

Saúde mental e condições de trabalho docente universitário na pandemia da COVID-19
Mental health and university teaching working conditions in the COVID 19 pandemic
Condiciones de trabajo en salud mental y docencia universitaria en la pandemia
COVID-19

Recebido: 16/08/2020 | Revisado: 17/08/2020 | Aceito: 22/08/2020 | Publicado: 26/08/2020

Bruno Massayuki Makimoto Monteiro

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1258-4878>

Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, Brasil

E-mail: brunoftmakimoto@hotmail.com

José Carlos Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4460-3770>

Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, Brasil

E-mail: josecarlossouza@uol.com.br

Resumo

Introdução: devido à pandemia da COVID-19, as aulas presenciais foram suspensas. Por isso, decidiu-se continuá-las remotamente. Porém, os docentes universitários sentem dificuldades em se adaptar a tais rápidas mudanças. Conseqüentemente, a saúde mental desses profissionais tem sido prejudicada. Objetivo: discutir os fatores etiológicos, bem como os sintomas e desordens inerentes à saúde mental de docentes universitários, submetidos a condições de trabalho insalubres, no âmbito da COVID-19. Método: foi feita uma revisão bibliográfica narrativa com artigos científicos publicados entre 2017 e 2020. Utilizaram-se as bases de dados SciELO, PubMed e BVS; os descritores foram “Saúde mental”, “Universidade”, “Professores”, “Docentes”, “Condições de Trabalho” e “COVID-19”, com operador booleano “e”. Resultados: as condições de trabalho dos docentes são precarizadas e sofrem precarização. Além disso, alerta-se para o fato de que as causas desta última envolvem a COVID-19 e políticas de austeridade. Soma-se ainda que há relações entre classe e sexo, quando se trata de sofrimento mental em professoras universitárias. Conclusão: tanto a pandemia como a falta de políticas públicas de saúde e sociais são responsáveis pelo sofrimento docente. Assim, destaca-se que, em curto e em médio prazo, devem-se alterar as formas de enfrentamento (*e.g.*, evitar se auto culpabilizar, permitir-se estar num caos mundial,

procurar estratégias para aumentar a resiliência e buscar ajuda profissional em situações de desordens psicológicas).

Palavras-chave: Saúde mental; Universidade; Docentes; Condições de trabalho; COVID-19.

Abstract

Introduction: due to the COVID-19 pandemic, face-to-face classes were suspended. So it was decided to continue them remotely. However, university professors find it difficult to adapt to such rapid changes. Consequently, the mental health of these professionals has been impaired. **Objective:** discuss the etiological factors, as well as the symptoms and disorders inherent to the mental health of university professors, submitted to unhealthy working conditions, within the scope of COVID-19. **Method:** a narrative bibliographic review was carried out with scientific articles published between 2017 and 2020. The SciELO, PubMed and BVS databases were used; the descriptors were "Mental health", "University", "Teachers", "Teachers", "Working conditions" and "COVID-19", with Boolean operator "and". **Results:** teachers' working conditions are precarious and suffer from precarious conditions. in addition, it is alerted to the fact that the causes of the latter involve COVID-19 and austerity policies. It is added that there are relations between class and sex, when it comes to mental suffering in university teachers. **Conclusion:** both the pandemic and the lack of public health and social policies are responsible for teaching suffering. Thus, it is emphasized that, in the short and medium term, the ways of coping must be changed (eg, avoid blaming yourself, allowing yourself to be in a worldwide chaos, looking for strategies to increase resilience and seeking professional help in situations psychological disorders).

Keywords: Mental health; University; Faculty; Working conditions; COVID-19.

Resumen

Introducción: debido a la pandemia de COVID-19, se suspendieron las clases presenciales. Así que se decidió continuarlos de forma remota. Sin embargo, los profesores universitarios tienen dificultades para adaptarse a cambios tan rápidos. En consecuencia, la salud mental de estos profesionales se ha visto afectada. **Objetivo:** discutir los factores etiológicos, así como los síntomas y trastornos inherentes a la salud mental de los profesores universitarios, sometidos a condiciones laborales insalubres, en el ámbito del COVID-19. **Método:** se realizó una revisión bibliográfica narrativa con artículos científicos publicados entre 2017 y 2020. Se utilizaron las bases de datos SciELO, PubMed y BVS; los descriptores fueron "Salud mental", "Universidad", "Docentes", "Docentes", "Condiciones laborales" y "COVID-19", con el operador booleano "e". **Resultados:** las condiciones laborales de los docentes son precarias y sufren precariedad. Además, se alerta que las causas de este último involucran al COVID-19 y las políticas de austeridad. Además, existen relaciones entre clase y sexo, en lo que respecta al sufrimiento mental en los profesores universitarios. **Conclusión:** tanto la pandemia como la falta de

políticas públicas de salud y sociales son responsables de enseñar el sufrimiento. Así, se enfatiza que, en el corto y mediano plazo, se deben cambiar las formas de afrontamiento (ej., Evitar culparse, permitirse estar en un caos mundial, buscar estrategias para aumentar la resiliencia y buscar ayuda profesional en situaciones desórdenes psicológicos).

Palabras clave: Salud mental; Universidad; Maestros; Condiciones de trabajo; COVID-19.

1. Introdução

Em março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) elevou a doença respiratória causada pelo novo coronavírus, Coronavirus Disease (COVID-19) (Wang et al., 2020, Morin & Carrier, 2020), ao status de Pandemia. Isto devido à sua fácil disseminação, ao pouco conhecimento sobre o vírus e ao aumento exponencial do número de contágios. Dentro desse âmbito, tomaram-se medidas políticas e sanitárias, como isolamento e quarentena, implicando assim no fechamento de Universidades, com o propósito de conter a escalada da propagação e do número de infectados (Faro et al., 2020, A. Silva et al., 2020).

Diante disso, as instituições de ensino superior decidiram prosseguir com seus calendários, visto que a Portaria nº 345/2020 do Ministério da Educação prevê essa possibilidade dada a excepcionalidade da atual crise (Faro et al., 2020, A. Silva et al., 2020). Vale lembrar que, juntamente a tal processo, o Ministério da Educação, desde 2001, abria-se a possibilidade de as universidades ofertarem parcialmente ou totalmente seus cursos de modo não presencial por meio do Ensino a Distância (EaD) (A. Silva et al., 2020). Entretanto, ao contrário deste tipo de ensino que foi pensado antecipadamente, as instituições, sobretudo as públicas, que preferem aulas presenciais ao EaD (A. Silva et al., 2020), tiveram que aderir urgentemente ao ensino remoto em decorrência das demandas do período caótico o qual se enfrenta (Eachempati & Ramnarayan, 2020). Assim, prosseguiu-se com as disciplinas com a utilização de Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC's).

Porém, a adaptação docente tem se dado com dificuldade (A. Silva et al., 2020, Eachempati & Ramnarayan, 2020); em primeiro lugar, a docência traz consigo inúmeros obstáculos que já impactam negativamente na saúde mental desses profissionais; em segundo lugar, nos últimos anos, as condições de trabalho dos professores universitários, que são diferentes entres as instituições públicas e as privadas (Silva & Oliveira, 2020), têm sido prejudicadas ainda mais, por conta das políticas de austeridade econômicas nacionais (Saraiva et al., 2020, Baptista et al., 2019) e reformas trabalhistas (Saraiva et al., 2020); em terceiro lugar, vale lembrar que, além das aulas ministradas, fazem-se pesquisas, projetos de extensão

(Saraiva et al., 2020, A. Silva et al., 2020), serviços administrativos e burocráticos (A. Silva et al., 2020, Silva & Oliveira, 2020) e, por fim, atualmente, acrescenta-se o fato de que precisam aprender não só a manusear os dispositivos tecnológicos digitais e a gravarem as aulas; como também se enquadrar às rotinas diárias dentro de seus domicílios, uma vez que o trabalho remoto, em sua grande maioria, é feito em homeoffice (A. Silva et al., 2020).

Por conta disso, tais mestres não conseguem cumprir satisfatoriamente com seus afazeres, levando-os ao sofrimento psíquico (Silva & Oliveira, 2020, A. Silva et al., 2020). Apontou-se ainda que, diante dessas frustrações, muitos têm apresentado sintomas de sofrimento, *e.g.*, esgotamento profissional, como resultado de incertezas, estresses, ansiedade e depressão (A. Silva et al., 2020). Adicionalmente, este cenário de crise, por si só, é um importante agente estressor (Wang et al., 2020, Morin & Carrier, 2020, Faro et al., 2020) que contribui para a exacerbação de tais sintomas (A. Silva et al., 2020). Ainda assim, faltam-se pesquisas que investiguem os impactos na Saúde Mental (SM) em consequência do novo coronavírus (Schmidt et al., 2020).

Nesse contexto, este estudo tem como objetivo discutir os aspectos da saúde mental e, paralelamente, as condições de trabalho docente universitário, neste atual cenário pandêmico da COVID-19, mostrando o estado da arte dessa questão.

2. Metodologia

Sabendo que artigos de revisão bibliográfica são basilares não só para discussões, mas para a descrição do estado da arte acerca de um determinado assunto (Aguiar et al., 2020), optou-se pela elaboração de uma revisão do tipo narrativa. Assim, o atual corpo redacional foi redigido mediante a compreensão e reflexão crítica dos autores sobre a saúde mental em trabalhadores docentes das universidades no contexto da pandemia da COVID-19.

Com esse intuito, portanto, utilizaram-se os bancos de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Nacional Library of Medicine (PubMed) e Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde (BVS) para a busca de artigos, sejam eles em português ou em outras línguas, publicados entre os anos de 2017 e 2020. Além desse aspecto, é preciso salientar que foram acrescentadas outras referências bibliográficas de autores da sociologia e da filosofia que discutem aspectos ligados ao mundo do trabalho. Para a pesquisa, aplicaram-se, como descritores (com operador booleano “e”): “Saúde mental”, “Universidade”, “Professores”, “Docentes”, “Condições de Trabalho” e “COVID-19”.

A partir disso, traçou-se uma linha de raciocínio narrativo que abarcasse o tema

didaticamente. Para tanto, estipulou-se que, iniciando pela conceituação de saúde, passando pela fotografia ocupacional docente e chegando aos impactos na saúde mental dos professores universitários, seria possível perceber as causas que levam a problemática estudada neste artigo científico. Consequentemente, os tópicos que seguem ficaram organizados em: conceito ampliado de saúde e saúde mental, condições de trabalho docente em tempos da pandemia da COVID-19 e Transtornos mentais em docentes universitários em tempos da pandemia da COVID-19.

3. Resultados e Discussão

3.1 Conceito ampliado de saúde e saúde mental

Modernamente, conceitua-se saúde em sua forma mais ampla (Rosário et al., 2020), na qual a saúde não significa só ausência de doença, mas possuir um bem-estar geral no âmbito do trabalho, da educação, do acesso a bens materiais que promova uma vida digna. Ou seja, nota-se componentes que atravessam as várias dimensões individuais e coletivas, mostrando também se tratar de aspectos ligados à cidadania e, por isso, à política (Rosário et al., 2020).

Dessa maneira, para a promoção do bem-estar social, há de se ter políticas públicas eficientes e a mobilização da sociedade, para que sejam universalizados os acessos a serviços e empregos, renda, previdência, educação, alimentação, ambiente, lazer, água potável, vestimenta, saneamento, entre outros (Rosário et al., 2020). Acrescenta-se ainda que outros autores trazem o papel fundamental da espiritualidade, como um importante elemento constitutivo desse conceito ampliado de saúde, para dar sentido à vida (Gomes & Bezerra, 2020) e para aumentar a resiliência contra os sofrimentos psicológicos que o atual momento tem engendrado (Souza, 2020).

Nesse sentido, enfatiza-se que as circunstâncias de vida, bem como as relacionadas às atividades laborais, são fundamentais para que se possibilite uma vida digna e saudável (Rosário et al., 2020); concluindo assim que salários indignos, diminuição de direitos trabalhistas e sistema econômico perpetuador e aprofundador de desigualdades econômicas estão entre os fatores que implicam em prejuízos à saúde humana (Rosário et al., 2020). Está bem descrito na literatura que elementos precarizantes de tal ordem levam a acometimentos no organismo humano, manifestando-se em enfermidades de várias naturezas, como àquelas que afetam o aparelho psíquico, como observado em docentes, que possuem alta prevalência de Síndrome de Burnout (SB) (Silva & Oliveira, 2020).

Adentrando-se nas repercussões mentais, é oportuno dar relevo à Saúde Mental (SM). De acordo com a OMS (Pereira et al., 2020), a saúde mental pode ser observada em um indivíduo que, estando com bem-estar, é capaz de enfrentar os estresses diários comuns, trabalhar de forma produtiva e contribuir com a sociedade. Dessa maneira, nota-se que é um aspecto essencial na vida coletiva e individual; no entanto, por conta da COVID-19, a SM é desafiada diariamente (Faro et al., 2020), uma vez que mudanças bruscas (Faro et al., 2020, Eachempati, & Ramnarayan, 2020), morte e adoecimentos se tornaram recorrentes (Faro et al., 2020, Schmidt et al., 2020). Assim, ela tem sido colocada à prova; estudos mostram que, na pandemia, vivencia-se alta carga negativa de experiências e de emoções. Soma-se a esse fato o afastamento familiar e social, as incertezas quanto ao futuro, o tédio, medo, informações confusas ou mentirosas, chamadas de fakenews ou pós-verdades (Saraiva et al., 2020, Pereira et al., 2020).

Neste cenário, aumentam-se as chances de transtornos mentais (*e.g.*, ansiedade, depressão e tentativas de suicídios) (Faro et al., 2020), crescendo assim as preocupações acerca dessas possíveis consequências psicológicas. Nesse sentido, alguns trabalhos, ainda que escassos (Schmidt et al., 2020), têm demonstrado as repercussões mentais sobre populações. Em países asiáticos como a China (Wang et al., 2020, Schmidt et al., 2020) e a Coreia do Sul (Schmidt et al., 2020), apresentaram-se como sintomas: depressão, ansiedade, estresse, estresse pós-traumático, confusão e raiva. Em outros achados, preocupações com a escassez de alimento e de outras provisões, e perdas financeiras também foram sentimentos frequentes (Schmidt et al., 2020, Da Silva et al., 2020).

Em seguida, discorre-se como se dá o seu diagnóstico; na prática clínica, há duas classificações comumente usadas para auxiliarem nos diagnósticos (A. Silva et al., 2020, Sperotto, 2018). A Primeira, que é a mais utilizada, é a Classificação Internacional de Doenças (CID) estabelecida pela OMS, cuja última edição é a CID-11 (2018); porém, a que está em vigor e é utilizada clinicamente é a CID-10 (2008). E a segunda é o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM), sendo sua versão mais recente a DSM-V (2011), proposto pela Associação Americana de Psiquiatria (APA).

Entretanto, fazem-se inúmeras críticas (Sperotto, 2018, Ribeiro et al., 2020) sobretudo à última versão da DSM, uma vez que, de acordo com alguns autores, o seu caráter de manual desconsidera sintomas importantes que devem ser levados em consideração para uma prática clínica eficaz (Sperotto, 2018, Ribeiro et al., 2020). Por exemplo, enquanto na DSM coloca-se apenas como “depressão” (fazendo valer o seu característico “ou tudo ou nada” citada em pesquisa) (Sperotto, 2018), a CID-10 classifica em subtipos como “depressão ansiosa” ou

“depressão com sintomas somáticos”. Assim, nota-se que uma maior atenção seja dada aos sintomas adjuntos (Sperotto, 2018), resultando em prescrições de psicotrópicos e terapias cognitivo-comportamentais mais direcionadas as demandas do paciente. Por isso, a utilização do CID-10 é escolhida com mais frequência para os diagnósticos clínicos, laudos, pareceres, pedido de exames complementares, entre outros.

3.2 Condições de trabalho docente em tempos da pandemia da COVID-19

Antes de se expor as condições de trabalho docente, é preciso ter em mente que a principal causa de sua precariedade (enquanto processo já instalado) e precarização (que está ocorrendo) é de natureza política. Para que tal tese fique visível, será feita uma breve análise sócio-histórica até os dias atuais. Assim, será possível conhecer radicalmente, *i.e.*, indo na raiz do problema (B. Da Silva & Fagundes, 2020), a fim de uma análise mais crítica; afinal, “conhecer é conhecer pela causa” (Chauí, 2017).

Sendo assim, inicialmente, destaca-se que é histórica a tentativa de transformar as professoras e os professores em tios e em tias (B. Da Silva & Fagundes, 2020), seja retirando direitos trabalhistas e oferecendo condições impróprias de trabalho, seja forçando-os em transformar seus empregos em “bicos” (B. Da Silva & Fagundes, 2020), ou arcarem com a responsabilidade como se fossem familiares, haja vista a linguagem subliminar de intitulação de tios e tias. Por conta disso, objetivou-se a construção de uma instituição com alta precarização em recursos materiais e humanos, levando sociólogos denominarem a Educação como as “Instituições do fracasso” (Souza, 2018). Desse modo, embora sejam observados apenas profissionais constituintes dessa instituição, como se fossem os responsáveis pela sua (des)estrutura, foi trazido de forma indiscutível que todo o seu aparato institucional é propositalmente atacado, a fim de transformá-la numa ferramenta da reprodução das desigualdades sociais (Chauí, 2017). Porém, o que se nota pelos olhos do senso comum (*i.e.*, um olhar com pouca reflexão crítica) (Souza, 2018) são as consequências e não as verdadeiras causas, que a ideologia tenta esconder (B. Da Silva & Fagundes, 2020).

No ensino superior, não é diferente, sobretudo nos últimos anos. Com a derrocada do antigo governo, a nova postura assumida pelo então governo interino (2015), bem como do atual (2018), foi implementar uma onda neoliberalizante, que também vem ocorrendo em outros países (Saraiva et al., 2020, Tostes et al. 2018). Chamada de “Ponte para o futuro”, tais mudanças ocorreram na esteira das políticas de austeridade fiscal da Emenda Constitucional 95/2016, cujo objetivo era limitar o teto de gastos públicos, levando ao congelamento do

repassa de verbas em áreas primordiais, como em saúde e educação (Saraiva et al., 2020). Com efeito, as áreas socioeconômicas importantes do país sofreram forte impacto; um exemplo disso é a falta de investimentos na pesquisa. De acordo com achados, a Ciência, Tecnologia e Inovação (CT&I) passam por graves cortes orçamentários; alguns dados apontam que de 2015 a 2018 diminuíram-se 40% do repasse de verbas para tal área, quando comparado com os 10 anos antes. Com efeito, tanto a produção acadêmica quanto a qualidade de ensino (Saraiva et al., 2020) foram prejudicados. Na esteira desse empreendimento, desde 2019, intensificaram-se os ataques às instituições, de cuja finalidade era desvalorizar e estigmatizar o ensino superior (Saraiva et al., 2020).

Somando-se a isso, há toda uma precariedade que os professores universitários já vêm enfrentando. Conforme estudos, foi trazido que a carga semanal média de docentes é de 32,5 horas; destacam-se, porém, que 48,3% dos professores afirmam que sua carga horária é de 40 horas semanais. Além disso, alguns docentes já relataram que sua carga horária era maior do que 45 horas semanais (Sanchez et al., 2019). Isso decorre do fato de que sua profissão vai além das aulas ministradas. São inerentes à docência: a leitura, orientações, preenchimento de relatórios, de presença, de notas de alunos, trabalhos administrativos e burocráticos, emprego em instituições diferentes, participação em congressos, em pesquisas e em projetos de extensão. Outrossim, há grandes exigências por produtividade acadêmica acerca de publicações, ao mesmo tempo com que direitos são retirados, contratos cada vez mais frágeis e temporários, principalmente para os professores de universidades privadas (Silva & Oliveira, 2020),

Adicionalmente, as professoras trabalham ainda mais; está descrito na literatura a relação de gênero, classe e raça como elementos envolvendo a opressão a minorias sociais, no âmbito de diversas ocupações (Souza, 2018, De Oliveira et al., 2019, Antunes, 2018) e na docência não é diferente; alguns estudos mostram que são maioria entre os docentes, ainda assim, sofrem discriminação em seus ambientes de trabalho e suas horas trabalhadas são acumuladas pelos compromissos maternos e afazeres domésticos (Saraiva et al., 2020, A. Silva, et al., 2020, Sanchez et al., 2019). Desse modo, não é fortuito que se sintam bastante prejudicadas academicamente, quando na presença de filhos (Saraiva et al., 2020, Sanchez et al., 2019). Há dados de pesquisas enfatizando que, na quarentena 76,9%, de um tamanho amostra de 401 voluntários, disseram que possuir filhos em casa durante a quarentena prejudica seus trabalhos (Saraiva et al., 2020).

A COVID-19 tem aprofundado os obstáculos da classe docente universitária; a partir das normas preconizadas pela portaria do Ministério da Educação, o ano letivo das matérias

presenciais em universidades tem continuado (*i.e.*, ensino, pesquisa e extensão além dos outros afazeres já mencionados). Todavia, muitos não estavam e não estão preparados, uma vez que, em sua formação, não foi prevista uma adversidade sem precedentes como a vivida hoje. Embora aconteça isso, é exigido que migrem para o ambiente virtual, forçando-os a se atualizarem (Silva et al., 2020), mas em um curto período de tempo (Eachempati & Ramnarayan, 2020). Em outras palavras, impõem-se que aprendam a utilizar diversas tecnologias “do dia para noite” (Eachempati & Ramnarayan, 2020), mesmo num contexto de pandemia que por si só já representa um estressor de grande magnitude.

Conquanto não se tenha escrito nesse atual ambiente de crise, um estudo refere uma nova tendência de precarização em diversos tipos de emprego, sobretudo aqueles ligados aos prestadores de serviço (Antunes, 2018). Denominou-os de “infoproletariados”; trouxeram-se diversos argumentos, panoramas, dados, para sustentarem a tese de que a tecnologia tem um grande potencial para sucatear, precarizar, retirar direitos, aumentar as jornadas de trabalho (Antunes, 2018), sendo que os professores estão envolvidos também nesse processo (Antunes, 2018). Utilizando-se de tais prerrogativas, pode-se afirmar que, dada as condições de trabalho, acrescentando os agravantes da pandemia, há de se perceber que os docentes seguem na esteira dessa precarização sem precedentes. E seus sintomas de sofrimentos irão (in)corporar (*i.e.*, tornar corpo) (Souza, 2018) toda essa conjuntura que assola a docência universitária.

3.3 Transtornos mentais em docentes universitários em tempos da pandemia da COVID-19

Com o propósito de se discorrerem sobre os transtornos mentais entre os professores universitários, abre-se com o pressuposto de que a docência é uma ocupação das mais estressantes (Silva & Oliveira, 2020), haja vista que enfrenta circunstâncias desafiadoras históricas e atuais, conforme observado na discussão anterior. Por conseguinte, não só a saúde física e mental, mas também o desempenho desses profissionais, sofrem prejuízos (A. Silva et al., 2020, Tostes et al., 2018, Sanchez et al., 2019). Somado a isso, existe todo um cenário crítico causado pela nova pandemia do coronavírus, que piorou as condições de trabalho docente (Saraiva et al., 2020, A. Silva et al., 2020, Eachempati & Ramnarayan, 2020); como resultado, estão sofrendo mais psicicamente. Nesse sentido, a literatura traz que a chance de professores desenvolverem estresse, depressão, ansiedade é duas vezes maior, comparado com as demais profissões. No Brasil, estas ocupam o segundo lugar na categoria das doenças ocupacionais (Baptista et al., 2019); além disso, para conter a propagação, tomaram-se

medidas, como o isolamento social. Com isso, autorizou-se a continuidade do ano letivo em universidades por meio do ensino remoto (A. Silva et al., 2020). Consequentemente, professores do ensino superior tiveram que se inovar para atenderem às exigências do cenário de crise, bem como das instituições, acarretando muitas vezes em acometimentos da saúde mental, haja vista que muitos estão possuindo dificuldades de enfrentamento e de manuseio das TIC's (Saraiva et al., 2020, A. Silva et al., 2020). Seu estado mental é tão preocupante que alguns sintomas se confundem com alguns da COVID-19. Foi relatado por Eachempati e Ramnarayan (2020) que falta de ar, dores, desconforto abdominal e voz rouca são sintomas que muitos professores estão manifestando e que são comuns aos da COVID-19. Tais manifestações são resultado das rápidas alterações exigidas e na forma como as aulas online estão se dando nestes tempos; de acordo com estes autores, era de se esperar que esses “imigrantes digitais” estejam apresentando diversos tipos de medos.

Como esses medos relatados por Eachempati e Ramnarayan (2020) estão relacionados a vários outros estudos que tratam do tema do sofrimento psíquico dos docentes, estes foram denominados pelo termo COVIDO-PEDAGO-FOBIA (Eachempati & Ramnarayan, 2020). Assim, observam-se que docentes deste período caótico, comumente, apresentam Xenofobia, que é o medo do desconhecido diante da insegurança e do desconforto ao novo aprendizado referente as TIC's; Tecnofobia, cujo cerne está no medo da tecnologia avançada, por conta da falta de confiança; Fobia social, caracterizado pelo receio de sofrer julgamentos, afinal especialistas em suas áreas de atuação não serão uma autoridade no âmbito tecnológico, fato que os tornam possíveis alvo de avaliações discentes; Isolofobia, o medo do isolamento tem sido reportado também como algo comum na população, que vivencia o isolamento social e a quarentena (M. Da Silva, et al., 2020), mas que, para muitos docentes acostumados com o convívio de alunos e de outros profissionais, tem sido ainda mais desafiante; Metatesiofobia, mencionada como o medo da mudança, assim como para grande parte da população que teve suas vidas alteradas (M. Da Silva, et al., 2020), as alterações no âmbito universitário são ainda mais intensas e velozes, criando um sentimento de incerteza e de insegurança.

Outra preocupação inclina-se para a SB. Esta é uma doença ocupacional com alta prevalência entre docentes (Baptista et al., 2019). Ademais, com os resultados destas fobias apresentadas acima (Eachempati & Ramnarayan, 2020), aumentam mais as possibilidades, já que se conhecem os seus sintomas mais prevalentes, como a exaustão emocional, o desapontamento com o trabalho e a desumanização do mesmo. Apesar da xenofobia desencadeada pelas TIC's, os docentes são forçados a insistirem no seu aprendizado, fato que pode levá-los a uma carga extra de trabalho, fora as que já sofrem com a sua ocupação e com

a pandemia; quanto ao desapontamento com o trabalho, este se intensifica com os ataques estruturais contra o ensino superior em época de COVID-19 (Saraiva et al., 2020). Por último, a desumanização que o ensino superior já vinha sofrendo, bem como o isolamento social e a quarentena, reforçam ainda mais o distanciamento dos profissionais em relação aos seus alunos; estes constituem-se nos três fatores que predisõem a SB (Baptista et al., 2019). Tomando como base esse contexto, portanto, há de se perceber que a população docente em tempos pandêmicos se torna ainda mais susceptível a SB.

Essas alterações também afetam o sono. Inicialmente, importa dizer que, em virtude da ansiedade, estresse, isolamento social, preocupações econômicas e familiares, o sono e os ritmos circadianos são prejudicados. Conforme Morin e Carrier (2020), em um estudo chinês (n=5641), os efeitos da pandemia, ante e depois do pico de contágio, foram encontradas significativas taxas de insônia (20%), estresse agudo (15,85), ansiedade (18,5%) e depressão (24,5%). Na comparação entre os momentos, houve um aumento de mais de 35% em relação à insônia; estes dados são de suma importância, já que foi possível estabelecer comparações de momentos distintos da COVID-19 com a qualidade do sono (Morin & Carrier, 2020).

Outros trabalhos também estudaram momentos diferentes dessa crise e seus impactos na saúde mental. Faro et al. (2020) reuniram diversos trabalhos acerca da temática da saúde mental; em sua compilação, encontraram-se que, na pré-crise, foram preditores, numa pesquisa com mais de 40 países, para alto nível de estresse a “maior preocupação em relação ao contágio”, “gênero feminino” e “faixa etária mais jovem”. Na pós-crise, mais uma pesquisa sino-asiática com 52 mil chineses, encontrou que mulheres, pessoas com idade de 60 anos ou mais, maior nível educacional e migrantes são vulneráveis ao estresse, ansiedade, depressão, além de outros acometidos de ordem psíquica. Foi destacado ainda pelos autores que sintomas como estes estão relacionados com a utilização de substâncias químicas de abuso. Por outro lado, no momento intracrise, que corresponde a um momento com risco de contágios, colapsos de sistemas de saúde e funerário, internações, óbitos, a impossibilidade de velar e de enterrar familiares e amigos, tudo isso leva ao aumento de depressão, ansiedade, estresse, transtorno do pânico, insônia, medo e raiva (Faro et al., 2020).

Entre os agravantes de tais fatos está a exposição a fatores estressores ligados às condições (e.g., salários, tarefas burocráticas), mas em especial no caso dos docentes universitários, adicionam-se as pressões por parte dos órgãos governamentais, que cobram por produtividade crescente, além de outras exigências, como aquelas já existentes em relação ao ensino, pesquisa, extensão e atividades administrativas (A. Silva et al., 2020). Salientam-se ainda que, nas universidades privadas, os mestres da educação também enfrentam a situação

de terem que lidar com um número cada vez maior de alunos por turma, ao mesmo tempo que se dão cada vez mais contratos temporários e perda de direitos trabalhistas (A. Silva et al., 2020). Todavia, no estudo de Baptista et al. (2019), com uma amostra de 99 professores da região metropolitana de São Paulo, foi mostrado que o adoecimento psicológico foi maior entre aqueles que trabalhavam nas universidades públicas, em comparação com os da rede privada.

Por fim, é insofismável que a política, a docência e o sofrimento mental estejam intimamente relacionados; não só os argumentos teóricos, mas os dados evidenciam a ideia de que as medidas político-governamentais afetam a saúde da população, seja direta ou indiretamente. Dessa maneira, a conscientização e a militância política (Souza, 2020) são fundamentais para combaterem as mazelas que prejudicam os profissionais da área da educação, como os docentes universitários. É importante lembrar, dentro dessa lógica, que, utilizando do conceito ampliado de saúde, reforça-se a importância de ações de caráter que remetam à cidadania (*i.e.*, a luta por justiça social, bem como por condições dignas de trabalho), como um instrumento para promover saúde à população, que neste caso são os trabalhadores das salas de aula, mas que agora estão em suas casas, gravando aula, estudando, produzindo artigos, elaborando projetos, aprendendo a manusear as TIC's, cuidando de seus filhos e realizando tarefas domésticas (em sua grande maioria as mulheres).

Além disso, é importante se ressaltar que, comparado com a revisão bibliográfica do tipo sistemática, o critério de seleção da revisão narrativa é feito de forma mais arbitrária, já que não se segue um protocolo rígido, *e.g.*, com critério bastante definido de inclusão e exclusão. Somado a isto, fica a cargo dos autores a análise crítica e qualitativa acerca do conteúdo contido nos artigos encontrados, enquanto, na revisão sistemática, há uma apuração mais objetiva e quantitativa dos dados, que é possibilitada pelas ferramentas de natureza matemática (Mendes-Da-Silva, 2019). Entretanto, vale lembrar que estas são características próprias de cada forma de revisão científica (Mendes-Da-Silva, 2019, Aguiar et al., 2020).

Ciente disso, a equipe do presente manuscrito não apenas procurou amenizar os possíveis e esperados vieses metodológicos (Mendes-Da-Silva, 2019, Aguiar et al., 2020), como também sugere que estudos futuros confeccionem revisões sistemáticas, investigando-se a saúde mental e as condições de trabalho dos docentes universitários, no contexto da pandemia da COVID-19. Dessa maneira, complementar-se-ão, a fim de se sanarem possíveis lacunas deixadas neste trabalho.

4. Considerações Finais

Em suma, antes da pandemia, a precarização do trabalho docente já era uma realidade, mas que na esteira do neoliberalismo se intensificou. Aumentaram-se as metas de trabalho, ameaçaram-se não apenas os cortes de salários, mas também as demissões, cobraram-se por mais eficiência das universidades, sobretudo das federais e sobrecarregaram-se professores. Assim, o sofrimento dessa categoria torna-se patente; a isso se acrescentam que, em tempos de pandemias mundiais de doenças infectocontagiosas, são comuns os reflexos econômicos, sociais, psicológicos e de saúde no seu sentido ampliado. Desse modo, docentes universitários tiveram suas condições de trabalho pioradas, demasiadamente, nestes tempos da pandemia da COVID-19, haja vista que foram migrados para novas tecnologias pedagógicas, repentinamente, sem nenhum treinamento prévio em TIC's. Porém, aumentaram-se as exigências quanto aos aspectos pedagógicos, avaliativos, quebras de paradigmas metodológicos, adequação às tecnologias da informação, por vezes insuficientes em seu trabalho anterior. Ademais, são culpabilizados pela atual situação, agravando ainda mais o seu descontentamento e frustração. Não à toa há um aumento dos transtornos mentais entre os docentes universitários.

Dessa forma, cumpriu-se o intento de se levantar e se discutir a conjuntura ocupacional na qual os professores se encontram neste período de pandemia. Diante do panorama explanado, recomenda-se, em curto e em médio prazo, a procura por novas maneiras de enfrentamento, como evitar a auto culpabilização, permitir-se estar num caos mundial como todo o resto da população, investir em estratégias para aumentar a resiliência e buscar ajuda profissional em situações de desordens psíquicas.

Referências

Aguiar, B. F., Lind, J., Pasquini-Netto, H., Ramires, Y., Ramos, M. P., Rocha, J. L. L. (2020). Reprocessamento de máscaras N95 ou equivalente: Uma revisão narrativa. *Journal of Infection Control*, 9(2), 76-83.

Antunes R. (2018). O privilégio da servidão: o novo proletariado de serviço na era digital. Boitempo editorial.

Baptista, M. N., Soares, T. F. P., Raad, A. J., Santos, L. M. (2019). Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*, 19(1), 564-570.

Chauí, M. (2017). *O que é ideologia*. Brasiliense.

Da Silva, A. G., Miranda, D. M., Diaz, A. P., Teles, A. L. S., Malloy-Diniz, L. F., Palha, A. P. (2020). Mental health: why it still matters in the midst of a pandemic. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(3), 229-231. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0009>

Da Silva, B. T., Fagundes, M. C. V. (2020). Reflexões sobre o ato educativo emancipatório a partir das obras de Paulo Freire—professora sim; tia não: cartas a quem ousa ensinar e pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. *Brazilian Journal of Development*, 6(5), 24511-24522.

De Oliveira Azeredo, V. P., Azeredo, I. O. C., Brandão, M. L. S. (2019). Ângela Davis: Dor e opressão da mulher em suas resistências e lutas históricas. *Revista Debates Insubmissos*, 2(7), 46-66.

Eachempati, P., Ramnarayan, K. (2020). Covido-pedago-phobia. *Medical Education*, 54(8), 678-680.

Faro, A., Bahiano, M. D. A., Nakano, T. D. C., Reis, C., Silva, B. F. P. D. & Vitti, L. S. (2020). COVID-19 e saúde mental: A emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37(e200074), 1-14.

Gomes, E. T., Bezerra, S. M. M. S. (2020). Espiritualidade, integralidade, humanização e transformação paradigmática no campo da saúde no Brasil. *Revista Enfermagem Digital Cuidado e Promoção da Saúde*, 5(1), 65-69.

Mendes-Da-Silva, W. (2019). Contribuições e Limitações de Revisões Narrativas e Revisões Sistemáticas na Área de Negócios. *Revista de Administração Contemporânea*, 23(2), 1-11. <https://doi.org/10.1590/1982-7849rac2019190094>

Morin, C. M. & Carrier, J. (2020). The acute effects of the COVID-19 pandemic on insomnia and psychological symptoms. *Sleep Medicine*. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2020.06.005>

Pereira, M. D., De Oliveira, L. C., Costa, C. F. T., De Oliveira Bezerra, C. M., Pereira, M. D., Dos Santos, C. K. A., Dantas, E. H. M. (2020). A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: Uma revisão integrativa. *Research Society and Development*, 9(7), e652974548.

Ribeiro, A. S., Gonçalves, G. A., Teodoro, E. F., Batista, S. A., Ferreira, P. H. E. (2020). Psicopatologia na contemporaneidade: análise comparativa entre o DSM-IV e o DSM-V. *Fractal: Revista de Psicologia*. 32(1), 46-56. <https://doi.org/10.22409/1984-0292/v32i1/5674>

Rosário, C. A., Baptista, T. W. D. F., Mattal, G. C. (2020). Sentidos da universalidade na VIII Conferência Nacional de Saúde: entre o conceito ampliado de saúde e a ampliação do acesso a serviços de saúde. *Saúde em Debate*, 44(124), 17-31. <http://dx.doi.org/10.1590/0103-1104202012401>

Sanchez, H. M., Sanchez, E. G. D. M., Barbosa, M. A., Guimarães, E. C., Porto, C. C. (2019). Impacto da saúde na qualidade de vida e trabalho de docentes universitários de diferentes áreas de conhecimento. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24 (11), 4111-4122. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320182411.28712017>

Saraiva, I. Z., Oliveira, N. S. M. N. & Morejon, C. F. M. (2020). Impactos das Políticas de Quarentena da Pandemia Covid-19, Sars-Cov-2, sobre a CT&I Brasileira: prospectando cenários pós-crise epidêmica. *Cadernos de Prospecção*, 13(2 COVID-19), 378.

Schmidt, B., Crepaldi, M. A., Bolze, S. D. A., Neiva-Silva, L., Demenech, L. M. (2020). Impactos na Saúde Mental e Intervenções Psicológicas Diante da Pandemia do Novo Coronavírus (COVID-19). *SciELO Preprints*.

Silva, A. F., Estrela, F., Lima, N. S., Abreu, C. T. D. A. (2020). Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 30(e300216), 1-4. Acesso em 2 de agosto, em <https://scielosp.org/pdf/physis/2020.v30n2/e300216/pt>

Silva, S. M. F., Oliveira, A. F. (2020). Burnout em professores universitários do ensino particular. *Psicologia Escolar e Educacional*, 23, e187785. <https://doi.org/10.1590/2175-35392019017785>

Souza, J. (2018). *A ralé brasileira. Quem é e como vive*. 3th ed. Editora UFMG.

Souza, J. C. R. P. (2020). Anache A. Saúde mental e trabalho docente durante a pandemia Youtube. Acesso em 31 de julho, em <https://www.youtube.com/watch?v=s-8RcDJJ3p8>

Sperotto D. (2018). Avaliação em psicopatologia: tradução e adaptação transcultural da Escala de Ruminação de Raiva em adultos e comparação entre instrumentos de psicopatologia dimensional na infância e adolescência. [Dissertação de Mestrado em em Psiquiatria e Ciências do Comportamento, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre].

Tostes, M. V., Albuquerque, G. S. C. D., Silva, M. J. D. S., Petterle, R. R. (2018). Sofrimento mental de professores do ensino público. *Saúde em Debate*, 42(116), 87-99.

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S, Ho, R. C. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *Int J Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Bruno Massayuki Makimoto Monteiro – 50%

José Carlos Souza – 50%