3)	83 (54,6)	
7 a 8 anos	7 (28)	2 (8)	16 (64)	
9 a 10 anos	14(42,4)	1 (3)	18 (54,5)	
Turnos trabalhados: ¹				0,68
Um	2 (33,3)	0 (0)	4 (66,7)	
Dois	51(51,1)	6 (5,3)	56 (49,6)	
Três	48(36,6)	9 (6,9)	74 (56,6)	
Em 2020 e 2021 ministra aula e exerceu ou exerce funções administrativas: ²				0,75
Sim	49(42,6)	6 (5,2)	60 (52,2)	
Não	52(38,5)	9 (6,7)	74 (54,8)	
Atestados relacionado ao estresse: ¹				0,02**
2020	4 (22,2)	0 (0)	14 (77,8)	
2021(até julho)	0 (0)	0 (0)	4 (100)	
Não apresentei atestado	97(42,5)	15 (6,6)	116 (50,9)	

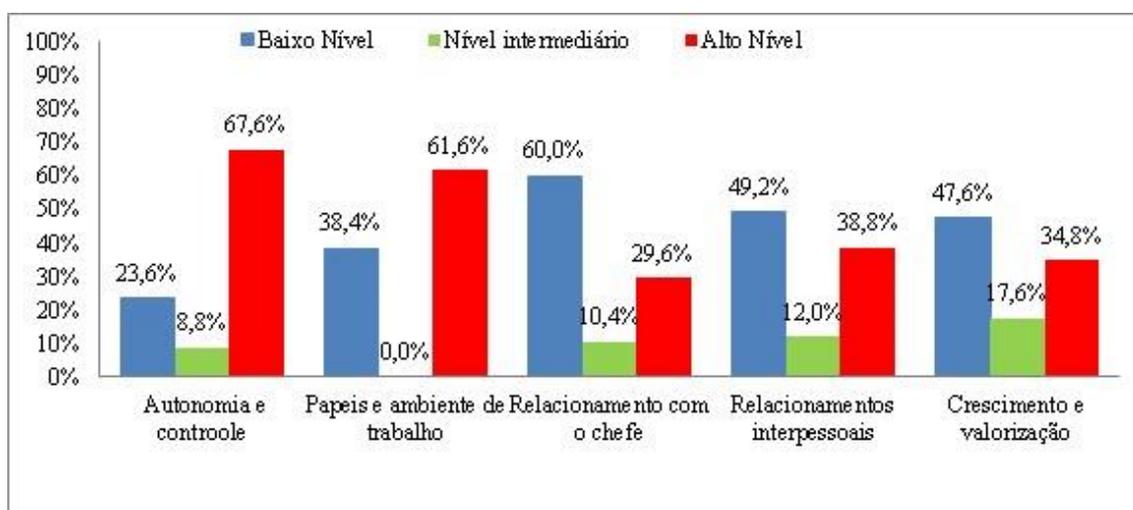
Teve treinamento para o ensino remoto: ¹			0,01**
Sim, mas não atenderam às minhas necessidades	31(28,1)	7 (6,4)	72 (65,5)
Sim, supriram minhas necessidades	39 (65)	3 (5)	18 (30)
Não recebi qualquer treinamento	31(38,7)	5 (6,3)	44 (55)

Fonte: Dados da pesquisa (2021)

¹ – Teste Exato de Fisher; ² – Teste Qui Quadrado; **Significativo ao nível de 0,05.

Os níveis de estresse estratificados em relação às cinco dimensões da Escala de Estresse no Trabalho são apresentados na Figura 1. O maior nível de estresse foi obtido na dimensão Autonomia e Controle, seguido dos Papéis e Ambiente de Trabalho.

Figura 1- Níveis de estresse dos professores do Instituto Federal de Brasília estratificados nas cinco dimensões da Escala de Estresse no trabalho em tempos de pandemia de Covid-19 (2021)



Fonte: Dados da pesquisa (2021)

Análises foram conduzidas para investigar associações entre os níveis de estresse em cada dimensão e variáveis do estudo. As variáveis sexo, estado civil, residir sozinho, renda individual, experiência docente, experiência anterior no ensino não presencial e desempenho de funções administrativas não apresentaram diferenças significativas ($p > 0,05$). As tabelas 2 e 3 apresentam as variáveis com diferenças significativas. A variável referente ao treinamento recebido para o ensino remoto demonstrou associação com todas as dimensões ($p \leq 0,05$). Na dimensão de Autonomia e Controle, o estresse apresentou correlação com a quantidade de turnos trabalhados ($p = 0,04$), a idade ($p = 0,05$) e o tipo de vínculo empregatício ($p = 0,02$). Além disso, a dimensão Crescimento e Valorização associou-se ao estado civil ($p = 0,04$) e à quantidade de turnos trabalhados ($p = 0,04$). Os Relacionamentos Interpessoais correlacionaram-se à ocorrência de atestados médicos relacionados ao estresse ($p = 0,05$).

Tabela 2 - Comparação entre os níveis de estresse nas dimensões Autonomia e Controle e Papéis e Ambiente de Trabalho em professores do IFB em tempos de pandemia associadas com variáveis sociodemográficas e de trabalho (2021)

Variáveis	Autonomia e Controle			P	Papéis e Ambiente de trabalho		
	Baixo n (%)	Intermediário n (%)	Alto n (%)		Baixo n (%)	Intermediário n (%)	Alto n (%)
Idade:¹				0,05**			0,06
26 a 30 ano	3 (21,4%)	2 (14,3%)	9 (64,3%)		6 (42,9%)	8 (57,1%)	
31 a 40 anos	25 (18,1%)	13 (9,4%)	100 (72,5%)		45 (32,6%)	93 (67,4%)	
41 a 50 anos	15 (24,2%)	4 (6,5%)	43 (69,4%)		26 (45,2%)	34 (54,8%)	
51 a 60 anos	16 (47,1%)	3 (8,8%)	15 (44,1%)		16 (47,1%)	18 (52,9%)	
Mais de 60 anos	0 (0%)	0 (0%)	2 (100%)		1 (50%)	1 (50%)	
Estado civil:¹							0,21
Solteiro	8 (20,8%)	2 (5%)	30 (75%)		11 (27,5%)	29 (72,5%)	
Divorciado	8 (30,8%)	1 (3,8%)	17 (65,4%)		9 (34,6%)	17 (65,4%)	
Casado	42 (23%)	19 (10,4%)	122 (66,7%)		75 (41%)	108 (59%)	
Viúvo	1 (100%)	0 (0%)	0 (0%)		1 (100%)	0 (0%)	
Quantidade de turnos trabalhados:¹				0,04**			0,36
Um	2 (33,3%)	0 (0%)	4 (66,7%)		1 (16,7%)	5 (83,3%)	
Dois	36 (31,9%)	8(7,1%)	69 (61,1%)		48 (42,8%)	65 (57,5%)	
Três	21 (16%)	14 (10,7%)	96 (73,3%)		47 (35,9%)	84 (64,1%)	
Vínculo empregatício:¹				0,02**			0,22
Estatutário	52 (21,8%)	22(9,2%)	164 (68,9%)		89 (37,4%)	149 (62,6%)	
Contrato temporário	7 (58,3%)	0(0%)	5 (41,7%)		7 (58,3%)	5 (41,7%)	
Atestado relacionado ao estresse:¹				0,08			0,26
2020	1 (5,6%)	0(0%)	17 (94,4%)		4 (22,2%)	14 (77,8%)	
2021	0 (0%)	0 (0%)	4 (100%)		1 (25%)	3 (75%)	
Não	58 (25,4%)	22 (9,6%)	148 (64,9%)		91 (39,9%)	137 (60,1%)	
Treinamento para o ensino remoto:²				0,01**			0,01**
Sim, mas não atenderam as minhas necessidades	13 (11,8%)	7 (6,4%)	90 (81,8%)		26 (23,6%)	84 (76,4%)	
Sim, supriram minhas necessidades	28 (46,7%)	7 (11,7%)	25 (41,7%)		37 (61,7%)	23 (38,3%)	
Não recebi treinamento	18 (22,5%)	8 (10%)	54 (67,5%)		33 (41,3%)	47 (58,8%)	

Fonte: dados da pesquisa (2021); ¹– Teste Exato de Fischer; ²– Teste Qui Quadrado

**Significativo ao nível de 0,05.

Tabela 3 - Comparação entre os níveis de estresse nas dimensões Relacionamento com o Chefe, Relacionamentos Interpessoais e Crescimento e Valorização em professores do IFB em tempos de pandemia associadas com variáveis sociodemográficas e de trabalho (2021)

Variáveis	Relacionamento com o Chefe				Relacionamentos Interpessoais				Crescimento e Valorização			
	Baixo n (%)	Intermediário n (%)	Alto n (%)	p	Baixo n (%)	Intermediário n (%)	Alto n (%)	p	Baixo n (%)	Intermediário n (%)	Alto n (%)	p
Idade:¹				0,83				0,43				0,71
26 a 30 anos	8 (57,1%)	2 (14,3%)	4 (28,6%)		9 (64,3%)	0(0%)	5 (35,7%)		7(50%)	2(14,3%)	5(35,7%)	
31 a 40 anos	85 (61,6%)	12 (8,7%)	41 (29,7%)		66 (47,8%)	20 (14,5%)	52 (37,7%)		64 (46,6%)	29 (21%)	45(32,6%)	
41 a 50 anos	34 (54,8%)	8 (12,9%)	20 (32,3%)		28 (45,2%)	9 (14,5%)	25 (40,3%)		27 (43,5%)	10 (16,1%)	25 (40,3%)	
51 a 60 anos	21 (61,8%)	4 (11,8%)	9 (26,5%)		18 (52,9%)	1 (2,9%)	15 (44,1%)		19 (55,9%)	3 (8,8%)	12(35,3%)	

Mais de 60 anos	2(100%)	0(0%)	0(0%)	2	0	0	2	0	0
Estado civil:¹				0,07			0,33		0,04
Solteiro	17 (42,5%)	7 (17,5%)	16 (40%)	13 (32,5%)	6(15%)	21 (52,5%)	13 (32,5%)	12(30%)	15 (37,5%)
Divorciado	13(50%)	2(7,7%)	11 (42,3%)	14 (53,8%)	3 (11,5%)	9 (34,6%)	17 (65,4%)	1(3,8%)	8 (30,8%)
Casado	119 (65%)	17 (9,3%)	47 (25,7%)	95 (51,9%)	21(11,5%)	67 (36,6%)	88 (48,1%)	31(16,9%)	64 (35%)
Viúvo	1 (100%)	0	0(0%)	1(100%)	0	0 (0%)	1(100%)	0	0(0%)
Turnos trabalhados:¹				0,2			0,49		0,04
Um	3(50%)	0	3(50%)	2 (33,3%)	1(16,7%)	3 (50%)	1 (16,7%)	1(16,7%)	4(66,7%)
Dois	75 (66,4%)	8 (7,1%)	30 (26,5%)	6 (53,1%)	10(8,8%)	43 (38,1%)	61(54%)	13 (11,5%)	39 (34,5%)
Três	72(55%)	18(13,7%)	41 (31,3%)	61 (46,6%)	19 (14,5%)	51 (38,9%)	57 (43,5%)	30 (22,9%)	44 (33,6%)
Vínculo empregatício:¹				0,62			0,2		0,18
Estatutário	141(59,2%)	25(10,5%)	72 (30,3%)	114(47,9%)	30 (12,6%)	94 (39,5%)	110(46,2%)	43(18,1%)	85 (35,7%)
Contrato temporário	9 (75%)	1(8,3%)	2 (16,7%)	9(75%)	0(0%)	3 (25%)	9(75%)	1(8,3%)	2(16,7%)
Atestados relacionado ao estresse:¹				0,68			0,05		0,11
2020	9(50%)	2(11,1%)	7 (38,9%)	6 (33,3%)	4 (22,2%)	8 (44,4%)	4 (22,2%)	3 (16,7%)	11 (61,1%)
2021	2(50%)	0	2 (50%)	0(0%)	0	4(100%)	1(25%)	1 (25%)	2(50%)
Não	139 (61%)	24(10,5%)	65 (28,5%)	117(51,3%)	26 (11,4%)	85 (37,3%)	114 (50%)	40(17,5%)	74 (32,5%)
Treinamento para o ensino remoto:²				0,01*			0,03		0,01
Sim, mas não atenderam as minhas necessidades	54 (49,1%)	16(14,5%)	40(36,4%)	43(39,1%)	19 (17,3%)	48 (46,6%)	41 (37,3%)	25 (22,7%)	44(40%)
Sim, supriram minhas necessidades	53 (88,3%)	1(1,7%)	6 (10%)	40(66,7%)	6 (10%)	14 (23,3%)	43 (71,7%)	7(11,7%)	10 (16,7%)
Não recebi treinamento	43 (53,8%)	9 (11,3%)	28 (34,9%)	40(50%)	5(5,6%)	35 (43,8%)	35 (43,8%)	12 (15%)	33 (41,3%)

Fonte: dados da pesquisa (2021); ¹ – Teste Exato de Fischer; ² – Teste Qui Quadrado **Significativo ao nível de 0,05.

Discussão

Neste estudo investigou-se o nível de estresse de professores do Ensino Médio e/ou Técnico do IFB durante a pandemia de Covid-19. Os resultados indicaram que a maioria dos docentes estão com nível alto e intermediário de estresse (59,6%). Esses resultados são semelhantes aos encontrados em uma pesquisa realizada em uma Instituição Federal de Ensino da região sul do Brasil durante a pandemia de Covid-19, na qual 54,95% dos professores relataram sentir-se estressados devido às atividades realizadas em casa durante a pandemia (Pedrolo *et al.*, 2021). O estresse na profissão docente pode exercer um impacto significativo na saúde dos professores escolares, especialmente durante a pandemia, quando houve a necessidade de compreender e utilizar processos tecnológicos para aprimorar as metodologias educacionais. Isso demandou investimentos e capacitação significativos.

Antes mesmo da pandemia, os professores já experimentavam uma carga de trabalho desafiadora, marcada por remuneração inadequada, longas jornadas, a necessidade de levar tarefas para casa e fatores sociais que permeavam a sala de aula sem o devido suporte para suas atividades e sem o reconhecimento social merecido (Nascimento; Seixas, 2020). Durante a pandemia da Covid-19, houve um aumento nos sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre os docentes (Freitas *et al.*, 2021; Melo *et al.*, 2022; Moraes Cruz *et al.*, 2020). O distanciamento social foi apontado como um importante fator que contribuiu para essa elevação na prevalência de sintomas psicossomáticos entre os professores. No contexto específico do IFB, foi constatado que 8,8% dos professores apresentaram atestados médicos relacionados ao adoecimento por estresse no período compreendido entre o ano de 2020 e metade de 2021. Durante o ano de 2020, houve a transição para o ensino remoto no IFB, possivelmente resultando em desafios significativos de adaptação ao novo modelo de ensino. É relevante ressaltar que todos os professores que necessitaram de atestados médicos apresentavam um nível elevado de estresse.

Nesse contexto, a transição emergencial, imposta e desorganizada para o ensino remoto resultou em um aumento significativo das horas de trabalho, envolvendo não apenas as atividades profissionais, mas também as domésticas, de lazer, físicas e os cuidados com filhos e/ou idosos (Silva *et al.*, 2023). Essa situação impactou especialmente as professoras do sexo feminino, que apresentaram níveis mais elevados de estresse em comparação aos professores do sexo masculino no IFB ($p=0,04$). Os aspectos negativos impactam ambos os sexos, mas de maneira distinta devido às desigualdades na divisão social do trabalho. Isso se reflete na

responsabilidade mais frequente das mulheres, tendo que equilibrar múltiplos papéis, como a gestão da casa, dos filhos e das tarefas domésticas (Araujo *et al.*, 2020; Bernardo; Maia; Bridi, 2020; Magalhães *et al.*, 2023; Troitinho *et al.*, 2021). Além disso, famílias que têm membros que demandam cuidados, enfrentaram desafios adicionais ao conciliar o trabalho em casa com as responsabilidades domésticas durante a pandemia (Oliveira, 2020) Essa foi a realidade para mais de 60% dos participantes deste estudo que tinham dependentes sob seus cuidados.

Os professores estão expostos a diversas situações estressantes, que podem afetar negativamente a saúde e o bem-estar dos professores (Diehl; Marin, 2016; Santos; Fernandes Neto, 2021). Neste estudo, o tempo de docência e ter experiência anterior no ensino não presencial não teve um efeito sobre o nível de estresse percebido pelos professores do IFB ($p > 0,05$). Resultados similares foram observados em um estudo realizado no Brasil durante a pandemia, envolvendo 456 professores, no qual não foi identificado diferença significativa no estresse entre aqueles que receberam capacitação para o uso de tecnologias digitais antes ou durante a pandemia de Covid-19 (Araujo *et al.*, 2020). Uma hipótese para justificar estes resultados são que as práticas de ensino e o ambiente educacional estão em constante evolução. Professores percebem que a flexibilidade e a capacidade de adaptação constituem o cerne da resposta aos desafios do futuro (Parreira; Lehmann; Oliveira, 2021) Portanto, a experiência anterior pode não ser um indicador direto do estresse percebido em contextos de ensino contemporâneos. Professores podem ter adaptado ao ensino não presencial, independentemente da experiência prévia, mitigando o estresse percebido.

Um fator que contribuiu para o estresse neste estudo foi o treinamento recebido para o ensino remoto, que demonstrou associação com os níveis de estresse em todas as dimensões do EET ($p \leq 0,05$). Os professores que mencionaram a falta ou a ineficácia dos treinamentos para o ensino remoto apresentaram os níveis elevados de estresse ($p = 0,01$). Essa constatação está alinhada com diversos estudos que exploraram a relação entre o adoecimento dos professores e o estresse decorrente da falta de treinamento (Canova; Porto, 2010; Pedrolo *et al.*, 2021; Santos; Fernandes Neto, 2021; Yang *et al.*, 2011;). Essas pesquisas destacam que recursos como treinamento apropriado e eficaz têm o potencial de mitigar e reduzir o estresse relacionado ao trabalho. Outro estudo conduzido com professores universitários de todas as regiões do Brasil entre junho e setembro de 2021, sobre o ensino remoto, revelou que, mesmo após receberem formação continuada, mais de 70% ainda se percebiam em estágios iniciais de desenvolvimento de habilidades e competências para a utilização de tecnologias digitais. Além disso, a maioria associou o aumento do estresse ao uso intensivo das Tecnologias Digitais de Informação e

Comunicação durante o ensino remoto (Jesus; Rebolo, 2023). O investimento em treinamento é essencial em todos os níveis hierárquicos para aprimorar os conhecimentos e habilidades das pessoas em organizações públicas e privadas (Manas; Justo; Martinez, 2011).

Adicionalmente, é relevante considerar que a prática pedagógica predominante na maioria dos Institutos Federais era presencial, possivelmente não proporcionando um estímulo suficiente para que os professores se familiarizassem com a alfabetização digital, dominassem técnicas, bem como tecnologias, metodologias e estratégias de ensino (Castaman; Rodrigues, 2020). A ausência de suporte para lidar com a transição do modelo de ensino presencial "analógico" para um totalmente remoto pode estar relacionada à falta de habilidades para a transposição didática, considerando os recursos disponíveis. Neste estudo, mais da metade dos professores do IFB não receberam apoio adequado ou estavam insatisfeitos com o suporte oferecido pelo setor pedagógico para conduzir as aulas remotas.

Adicionalmente, é importante notar que a prática pedagógica predominante na maioria dos Institutos Federais era presencial, possivelmente não proporcionando um estímulo suficiente para que os professores se familiarizassem com a alfabetização digital, dominassem técnicas, bem como tecnologias, metodologias e estratégias de ensino.

Os professores podem experimentar ansiedade ou estresse como resultado do uso da tecnologia educacional em sala de aula. O perfeccionismo pode levar as pessoas a ficarem excessivamente estressadas. Altos níveis de exigência no domínio da tecnologia podem ter um impacto negativo na saúde mental dos professores, resultando em questões como estresse e/ou ansiedade (Gonçalves *et al.*, 2022). É importante capacitar os trabalhadores de forma adequada para a realização de suas tarefas, o que contribui para reduzir as situações estressantes. Nessa perspectiva, as organizações podem ter uma influência positiva ou negativa nos níveis de estresse ocupacional dos professores (Santos; Fernandes Neto, 2021; Yang *et al.*, 2011). As novas demandas educacionais têm resultado em um aumento involuntário da carga horária online para os docentes. Isso significa que os professores estão dedicando um período significativamente maior às suas atividades, sem receber uma remuneração adequada por esse trabalho adicional (Santos; Silva; Belmonte, 2021).

A partir o instrumento EET, os professores do IFB demonstraram os níveis mais elevados de estresse na dimensão associada à Autonomia e Controle. Professores que enfrentam restrições na autonomia para conduzir suas atividades letivas experimentam um bem-estar prejudicado, contribuindo para o aumento de licenças médicas associadas ao estresse ocupacional. Portanto, a autonomia desempenha um papel favorável na saúde mental dos

profissionais da educação (Canova; Porto, 2010; Macaia; Fischer, 2015; Machado; Limongi, 2019; Moreira; Rodrigues, 2018; Oliveira *et al.*, 2020). Nesse sentido, as organizações podem ter um impacto positivo na saúde dos professores, reduzindo a pressão no trabalho e proporcionando maior autonomia na construção do conhecimento e no processo de ensino-aprendizagem (Tabeleao; Tomasi; Neves, 2011).

Na dimensão Autonomia e Controle, os professores estatutários e que trabalham três turnos estão mais propensos a fatores estressores, provavelmente devido ao grau de responsabilidade estabelecido e às exigências da instituição ($p=0,02$; $p=0,04$). Por serem de dedicação exclusiva, ficam à disposição da instituição nos três turnos, desde que estejam dentro da carga horária estabelecida. Um achado semelhante foi observado em uma pesquisa conduzida com professores da rede básica de um município brasileiro, indicando que aqueles que eram concursados e possuíam uma carga horária mais extensa de trabalho apresentaram uma prevalência maior de estresse (Magalhães *et al.*, 2023). Adicionalmente, é válido considerar que, durante a pandemia, essa condição tornou-se mais acentuada, visto que os professores tiveram que ajustar suas práticas pedagógicas, incluindo a gravação de videoaulas, além das aulas remotas realizadas ao vivo, muitas vezes com uma participação limitada dos alunos. Nesse cenário, os professores frequentemente se sentem pressionados e obrigados a adotar estratégias para atrair a atenção dos estudantes (Freitas *et al.* 2021).

Por outro lado, nessa dimensão, os professores entre 51 e 60 anos evidenciaram um nível mais reduzido de estresse ($p=0,05$). Professores mais experientes tendem a ter uma bagagem extensa no campo educacional, o que pode conferir maior habilidade na gestão de situações desafiadoras, como a transição para o ensino remoto. Também, possuem uma compreensão mais sólida de sua própria prática pedagógica, o que pode contribuir para uma maior autonomia e controle sobre o ambiente de trabalho, minimizando o estresse. Possivelmente, ao longo do tempo, adquiriram progressivamente habilidades de tomada de decisão, autonomia, discernimento e autorregulação do comportamento, resolvendo internamente essas questões (Machado; Alves; Caetano, 2020).

Os professores do IFB também revelaram níveis altos de estresse na dimensão de Papéis e Ambiente de Trabalho. Durante o ensino remoto, os professores do IFB enfrentaram uma série de desafios relacionados ao local de trabalho, impactando significativamente o exercício de suas atividades. Muitos professores tiveram que compartilhar o espaço doméstico com suas famílias para poderem trabalhar em casa (49,2%), o que provavelmente aumentou os níveis de estresse. A transição abrupta para o ambiente virtual trouxe dificuldades logísticas, como a

adaptação a espaços domésticos nem sempre adequados para fins educacionais. Estes professores enfrentaram a falta de estrutura, como a ausência de um local adequado e equipamentos para ministrar aulas, conexão de internet instável, além de ruídos internos (televisão, conversas, som) e externos (trânsito, latidos, obras). O ensino remoto ofereceu aos professores a oportunidade de realizar suas tarefas profissionais com maior flexibilidade de horário, por outro lado teve um impacto negativo ao integrar o trabalho ao contexto familiar (Silva *et al.*, 2023). Estudos mostraram que os professores relataram exaustão, dificuldade em conciliar família e trabalho, rotinas de trabalho cansativas e falta de concentração (Almeida *et al.*, 2021; Troitinho *et al.*, 2021). Os problemas relacionados ao local de trabalho destacaram a importância de oferecer suporte adequado aos professores, abordando tanto as necessidades práticas quanto as emocionais para garantir um ambiente de trabalho mais saudável e eficaz.

Em relação à dimensão Crescimento e Valorização, foi observado que os professores que eram solteiros apresentavam níveis de estresse mais altos de estresse ($p=0,04$). Esses resultados corroboram com o que foi mencionado por Pedrolo *et al.* (2021), destacando que ter um companheiro para compartilhar preocupações mostrou-se um fator positivo para a melhoria da qualidade de vida dos professores, auxiliando no enfrentamento dos desafios no contexto da pandemia. Possivelmente, os professores do IFB que possuíam um apoio emocional e um vínculo familiar apresentaram menor estresse, o que contribuiu para a saúde e evita o adoecimento. A maioria dos professores era casada ou estava em união estável e tinham filhos.

Os professores do IFB apresentaram níveis mais baixos de estresse nas dimensões de Relacionamento com o Chefe e Interpessoais. Esse resultado pode ser atribuído a diversos fatores, incluindo uma comunicação eficaz e suporte por parte dos superiores hierárquicos, a colaboração efetiva entre colegas e a promoção de relações interpessoais positivas. A clareza nas expectativas e uma gestão eficiente também podem ter contribuído para um ambiente de trabalho mais saudável, refletindo em menores níveis de estresse nessas dimensões específicas.

Apesar do cenário pandêmico, os professores demonstraram competência para se adaptar, se reinventar e desenvolver metodologias que possibilitassem a continuidade da aprendizagem (Alves *et al.*, 2021). O período de trabalho em casa durante a pandemia de Covid-19 foi desafiador tanto no aspecto profissional quanto no familiar, demandando reorganização, planejamento e adaptação à nova rotina online, o que se revelou complexo. A necessidade de receber treinamentos adequados para utilizar as ferramentas tecnológicas, aliada ao suporte pedagógico ajustado às reais necessidades, foram apontados como cruciais pelos professores, sendo também considerados fontes de estresse neste estudo. Embora tenha havido a

oportunidade de passar mais tempo em casa e interagir mais com os filhos, a conveniência do trabalho remoto também trouxe consigo a ocupação significativa da rotina, sem uma distinção clara entre o ambiente de trabalho e o doméstico. Isso resultou, em muitos momentos, em uma carga de trabalho mais intensa (Waltermann, Martins, Gedrat, 2022). A transição para o ensino remoto não apenas requer estratégias de treinamento, mas também uma reconfiguração do trabalho para mitigar os efeitos da telepresença, da competição com as responsabilidades domésticas e da desidentificação dos professores com sua própria profissão (Troitinho *et al.*, 2021).

Considerações finais

Os resultados deste estudo evidenciam que a maioria dos professores do Ensino Médio e/ou Técnico que lecionaram no formato de ensino remoto apresentaram níveis elevados e intermediários de estresse. Nas dimensões da Escala de Estresse no Trabalho diversos fatores, como a quantidade de turnos trabalhados, o vínculo empregatício, o treinamento recebido, o estado civil e a ocorrência de atestados médicos relacionados ao estresse, influenciaram a saúde dos docentes durante o período da pandemia de Covid-19.

Diante desses resultados, é importante que os gestores proporcionem autonomia aos professores, permitindo que eles realizem suas atividades letivas de forma mais criativa. Além disso, é recomendado que os docentes ajustem seus horários de trabalho, uma vez que o trabalho em casa resultou na sobreposição de atividades profissionais e domésticas, exigindo uma reorganização para não comprometer a qualidade do trabalho em ambas as áreas.

O estudo também apontou a necessidade de oferecer treinamentos mais abrangentes e de qualidade para os professores, de modo a atender às suas reais necessidades pedagógicas. Estratégias de apoio pedagógico devem ser consideradas como parte essencial do planejamento do trabalho para o ensino remoto, com o objetivo de mitigar possíveis problemas de saúde mental relacionados ao estresse ocupacional.

A realização deste estudo contribui para a compreensão das causas de estresse associadas às atividades escolares. Com base nesses resultados, podem ser propostas e implementadas ações de promoção da saúde voltadas para esse grupo de profissionais. É sugerido que docentes e gestores trabalhem juntos na elaboração de estratégias que visem reduzir os níveis de estresse e melhorar a qualidade de vida dos professores no ambiente de trabalho. Por fim, recomenda-se a realização de mais pesquisas que avaliem o impacto

psicológico do estresse ocupacional em professores da área educacional após a pandemia, em diferentes regiões do Brasil. Esses estudos contribuirão para a identificação de intervenções efetivas e direcionadas, visando à saúde mental e ao bem-estar desses profissionais.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Damiana Machado *et al.* Teletrabalho: Docentes se Reinventando em Tempos de Pandemia, **Rev. FSA**, [S. l.], v. 18, n. 03, art. 7, p. 148-170, 2021. DOI: 10.12819/2021.18.03.7

ALVES, Maria Vitoria Mendes.; CUNHA, Vitória Veloso; VASCONCELOS, Larissa Leonilda Pereira Melo; NERES, Julio Cesar Ibiapina. Ensino remoto no período de pandemia: dificuldades apontadas pelos docentes quanto ao uso de mídias digitais. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 15, p. e600101523889, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i15.23889.

ARAUJO, Renata Mendes *et al.* COVID-19, mudanças em práticas educacionais e a percepção de estresse por docentes do ensino superior no Brasil. **Revista Brasileira de Informática na Educação**, [S. l.], v. 28, p. 864-891, 2020. DOI: 10.5753/RBIE.2020.28.0.864

BAASCH, Davi; TREVISAN, Rafaela Luiza; CRUZ, Roberto Moraes. Epidemiological profile of public servants absent from work due to mental disorders from 2010 to 2013. **Ciênc. saúde coletiva**, [S. l.], v. 22, n. 5, p. 1641-1650, 2017. DOI: 10.1590/1413-81232017225.10562015

BERNARDO, Kelen Aparecida da Silva; MAIA, Fernanda Landolfi; BRIDI, Maria Aparecida. As configurações do trabalho remoto da categoria docente no contexto da pandemia covid-19. **Rev. Novos Rumos Sociológicos**, [S. l.], v. 8, n. 14, 2020. DOI: 10.15210/norus.v8i14.19908

CANOVA, Karla Rejane; PORTO, Juliana Barreiros. O impacto dos valores organizacionais no estresse ocupacional: um estudo com professores de ensino médio. **Rev. Adm. Mackenzie (Online)**, [S. l.], v. 11, n. 5, p. 4-31, 2010. DOI: 10.1590/S1678-69712010000500002

CARLOTTO, M. S. *et al.* Prevalência de Afastamentos por Transtornos Mentais e do Comportamento Relacionados ao Trabalho em Professores. **Psi Unisc**, [S. l.], v. 3, n. 1, p. 19-32, 2019. DOI: 10.17058/psiunisc.v3i1.12464

CASTAMAN, Ana Sara; RODRIGUES, Ricardo Antonio. Distance Education in the COVID crisis-19: an experience report. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 9, n. 6, p. 180963699, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i6.3699

DIEHL, Liciane; MARIN, Angela Helena. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. **Est. Inter. Psicol.**, [S. l.], v. 7, n. 2, p. 64-85, 2016. DOI: 10.5433/2236-6407.2016v7n2p64

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. 5. ed. São Paulo: Cortez; Oboré, 1992.

FREITAS, Ronilson Ferreira *et al.* Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, [S. l.], v. 70, n. 4, p. 283–292, 2021. DOI: 10.1590/0047-2085000000348

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5a ed. São Paulo: Atlas, 2010. GONÇALVES, João Carlos.; COSTA, Dalila da; FERNANDES, Raiane da Rocha.; COSTA, Dayane Aparecida da. Análise bibliométrica de pesquisas voltadas aos efeitos da tecnologia educacional na ansiedade e estresse dos professores durante a pandemia da Covid-19. **Cadernos do FNDE**, [S. l.], v. 3, n. 5, p. 01–14, 2022. DOI: 10.5281/zenodo.6727771

JESUS, Djanires L. Neto; REBOLO, Flavinês. Estresse e tecnoestresse docente: os efeitos do ensino remoto emergencial em professores universitários brasileiros. **Revista Internacional de Educação Superior**, [S. l.], v. 10, p. e024040-e024040, 2023. DOI: 10.20396/riesup.v10i00.8667528

LUZ, Jaqueline Galleazzi da *et al.* Implicações do ambiente, condições e organização do trabalho na saúde do professor: uma revisão sistemática. **Ciênc. Saúde Coletiva**, [S. l.], v. 24, n. 12, p. 4621-4632, 2019. DOI: 10.1590/1413-812320182412.26352017

MACAIA, Amanda Aparecida Silva; FISCHER, Frida Marina. Retorno ao trabalho de professores após afastamentos por transtornos mentais. **Saúde Soc.**, [S. l.], v.24, n.3, p.841-852, 2015. DOI: 10.1590/S0104-12902015130569

MACHADO, Sheila Francisca; ALVES, Sérgio Henrique De Souza; CAETANO, Patrícia Fagundes. Relação entre habilidades sociais, estresse, idade, sexo, escola e série em adolescentes. **Fractal: Revista de Psicologia**, [S. l.], v. 32, n. esp., p. 210-217, 2020. DOI: 10.22409/1984-0292/v32_i-esp/39792

MACHADO, Luciana Cristina; LIMONGI, Jean Ezequiel. Prevalência e fatores associados a transtornos mentais comuns em professores municipais de Uberlândia, Minas Gerais, Brasil. **Rev. Bras. Med. Trab.**, [S. l.], v.17, n.3, p.325-334, 2019. DOI: 10.5327/Z1679443520190424

MAGALHÃES, Tatiana Almeida *et al.* Preditores dos sintomas de estresse em uma amostra de professores da educação básica do ensino público brasileiro. **Revista CPAQV**, [S. l.], v. 15, n. 2, 2023. DOI: 10.36692/V15n2-40

MANAS, Israel; JUSTO, Clemente Franco; MARTINEZ, Eduardo Justo. Reducción de los Niveles de Estrés Docente y los Días de Baja Laboral por Enfermedad en Profesores de Educación Secundaria Obligatoria a través de un Programa de Entrenamiento en *Mindfulness*. **Clínica e Saúde**, [S. l.], v. 22, n. 2 P. 121-137, 2011. DOI: 10.5093/cl2011v22n2a3

MARCONI, Marina Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Técnicas de pesquisa**. 8. ed. São Paulo: Atlas, 2018.

MELO, Heloisa *et al.* Indicativos de Ansiedade, Estresse e Depressão em Professores e Estudantes no Contexto da Pandemia. **Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental**, [S. l.], v. 11, n. 1, p. 95-104, 2022. DOI: 10.17648/2447-1798-revistapsicofae-v11n1-253

MORAES CRUZ, Roberto; RUPPEL DA ROCHA, Ricelli Endrigo.; ANDREONI, Solange; DUARTE PESCA, Andrea. Retorno ao trabalho? Indicadores de saúde mental em professores durante a pandemia da COVID-19. **Revista Polyphonia**, [S. l.], v. 31, n. 1, p. 325–344, 2020. DOI: 10.5216/rp.v31i1.66964.

MOREIRA, Daniela Zanoni; RODRIGUES, Maria Beatriz. Saúde mental e trabalho docente. **Estud. psicol.**, [S. l.], v. 23, n. 3, p. 236-247, 2018. DOI: 10.22491/1678-4669.20180023

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**, [S. l.], v. 20, n. 36, 2020.

OLIVEIRA, Anita Loureiro de. A espacialidade aberta e relacional do lar: a arte de conciliar maternidade, trabalho doméstico e remoto na pandemia da COVID-19. **Revista Tamoios**, [S. l.], v. 16, n. 1, 2020. DOI: 10.12957/tamoios.2020.50448.

OLIVEIRA, Helter Luiz da Rosa *et al.* Perceptions on mental health of teachers at a public school on the west border of Rio Grande do Sul. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 9, n. 4, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i4.3060

PARREIRA, Arthur; LEHMANN, Lúcia; OLIVEIRA, Mariana. O desafio das tecnologias de inteligência artificial na Educação: percepção e avaliação dos professores. **Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação**, [S. l.], v. 29, n. 113, p. 975–999, 2021. DOI: 10.1590/S0104-40362020002803115

PASCHOAL, Tatiane; TAMAYO, Álvaro. Validação da escala de estresse no trabalho. **Estud. psicol.**, [S. l.], v. 9, n. 1, pág. 45-52, 2004. DOI: 10.1590/S1413-294X2004000100006

PEDROLO, Edivane; SANTANA, Leni. de Lima; ZIESEMER, Nadine de Biagi Souza; CARVALHO, Telma Pelaes de; RAMOS, Tangriane Hainiski; HAEFFNER, Rafael. Impacto da pandemia de COVID-19 na qualidade de vida e no estresse de docentes de uma instituição federal. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 4, p. e43110414298, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i4.14298.

SANTOS, Georgia Maria Ricardo Felix Dos; SILVA, Maria Elaine Da; BELMONTE, Bernardo Do Rego. COVID-19: emergency remote teaching and university professors' mental health. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, [S. l.], v. 21, p. 237–243, 2021. DOI: 10.1590/1806-9304202100S100013

SANTOS, Weber Miranda; FERNANDES NETO, Izidoro Paz. Os desafios do ensino remoto em tempos pandêmicos: o uso das tecnologias digitais como recurso pedagógico. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 15, e405101523474, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i15.23474

SILVA, Nilson Rogério Da.; ASSEF, Carolina Avance; BELCHIOR, Beatriz Fernandes; SILVA, Meire Luci. Indicadores de transtornos mentais em professores universitários em ensino remoto. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, [S. l.], v. 15, n. 9, p. 8719–8740, 2023. DOI: 10.55905/cuadv15n9-040

SOUZA, Katia Reis de *et al.* Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia. **Trab. educ. saúde**, [S. l.], v. 19, 2021. DOI:10.1590/1981-7746-sol00309

RIBAS, José Roberto; VIEIRA, Paulo Roberto da Costa. **Análise multivariada com o uso do SPSS**. Rio de Janeiro: Editora Ciência Moderna Ltda., 2011.

TABELEAO, Viviane Porto; TOMASI, Elaine; NEVES, Siduana Facin. Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de Ensino Médio e Fundamental no Sul do Brasil. **Cad. Saúde Pública**, [S. l.], v. 27, n. 12, p. 2401-2408, 2011. DOI: 10.1590/S0102-311X2011001200011

TROITINHO, Maria C. R. *et al.* Ansiedade, afeto negativo e estresse de docentes em atividade remota durante a pandemia da COVID-19. **Trabalho, Educação e Saúde**, [S. l.], v. 19, p. e00331162, 2021. DOI: 10.1590/1981-7746-sol00331

YANG, X *et al.* Factors associated with occupational strain among Chinese teachers: a cross-sectional study. **Public Health**, [S. l.], v. 125, n. 2, p. 106-113, 2011. DOI: 10.1016/j.puhe.2010.10.012

WALTERMANN, Martha Eliana; MARTINS, Maria Isabel Morgan; GEDRAT, Dóris Cristina. Trabalho em home office, felicidade e saúde do professor universitário. **ECOS- Estudos Contemporâneos da Subjetividade**, [S. l.], v. 12, n. 2, p. 184-196, 2022.

CRediT Author Statement

Reconhecimentos: Não aplicável.

Financiamento: Instituto Federal de Brasília pela concessão da licença de trabalho para a mestrande Sandra de Araújo Teixeira Bispo desenvolver sua pesquisa no período de maio de 2021 a janeiro de 2022

Conflitos de interesse: Não há conflitos de interesse.

Aprovação ética: A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisas da Universidade Luterana do Brasil/ULBRA (CAAE 46759821.80000.5349).

Disponibilidade de dados e material: Não aplicável.

Contribuições dos autores: Concepção e desenho do estudo: Sandra de Araújo Teixeira Bispo, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos e Guilherme Anziliero Arossi. Aquisição de dados: Sandra de Araújo Teixeira Bispo. Análise e interpretação de dados: Sandra de Araújo Teixeira Bispo, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos e Guilherme Anziliero Arossi. Elaboração e revisão intelectual do manuscrito: Sandra de Araújo Teixeira Bispo, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos e Guilherme Anziliero Arossi.

Processamento e editoração: Editora Ibero-Americana de Educação.
Revisão, formatação, normalização e tradução.

