

Impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental do professor: uma revisão integrativa de literatura

Impacts of the pandemic Covid-19 on the teacher's mental health: an integrative literature review

Impactos de la pandemia Covid-19 en la salud mental del profesor: una revisión integrativa de la literatura

Calila Mireia Pereira Caldas¹

Centro Universitário Ages, Docente
<https://orcid.org/0000-0001-6157-7127>

Joilson Pereira da Silva²

Universidade Federal de Sergipe, Docente
<https://orcid.org/0000-0001-9149-3020>

Karine David Andrade Santos³

Universidade Federal de Sergipe, Discente
<http://orcid.org/0000-0001-9951-9539>

Resumo: O contexto pandêmico da Covid-19 trouxe consequências sociais, como o fechamento das escolas, que podem impactar a saúde mental dos professores. Nessa perspectiva, este estudo objetivou apresentar evidências científicas sobre os fatores de adoecimento associados à atividade laborativa e psicológica provocados pela Covid-19 sobre os professores do ensino fundamental, médio e superior. Após realizada uma revisão integrativa da literatura, com buscas nas bases de dados científicas da Medline/PubMED, ERIC, EBSCO, Scopus, SciELO e LILACS publicados entre janeiro de 2020 a fevereiro de 2021, dezesseis artigos foram incluídos neste estudo. O principal impacto explorado nos artigos é sobre o que a pandemia ocasionou nos professores, como: quadros de medo e pânico, estresse e transtorno de estresse pós-traumático, síndrome de *burnout*, ansiedade e transtorno de ansiedade generalizado, distúrbio do sono, angústia, exaustão, depressão, transtorno bipolar e distanciamento emocional. As condições de trabalho em *home office* e as especificidades da pandemia apresentaram desafios aos professores e algumas estratégias de enfrentamento foram utilizadas

¹ Mestra em Psicologia pela Universidade Federal de Sergipe; Pós-graduada em Logoterapia e Análise existencial pela Unilife; calilacaldas@gmail.com

² Pós-doutorado em Psicologia pela Universidade Autônoma de Barcelona, Espanha; Doutor em Psicologia pela Universidade Complutense de Madrid-Espanha; joilsonp@hotmail.com

³ Doutoranda em Psicologia pela Universidade Federal de Sergipe; Mestra em Psicologia pela Universidade Federal de Sergipe; psimulti@gmail.com

como o apoio social, individual com métodos de relaxamento e institucional. São necessárias novas propostas institucionais e governamentais que apresentem benefícios em termos de saúde mental e promovam o enfrentamento ao adoecimento em professores.

Palavras-chave: Professor. Covid-19. Saúde mental.

Abstract: Covid-19's pandemic context brought social consequences, such as the closure of schools, which can impact teachers' mental health. In this perspective, this study aimed to present scientific evidence on the factors of illness associated with labor and psychological activity caused by Covid-19 on teachers primary, secondary and higher education. After carrying out an integrative literature review with searches in the scientific databases of Medline/PubMED, ERIC, EBSCO, Scopus, SciELO and LILACS published, between January 2020 and February 2021; sixteen articles were included in this study. The main impact explored in the articles is that the pandemic caused teachers, fear and panic, stress and post-traumatic stress disorder, burnout syndrome, anxiety and generalized anxiety disorder, sleep disorder, anguish, exhaustion, depression, bipolar disorder and emotional detachment. The working conditions in the home office and the specifics of the pandemic presented challenges to teachers, and some coping strategies were used, such as social support, individual with relaxation and institutional methods. New institutional and governmental proposals are needed that present benefits in terms of mental health and promote coping with illness in teachers.

Keywords: Professor. Covid-19. Mental health.

Resumen: El contexto de la pandemia de Covid-19 trajo consecuencias sociales, como el cierre de escuelas, que puede afectar la salud mental de los maestros. En esta perspectiva, este estudio tuvo como objetivo presentar evidencia científica sobre los factores de enfermedad asociados a la actividad laboral y psicológica causados por el Covid-19 en los docentes de educación primaria, secundaria y superior. Tras realizar una revisión integradora de la literatura con búsquedas en las bases de datos científicas de Medline/PubMED, ERIC, EBSCO, Scopus, SciELO y LILACS publicadas, entre enero de 2020 y febrero de 2021; En este estudio se incluyeron dieciséis artículos. El principal impacto explorado en los artículos es que la pandemia provocó docentes, miedo y pánico, estrés y trastorno de estrés postraumático, síndrome de burnout, ansiedad y trastorno de ansiedad generalizada, trastorno del sueño, angustia, agotamiento, depresión, trastorno bipolar y desapego emocional. Las condiciones de trabajo en el Ministerio del Interior y las especificidades de la pandemia presentaron desafíos para los docentes, y se utilizaron algunas estrategias de afrontamiento, como apoyo social, individual con relajación y métodos institucionales. Se necesitan nuevas propuestas institucionales y gubernamentales que presenten beneficios en términos de salud mental y promuevan el afrontamiento de la enfermedad en los docentes.

Palabras-claves: Profesor. Covid-19. Salud mental.

Recebido em 09 de junho de 2021

Aceito em 14 de março de 2022

1 INTRODUÇÃO

A pandemia da Covid-19, provavelmente, será seguida por uma 'segunda pandemia': a de crises de saúde mental ²(CHOI et al., 2020). A pandemia trouxe muitas consequências de ordem física, psíquica e social, que afetaram a saúde mental (APERRIBAI et al., 2020; STACHTEAS; STACHTEAS, 2020). Emoções, como o medo (ASMUNDSON; TAYLOR, 2020a), preocupação com a saúde e repercussões financeiras, pânico, ansiedade, angústia e depressão (BAO et al., 2020; STACHTEAS; STACHTEAS, 2020) apareceram, mais comumente, entre as pessoas. Houve, além do aumento nos níveis de depressão e estresse, entre os primeiros dias e na terceira semana do isolamento social (OZAMIZ-ETXEBARRIA et al., 2020a; RODRÍGUEZ-REY; GARRIDO-HERNANSAIZ; COLLADO, 2020), ansiedade relacionada ao sono (RAJKUMAR, 2020), o que tornou os indivíduos vulneráveis à manifestação dos sintomas de infecção (STACHTEAS; STACHTEAS, 2020). Entre 40% e 50% dos adultos experimentaram sofrimento psicológico, após o surto da Covid-19 (MOCCIA et al., 2020; FAVIERI et al., 2020). Em professores, houve prevalência de 13,67% de ansiedade (LIU et al., 2020) e 9,1% de sintomas de estresse (ZHOU; YAO, 2020), além de problemas psicossomáticos e exaustão (PRADO-GASCÓ et al., 2020). A adaptação, em tempo recorde, da oferta de aula on-line, ocasionou estresse (BESSER; LOTEM; ZEIGLER-HILL, 2020), que costuma ser acompanhado por sintomas de ansiedade, depressão e distúrbios do sono como consequência da maior carga de trabalho, resultante do ensino em *home office* (WANG, 2007).

Com a mudança dos métodos de ensino tradicional para on-line, os professores ficaram propensos à insônia, tensão, irritabilidade, fadiga e outras emoções negativas, resultando em vários graus de esgotamento profissional (CHEN et al., 2020). Os docentes manejaram a educação on-line em qualquer nível de ensino (WANG; ZHAO, 2020), sem o treinamento para utilização das plataformas de ensino a distância, as quais tendem a ser confusas e frustrantes, mesmo nas melhores circunstâncias (APERRIBAI et al., 2020). Os professores são, então, desafiados a criar, manter e melhorar o ensino a distância ou medir e validar o aprendizado (MEDAA; SLONGO, 2020), por meio de um novo ambiente de aprendizagem, no qual apenas alguns docentes têm habilidades com os recursos digitais e TICs. E, diante do contexto, é natural que os professores vivenciem níveis mais elevados de estresse e ansiedade, sendo imprescindível apoio socioemocional para enfrentar a pressão, que está

² Por saúde mental ou saúde psíquica, entende-se como ausência de doença e como um estado completo de bem-estar biológico, psicológico ou social que contribuem para o estado mental de um indivíduo e a capacidade de funcionar no ambiente (CARTER; HIDRETH; KNUTSON, 1959; ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2001); outros autores incorporam também o desenvolvimento intelectual, emocional e espiritual (HEA, 1997), autopercepção positiva, sentimentos de autoestima, saúde física (BHUGRA; TILL; SARTORIUS, 2013) e harmonia intrapessoal (ALONSO, 1960). A OMS (2001) adotou um conceito de saúde psíquica que engloba o bem-estar subjetivo, definindo critérios para a saúde mental, como o crescimento, desenvolvimento e autorrealização, integração e resposta emocional, domínio ambiental e competência social, incluindo assim a realização do próprio potencial e a capacidade de lidar com o estresse cotidiano e as contribuições da comunidade como componentes centrais da saúde mental.

sendo colocada sobre eles para fornecer aprendizagem, em um momento de crise (ZHOU; YAO, 2020). Algumas propostas de enfrentamento ao adoecimento incluem mitigação de estigma (LOGIE; TURAN, 2020), assistência psicológica/psiquiátrica (GEOROY et al., 2020; ZHOU, 2020), psicoeducação (PFEERBAUM; NORTH, 2020), ensino de métodos de autoajuda (ZHOU, 2020; LIU et al., 2020) e o apoio social (ZHOU; YAO, 2020).

Levando em consideração as mudanças repentinas, na forma de ensino, nos diferentes níveis de instrução, o uso intensivo das tecnologias da informação (TICs) pelos docentes e as consequências para a saúde mental, na população adulta (OZAMIZ-ETXEBARRIA et al., 2020b), torna-se relevante proceder uma revisão integrativa sobre os impactos da pandemia da Covid-19, na saúde mental de professores. Compreende-se que o mapeamento das produções científicas sobre o adoecimento mental dessa população trabalhadora, nesse momento pandêmico, servirá como recurso para a elaboração de propostas preventivas e promotoras de saúde mental. Dado o exposto, foi elaborada a seguinte pergunta norteadora: quais os achados de pesquisa existentes sobre a saúde mental de professores, no período da pandemia da Covid-19? Visando responder a esse questionamento, este estudo tem o objetivo de apresentar evidências científicas sobre os fatores de adoecimento, associados à atividade laborativa e psicológica, provocados pela Covid-19, em professores.

2 MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que consiste em resumir e analisar resultados de pesquisas, assim como divulgar, de forma sintética, conhecimentos científicos que são produzidos acerca da saúde mental de professores na pandemia (SIQUEIRA; SANTOS; LEONIDAS, 2020). Optou-se por essa modalidade de revisão por possibilitar a inclusão simultânea de diferentes tipos de estudos, cuja síntese apresente uma visão do fenômeno de interesse do pesquisador.

A elaboração desta revisão seguiu sete etapas: seleção do tema, formulação da pergunta e do objetivo; definição e descrição do método utilizado e estabelecimento dos critérios de elegibilidade; seleção dos artigos nas bases, análise crítica e interpretação dos estudos; categorização, preparação e apresentação dos resultados; interpretação e discussão dos resultados; elaboração da introdução; divulgação da revisão (WHITTEMORE; KNAFL, 2005).

Em resposta ao objetivo proposto, a busca documental foi feita no mês de fevereiro de 2021, nas bases de dados SCIELO.org, LILACS, SCOPUS, Medline/PubMED, Eric e EBSCO. Na elaboração de busca, foram seguidos passos sistemáticos. Para cada base indexadora, foi

realizada uma adaptação dos descritores utilizados na operacionalização da busca, dadas as características particulares de cada indexador. Os descritores utilizados para a busca foram extraídos da Tesouro de Termos em Psicologia (*Thesaurus of Psychological Terms*), pela APA (*American Psychological Association*), sob o uso do operador booleano “AND” escritos em português, espanhol e inglês, com os descritores “Saúde mental AND professor AND Covid-19”, aplicados nos formulários avançados das bases de dados.

O estudo teve como questão norteadora indagar “Quais as evidências científicas disponíveis sobre os impactos da pandemia na saúde mental de professores?” Para isso, foi utilizado o modelo PVO, que contempla os seguintes aspectos: P: situação problema, participantes e contexto (adoecimento psíquico, professores, cenário pandêmico); V: variáveis dos estudos (indicadores de saúde mental); O: desfecho ou resultados (impactos laborativos e psicológicos).

Definiram-se os seguintes critérios de inclusão: apenas artigos completos, publicados entre janeiro de 2020 a fevereiro de 2021, amostra contendo a quantidade dos professores pesquisados. Os critérios de exclusão utilizados foram: artigos duplicados, artigos que não investigavam os construtos estudados, artigos com população não correspondente ao delineamento em evidência, livros, teses e dissertações.

Posteriormente, foi realizada a releitura de cada um dos artigos e os dados de interesse foram extraídos pela elaboração de um formulário, que foi preenchido com as seguintes informações: autor, título, objetivos e resultados, mediante apresentação no Quadro 1. De forma descritiva, os dados foram analisados pelos pesquisadores. E, de acordo com as diretrizes preconizadas para a construção de revisões integrativas, os principais resultados foram sintetizados, conforme os dados apresentavam o objetivo da revisão. É válido salientar que os princípios éticos, elencados ao processo de elaboração de uma revisão integrativa, foram considerados, ao passo que os estudos revisados incorporados ao artigo foram citados e referenciados.

Quadro 1 - Artigos que avaliaram a saúde mental do professor durante a pandemia da Covid-19 (2020)

Autor	Título	Objetivos	Resultados
El: Amri et al. (2020)	Assessment of burnout among primary teachers in confinement during the Covid-19 period in Morocco: case of the Kenitra	Avaliar os resultados da magnitude do <i>burnout</i> e fatores associados entre professores do ensino fundamental em Kenitra, no Marrocos, durante este período de confinamento.	Intervenções destinadas a promover o bem-estar mental dos professores durante e após o confinamento devem ser implementadas imediatamente.

Autor	Título	Objetivos	Resultados
E2: Silva et al. (2020)	Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia.	Identificar os impactos da saúde mental em docentes universitários em tempos de pandemia	O estudo indica a realização de capacitações em EaD, que instrumentalizem docentes para o uso das tecnologias, e a criação de espaços virtuais compostos de equipes multiprofissionais, para o atendimento aos docentes por meio de atividades de relaxamento
E3: Lia et al. (2020)	Prevalence and factors for anxiety during the coronavirus disease 2019 (Covid-19) epidemic among the teachers in China.	Avaliar a prevalência de ansiedade e explorar os fatores de ansiedade, durante a epidemia da Covid-19, entre professores na China.	A prevalência de ansiedade em professores foi de 13,67%, sendo maior em mulheres do que em homens (13,89% vs. 12,93%), com 14,06% em idade entre 60 a 100 anos, nos homens, e 14,70% em idade entre 50 a 60 anos, em mulheres
E4: Zhou et al. (2020)	Social support and acute stress symptoms (ASSs) during the Covid-19 outbreak: deciphering the roles of psychological needs and sense of control	Examinar os mecanismos subjacentes pelos quais o apoio social alivia os ASSs, entre professores do ensino básico e secundário.	A ausência do suporte social tinha uma relação direta com sintomas de estresse agudo.
E5: Aperribai et al. (2020)	Teacher's Physical Activity and Mental Health During Lockdown Due to the Covid-2019 Pandemic	Explorar como os professores foram afetados pelo bloqueio no que diz respeito à sua saúde mental e seus relacionamentos em três campos principais: trabalho, família e relações sociais, e saber qual é o papel da atividade física nas variáveis mencionadas	A atividade física em ambientes fechados atua como preventiva em situações de bloqueio, enquanto o nível de atividade não afeta a saúde mental.
E6: Dalwat Rege (2020)	Psychosocial Wellness During the Covid-19 Pandemic: Building an ARCH	Avaliar habilidades de adaptação positivas em professores	Colaboração e cuidado são essenciais em uma crise prolongada.

Autor	Título	Objetivos	Resultados
E7: Du et al. (2020)	Mental Health Burden in Different Professions During the Final Stage of the Covid-19 Lockdown in China: Cross-sectional Survey Study	Avaliar a carga de saúde mental de diferentes profissões, na China, a fim de encontrar grupos vulneráveis, possíveis fatores de influência e formas bem-sucedidas de enfrentamento durante as últimas 4 semanas de bloqueio.	As profissões vulneráveis à depressão, ansiedade e estresse eram equipes médicas, professores e estudantes.
E8: Medaa et al. (2020)	Caution when linking Covid-19 to mental health consequences	Avaliar até que ponto os professores foram afetados e em que grau da saúde mental piorou como consequência do bloqueio	Os efeitos do isolamento social na saúde mental são mal compreendidos, e a disseminação mundial de supostas consequências psicológicas catastróficas podem ser piores do que medidas restritivas.
E9: Hill et al. (2020)	What kind of educator does the world need today? Reimagining teacher education in post-pandemic Canada	Analisar a formação de professores, no Canadá pós-pandêmico	A pandemia destacou a necessidade de repensar a formação de professores de várias maneiras, priorizando a saúde mental e o bem-estar nas escolas; descolonizar o ensino e a aprendizagem e desenvolver novos modelos de educação.
E10: Thomas et al. (2020)	Education, the science of learning, and the Covid-19 crisis	Avaliar o impacto da crise da Covid-19 na ciência da aprendizagem	Considera o potencial impacto negativo da crise da Covid-19 no aumento da desigualdade na educação; mas também o potencial impacto positivo de impulsionar inovações no uso da tecnologia para educação.
E11: Waghmare et al. (2020)	Impact of Lockdown Down faced by Nursing Teachers while implementing Teaching, Learning and Evaluation Process	Analisar o impacto potencial do Lockdown, enfrentado por professores de enfermagem, durante a implementação do processo de Ensino, Aprendizagem e Avaliação.	A saúde e a segurança dos alunos e professores devem ser a principal prioridade. Serviços de aconselhamento adequados devem estar disponíveis para apoiar a saúde mental e o bem-estar dos professores e alunos

Autor	Título	Objetivos	Resultados
E12: Matiz et al. (2020)	Positive Impact of Mindfulness Meditation on Mental Health of Female Teachers during the Covid-19 Outbreak in Italy	Avaliar quais os impactos da meditação <i>mindfulness</i> , na saúde mental de professoras, durante o surto Covid-19, na Itália	O treinamento baseado em atenção plena pode mitigar eficazmente as consequências psicológicas negativas do surto de Covid-19, ajudando a restaurar o bem-estar dos indivíduos.
E13: Ozamiz-Etxebarria et al. (2020)	The Psychological State of Teachers During the Covid-19 Crisis: The Challenge of Returning to Face-to-Face Teaching	Mensurar a sintomatologia demonstrada pelos docentes da Comunidade Autônoma Basca, no momento da reabertura das escolas	Um alto percentual de professores apresentou sintomas de ansiedade, depressão e estresse.
E14: Akour et al. (2020)	The Impact of the Covid-19 Pandemic and Emergency Distance Teaching on the Psychological Status of University Teachers: A Cross-Sectional Study in Jordan	Avaliar o estado psicológico, os desafios do ensino a distância, as atividades de enfrentamento e ocupações relacionadas à pandemia, entre professores universitários da Jordânia no Covid-19 - quarentena e medidas de controle relacionadas	314% dos entrevistados apresentavam sofrimento grave e 38,2%, sofrimento leve a moderado
E15: Stachteas et al. (2020)	The psychological impact of the COVID-19 pandemic on secondary school teachers	Avaliar o impacto psicológico da pandemia Covid-19, em professores do ensino médio	Os professores se caracterizam pela resiliência mental, fato que, se espera, venha a contribuir positivamente para a eficácia de seu complexo trabalho
E16: Chen et al. (2020)	Are You Tired of Working amid the Pandemic? The Role of Professional Identity and Job Satisfaction against Job Burnout	Examinar a influência da identidade profissional no esgotamento profissional, durante o período do novo coronavírus.	A ausência de identidade profissional e de satisfação no trabalho dos professores são preditores significativos para o esgotamento profissional.

Fonte: os autores.

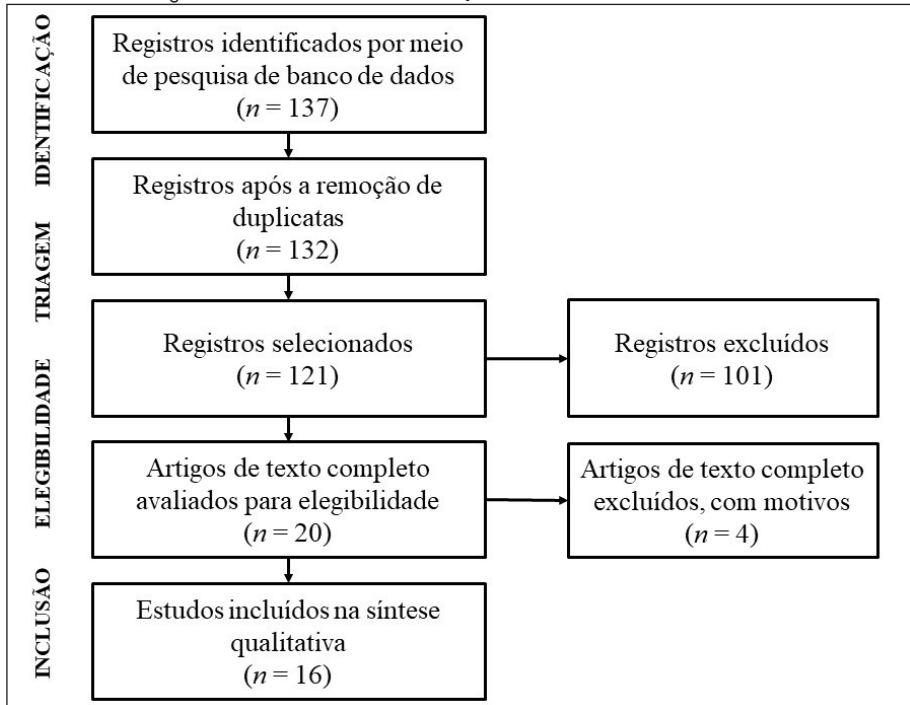
3 RESULTADOS

A busca inicial apresentou 137 artigos, dos quais era proveniente da LILACS ($n = 01$); da EBSCO ($n = 9$); da ERIC ($n = 25$); da SCOPUS ($n = 51$); da Medline/PubMED ($n = 51$). Não foram encontrados artigos com os descritores acima mencionados na base SCIELO. Após leitura dos títulos e dos resumos, foram excluídos: artigos duplicados ($n = 09$); não condizentes com a temática e público-alvo ($n = 107$) e artigos aos quais não se obteve acesso ao texto completo ($n = 03$). Após a primeira limpeza, restaram 16 artigos. Todos os estudos foram lidos na íntegra, sendo excluídos aqueles que não respondiam ao problema da pesquisa. Utilizou-se a plataforma *Rayyan* (OUZZANI et al., 2016), como ferramenta para auxílio da análise dos artigos selecionados, com base no protocolo *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) que se encontra sumarizado na Figura 1.

Apenas um artigo estava redigido na língua portuguesa (SILVA et al., 2020); os demais foram elaborados em inglês. As pesquisas ocorreram no Brasil (E2: SILVA et al., 2020); na África (E1: AMRI et al., 2020); na China (E3: LIA et al., 2020; E4: ZHOU; YAO, 2020; E7: DU et al., 2020; E11: WAGHMARE, 2020; E16: CHEN et al., 2020); na Espanha (E5: APERRIBAI et al., 2020; E13: OZAMIZ-ETXEBARRIA et al., 2020a); na Índia (E6: DALWAI; REGE, 2020); na Itália (E8: MEDAA; SLONGOBI, 2020; E12: MATIZ et al., 2020); no Canadá (E9: HILL et al., 2020); em Londres (E10: THOMAS; ROGERS, 2020); na Jordânia (E14: AKOUR et al., 2020); na Grécia (E15: STACHTEAS; STACHTEAS, 2020). Em suma, os estudos analisados nesta pesquisa se subdividiram em quatro dos seis continentes existentes, a saber: América ($n = 2$), Europa ($n = 6$), Ásia ($n = 7$), África ($n = 1$).

As publicações datam de 2020, tendo em vista os critérios de inclusão abrangentes à temática estudada. Duas publicações foram feitas em periódicos ligados à Educação, quatorze em periódicos relacionados à saúde. Em relação às características das pesquisas analisadas, os artigos apresentaram estudo empírico ($n = 7$), narrativo ($n = 6$), transversal ($n = 2$) e seccional ($n = 1$). Em todos os estudos, as amostras foram formadas por professores, cuja maioria dos participantes correspondia à faixa etária entre 18 e 100 anos. As pesquisas, que apresentaram as amostras de participantes, possuíram participantes, de maneira distinta, do sexo feminino e masculino. As modalidades de ensino dos professores incluídos nos estudos foram, em sua maioria, do ensino fundamental, a saber: professores do ensino fundamental (E1, E6, E9, E10), ensino fundamental e ensino médio (E4, E5, E7, E12), ensino médio (E15), ensino superior (E2, E11, E14, E16), ensino fundamental, ensino médio e ensino superior (E3, E8, E13).

Fluxograma 1 - Fluxograma de processo de busca e seleção dos artigos científicos localizados para a revisão integrativa de acordo com a recomendação PRISMA



Fonte: os autores.

Nota: PRISMA: *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*.

A partir da análise das informações sobre os tipos de adoecimento e as estratégias de enfrentamento utilizadas por professores, o estudo se baseou na categorização por incidência, apresentando os adoecimentos e enfrentamentos desenvolvidos por professores, na pandemia. Assim, visando extrair resultados significativos passíveis de comparações, duas categorias foram realizadas: a) Tipos de adoecimento; b) Estratégias de enfrentamento ao adoecimento e duas subcategorias, a saber: 1 - Estratégias individuais e de apoio social; 2 - Estratégias institucionais.

3.1 CATEGORIA 1: TIPOS DE ADOECIMENTO PSÍQUICO

Esta categoria de análise objetiva abordar os tipos de adoecimento mental relatados pelos estudos selecionados para essa revisão. Observou-se que a situação

desencadeada pela Covid-19 poderia estar associada ao comprometimento da saúde mental de professores (E1, E2, E3, E4, E5, E6, E8, E11, E13, E14, E15). Os pesquisadores identificaram que as professoras eram mais suscetíveis a apresentar sintomas de medo e pânico, ansiedade, estresse e transtorno de estresse, angústia, depressão (E3, E7, E13, E14, E15), e problemas relacionado ao sono (E13) do que os professores. A outros profissionais também foram referidos os mesmos sintomas, estando os professores em segundo lugar em comparação a profissionais de saúde (E7).

Os estudos revelaram ainda que os níveis de estresse se associavam ao distúrbio do sono (E7, E13, E16) e, também, à maior carga de trabalho dos professores, o que afetava a qualidade do sono (E13), evidenciando que a continuação do fornecimento da educação em *home office*, como medida de controle à disseminação da Covid-19, mostrou-se associado ao aumento dos níveis de estresse, e que essa variável influenciava negativamente a qualidade do sono pelos professores (E7, E13, E16).

Em relação aos fatores ocupacionais, que podem ter sido afetados pela pandemia da Covid-19, alguns estudos elencaram aspectos relacionado ao ensino remoto como um potencial risco de adoecimento mental, estresse (E1, E5, E6, E7, E13, E14, E15, E16), síndrome do esgotamento profissional (E2, E16), ansiedade (E5, E11, E15, E16), pânico, depressão, angústia (E5, E14, E15), medo (E8, E14, E15, E16). Os pesquisadores apontaram que a adaptação com suas rotinas de casa e a inclusão de novas tecnologias, considerando que sua formação não contempla o uso de tecnologias digitais, afetou a saúde mental (E2, E5, E6, E8, E11, E13, E14, E15, E16), assim como o aumento da carga horário de trabalho (E7, E16). A mudança abrupta do ensino presencial ao ensino remoto foram aspectos significantes para o adoecimento psíquico dos professores.

Pesquisas apontam que a prática cotidiana da profissão já coloca os professores em condição de risco aumentado (E13, E15, E16). Estudos recuperados, neste manuscrito, exploraram não só as respostas emocionais de medo dos professores, que referiram sentir medo de serem contaminados e de infectarem familiares, amigos e colegas (E3, E7, E8, E12, E14, E15), como a insegurança do trabalho (E13), o medo ao isolamento, ao desamparo e à tristeza pela perda de parentes, sem ter a oportunidade de se despedir ou de organizar um funeral (E7). Os autores apresentaram uma interpretação dos achados com evidências de que as respostas emocionais dos professores poderiam ser consideradas formas adaptativas e protetivas associadas à ansiedade (E3) e ao estresse (E7, E14, E15). Outro estudo apresentou os níveis de ansiedade de professores pós-pandemia. A possibilidade do retorno do ensino presencial pode estar associada ao desencadeamento do quadro de ansiedade, preocupação e opressão (E9).

Avaliando os efeitos psicológicos em professores, provocados pela Covid-19, os estudos apontaram, em maior índice, a ansiedade (E1, E2, E3, E4, E5, E6, E7, E10, E11, E12, E13, E14, E15, E16); seguida pela depressão (E1, E2, E5, E6, E7, E10, E12, E13, E14, E15, E16) e pelo

estresse (E1, E2, E4, E5, E7, E10, E13, E14, E15, E16). O transtorno de estresse pós-traumático, desencadeado pela Covid-19, foi avaliado em estudos com professores que apresentaram sintomas de elevado estresse, podendo sofrer de depressão de longa duração e respostas de estresse pós-traumático (E4, E6, E7), com um risco em 30% (E12).

As pesquisas apresentadas, nesta categoria, apontaram que houve adoecimento mental em professores, durante a pandemia da Covid-19, como medo e pânico, ansiedade, estresse e transtorno de estresse, angústia, depressão e problemas relacionado ao sono.

3.2 CATEGORIA 2: ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO

Esta categoria de análise tem por finalidade apresentar os resultados dos estudos que relataram as estratégias de enfrentamento acionadas pelos docentes, no contexto pandêmico da Covid-19. A partir desta categoria, foi possível verificar a existência de estratégias de enfrentamento que irão influenciar, de forma positiva, o enfrentamento ao adoecimento psíquico ocasionado pela pandemia da Covid-19, proporcionando bem-estar aos professores. Assim, emergiram duas subcategorias, a saber: 1 - Estratégias individuais e de apoio social; e 2 - Estratégias institucionais.

3.2.1 Subcategoria 1 – Estratégias individuais e de apoio social

Dentre as estratégias individuais, os docentes relataram estratégias relacionadas ao monitoramento e prevenção da doença como lavar as mãos, usar máscara, medir a própria temperatura etc., em razão da elevada transmissão do vírus (E7) e adquirir mais conhecimento sobre Covid-19 (sintomas, via de transmissão etc.). Também elencaram estratégias cognitivas e comportamentais, como mudar o pensamento e enfrentar a situação com uma atitude positiva, envolvimento em atividades recreativas (*WeChat*, *Weibo*, *TikTok*, compras on-line, filmes on-line, exercícios), envolvimento em comportamentos de promoção da saúde (mais descanso, exercícios, dieta balanceada, etc.) e adquirir conhecimentos e informações sobre saúde mental, praticar métodos de relaxamento (meditação, ioga, Tai Chi, etc.). Foram elencados mecanismos de bloqueio ao lidar com o contexto pandêmico, como evitar assistir a muitas notícias sobre Covid-19, distrair-se e não pensar sobre os problemas do Covid-19, suprimindo ou mantendo-se ocupado (E7).

Os resultados do estudo E14 evidenciaram que o apoio social pode desempenhar um papel de alívio de estresse, melhorando o senso de controle, sugerindo que o apoio substancial de outras pessoas aos professores, ao longo da pandemia, permitiu respostas adaptativas constantes (E4). O apoio social pode auxiliar na superação do fator de isolamento social, podendo ser realizado por meio de encontros sociais semanais on-line (E14), como vídeo chat com família e amigos, por telefone, para compartilhar preocupações e apoio (E7).

A maioria dos professores tiveram um maior envolvimento com a família como principal atividade de enfrentamento, seguido por passar mais tempo em plataformas de redes sociais, conversando com amigos, assistindo televisão, orações e atividades de pesquisa acadêmica domiciliar, assim como uso de medicamentos sedativos hipnóticos em cerca de 9,9% dos participantes (E14). O nível de ansiedade associou-se ao suporte social limitado, o que também foi apontado como uma das estratégias de autocuidado mais comuns relatadas pelos professores universitários, no estudo (envolvimento com a família e interação social) (E14). Outros estudos apontaram que a atividade física e os exercícios podem mitigar os efeitos causados pela atual pandemia na saúde mental e física, sendo um protetor no desenvolvimento de problemas emocionais (E6, E10), além de uma boa dieta e sono suficiente (E10).

Os resultados dos estudos elencados, nessa seção de análise, indicaram que os professores utilizaram estratégias de enfrentamento ao contexto pandêmico de ordem individual e social, envolvendo-se em atividades para lidar com a situação.

3.2.2 Subcategoria 2 – Estratégias institucionais

Os estudos indicaram que escolas ofertaram atividades de apoio psicológico e capacitação profissional para os docentes. Dentre as atividades de apoio psicológico, foram verificados a criação de espaços virtuais compostos de equipes multiprofissionais, para o atendimento aos docentes, por meio de atividades de relaxamento; psicoeducação e promoção do contato social (E2, E7); a oferta de apoio psicológico, por meio de atendimento telefônico ou presencial (E13, E11, E14); apoio ao bem-estar socioemocional (E9); aconselhamento (E14) e criação de canais de comunicação mais adequados para coletar informações sobre a Covid-19 e suas implicações para as escolas (E13, E14). Em relação à capacitação profissional, o treinamento on-line e *workshops* sobre como gerenciar e sobreviver a uma angústia, durante essas circunstâncias (E14), e capacitações em EaD, para o uso das tecnologias no processo ensino-aprendizagem dos discentes (E2), foram iniciativas encontradas nesta categoria nos artigos selecionados.

Outros estudos apontaram que algumas instituições de ensino deram ênfase ao apoio à saúde mental do professor, atualizando as diretrizes de saúde e fornecendo orientações e palestras on-line para oferecer estratégias de controle do estresse, ao lidar com a pandemia (E11), além da criação de um programa de bem-estar socioemocional, pedagogias holísticas e ensino baseado em cura (E9). Outra pesquisa apontou que entre as intervenções que mais se revelaram efetivas, em professores, incluem-se a terapia cognitivo-comportamental autoguiada, a terapia de aceitação e o compromisso e Intervenções Baseadas na Atenção Plena (MBIs). O estudo apontou que é possível, por meio da meditação da atenção plena, aumentar a resiliência e melhorar o bem-estar dos professores (E12).

A importância das estratégias institucionais se alinha com os apontamentos do estudo E16, a respeito do aconselhamento psicológico para que professores universitários tenham o potencial de aliviar a pressão psicológica e formar uma atitude positiva de trabalho. Essa pesquisa identificou que docentes, com maior identidade profissional, apresentaram maior satisfação no trabalho, o que pode reduzir a possibilidade de esgotamento profissional. Por outro lado, a satisfação no trabalho pode aumentar a confiança profissional dos professores universitários e reduzir o desgaste do trabalho (E16).

4 DISCUSSÃO

Este estudo objetivou apresentar evidências científicas sobre os fatores de adoecimento associados à atividade laborativa e psicológica, provocada pela Covid-19, em professores. Apesar de ser fixada uma restrição temporal e inclusão dos estudos, verificou-se que a temática em questão ainda é pouco explorada. Foi possível identificar que os estudos predominantes foram na Ásia, devido à ocorrência inicial da pandemia e por se tratar de um vírus que necessitava de estudos no campo da saúde. A maior parte dos manuscritos inseridos neste estudo foram publicados em periódicos de saúde. Um outro fator identificado nos estudos foi relacionado ao gênero, que indicou maior prevalência de sintomas de estresse, ansiedade e depressão em mulheres, em comparação com os homens (LIA et al., 2020; DU et al., 2020; STACHTEAS; STACHTEAS, 2020; OZAMIZ-ETXEBARRIA et al., 2020a). Efetivamente, mulheres correm um risco significativamente maior de sofrer de sintomas de ansiedade e estresse (ARENAS; PUIGSERVER, 2009; SOFFER, 2010), o que pode ser devido à profissão docente ser feminizada, ancorada em vieses culturais solidamente enraizados em sociedades patriarcais (NICOLETE; ALMEIDA, 2017), ou a sobrecarga de papéis: mulher, mãe, doméstica que atrela a construção simbólica do feminino à realização da maior parte dos trabalhos domésticos e da parentalidade (JABLONSKI, 2010).

Pesquisas apontaram para a maior manifestação de estresse, ansiedade, sintomas depressivos, medo, negação e raiva (KANG et al., 2020; OZAMIZ-ETXEBARRIA et al., 2020a; BESSER; LOTEM; ZEIGLER-HILL, 2020) que é agravada pelo confronto com problemas de saúde mental, causados pela Covid-19, e pela responsabilidade do ensino em também fornecer apoio psicossocial a alunos (ZHOU; YAO, 2020). Um estudo recente por Fuente et al. (2020) apontou que as relações professor-aluno também são estressantes para o aluno e o comportamento do professor prediz o bem-estar emocional e o comprometimento dos alunos, fatores também importantes para a redução de seus níveis de estresse.

Percebeu-se que os principais fatores relacionados ao impacto psicológico se referem à mudança repentina do ensino presencial ao ensino remoto e ao uso das tecnologias digitais, além do aumento do número de horas de trabalho, adaptação de rotina e criação de trabalho em *home office* com as recomendações para manutenção da educação. Estudos anteriores descobriram que trabalhar em casa, usando as Tecnologias de Informação e Comunicação, (TICs) pode criar sentimentos de tensão, ansiedade, exaustão e diminuição da satisfação no trabalho (CUERVO et al., 2018) e, na pandemia, essas eram as únicas ferramentas disponíveis para os professores. Docentes eram curadores para ambientes virtuais de aprendizagem (THOMAS; ROGERS, 2020), uma condição que o tornava vulnerável às formas de adoecimento características do uso da TICs. Soma-se, a isso, o fato de que a literatura científica, anterior à pandemia da Covid-19, já documentava que a rotina do professor tem um potencial de adoecimento. Estudos descreviam uma rotina caracterizada pela carga excessiva de trabalho, remuneração inadequada, falta de cooperação entre pares e imposição de ritmos intensos (LEITE; SOUZA, 2011; REINHOLD, 2012; CODO, 1999), fatores que elevam a suscetibilidade ao adoecimento do professor.

A avaliação do impacto na saúde mental dos professores, no contexto da pandemia da Covid-19, associa-se com quadros de estresse, ansiedade, depressão, distúrbio do sono, angústia, síndrome de *burnout*, transtorno de ansiedade generalizada e transtorno de estresse pós-traumático (LIA et al., 2020; DU et al., 2020; OZAMIZ-ETXEBARRIA et al., 2020a; AKOUR et al., 2020; STACHTEAS; STACHTEAS, 2020). A saúde mental dos professores também apresenta comprometimento pelo medo do próprio contágio e infectar familiares e amigos (LIA et al., 2020; DU et al., 2020; MEDAA; SLOGOB, 2020; MATIZ et al., 2020; AKOUR et al., 2020; STACHTEAS; STACHTEAS, 2020). Na pandemia da Covid-19, essas condições desfavoráveis de trabalho, o isolamento social, conflito de papéis trabalho-família, as limitações com a utilização das novas tecnologias de informação e comunicação, pressões oriundas das instituições de ensino, aumento da carga horária, insuficiente suporte social, falta de equipamentos informáticos, acúmulo de demandas e a falta de recursos para enfrentar as demandas que emergem aos professores, tendem a potencializar o adoecimento psíquico, o que pode ter consequências para a saúde dos professores. A julgar pelos resultados obtidos, nos

estudos, atuar na docência acaba sendo percebido como uma profissão de risco e cercada por mais aspectos negativos do que positivos.

A insegurança do trabalho também foi apontada nos estudos como fator de adoecimento (OZAMIZ-ETXEBARRIA *et al.*, 2020a; LEIBOVICH; FIGUEROA, 2006). Esta variável pode ter implicações muito sérias, uma vez que foi demonstrado, mesmo antes da pandemia, que professores com contratos instáveis apresentavam pior saúde (tanto física quanto mental) (CLADELLAS-PROS; CASTELLÓ-TARRIDA; PARRADO-ROMERO, 2018; GARCÍA; MARTÍN, 2012) e, com o aumento da instabilidade no emprego, devido à pandemia, intensificaram-se os impactos negativos, na saúde dos professores (AUNIÓN; ROMERO, 2020; LA VANGUARDIA, 2020; OZAMIZ-ETXEBARRIA *et al.*, 2020b). Além da questão laboral, indivíduos com alta ansiedade em relação à saúde são propensos a interpretar erroneamente sensações e mudanças corporais inofensivas como evidência de que estão infectados no contexto de um surto viral ou pandemia, o que, por sua vez, influencia na capacidade de tomar decisões racionais e impactar seu comportamento (ASMUNDSON; TAYLOR, 2020b). Evidenciou-se, nos estudos, um aumento acentuado da ansiedade em professores, durante esta pandemia, assim como associado ao sexo, tendo maior prevalência em mulheres, apontado em 13,67% (LIA. *et al.*, 2020), comparando com estudo anterior, que apresentou que a prevalência de ansiedade em professores era de 4,98%, em 2013 (HUANG; WANG; WANG, 2019). Verifica-se, portanto, que fatores laborais, como a insegurança no trabalho e o medo de contágio pela Covid-19, tornam os docentes mais propensos a experimentar prejuízos em sua saúde mental.

A partir dos estudos revisados, observa-se que o apoio social alivia e reduz o estresse (FEENEY; COLLINS, 2015; ZHOU; YAO, 2020); ajuda os indivíduos a reformular a compreensão de suas próprias experiências existenciais (FEENEY; COLLINS, 2015); fornece conforto emocional, segurança, aceitação e capacidade de lidar com experiências adversas (ZHOU *et al.*, 2019); está associado ao menor sofrimento psicológico, após experiências estressantes (DWORKIN *et al.*, 2018; SMITH *et al.*, 2013; STANLEY *et al.*, 2019). Para Stroebe e Stroebe (1996), a ausência de apoio social deixa as pessoas mais vulneráveis a problemas emocionais e físicos, por falta de algo essencial, o relacionamento, que proporciona segurança física e emocional, realidade (validação), controle e utilidade social. Um estudo desenvolvido por Uchino, Cacioppo e Kiecolt-Glaser (1996) encontrou evidências relativamente fortes sobre efeitos benéficos, na saúde, associados ao apoio social; identificou que o apoio social pode auxiliar em processos como a depressão, a ansiedade e o estresse, ajudando consequentemente no controle da pressão arterial.

A atividade física, também apontada como um recurso de estratégia de enfrentamento, pode ajudar na prevenção de transtornos psicológicos ou de humor (KWAN; DAVIS; DUNN, 2012), além de melhorar a qualidade de vida, diminuindo os efeitos psicossociais negativos do isolamento social (SLIMANI *et al.*, 2020). Estudos anteriores apontaram que os

professores, que realizam mais exercícios no lazer, ou de forma mais autônoma, podem prevenir problemas de saúde física e mental (BOGAERT et al., 2014); assim, promover o desenvolvimento de programas de apoio ao fomento da atividade física ao professor constitui uma possibilidade de cuidado à saúde mental (AMATRIAIN-FERNÁNDEZ et al., 2020). Embora alguns estudos apresentem papel significativo dos recursos digitais com medidas de apoio, como telemedicina para pacientes com Covid-19 (HONG et al., 2020) e educação on-line, sobre saúde mental e aconselhamento (LIU et al., 2020), a exposição excessiva à mídia tem suas próprias consequências mentais prejudiciais (NI et al., 2020; GUO et al., 2020; WAGHMARE, 2020).

No que diz respeito às estratégias institucionais, constituindo-se como uma fonte de apoio social ao professor, em tempos de crise, desempenham uma importante função na manutenção da saúde mental dos docentes. O suporte institucional não elimina o que está ameaçando a saúde do trabalhador, mas é uma forma de tentar manter-se saudável (ANDRADE, 2014). Algumas instituições de ensino utilizaram os recursos digitais, criando espaços virtuais para atendimento aos docentes, por meio de atividades de relaxamento, psicoeducação (SILVA et al., 2020; DU et al., 2020), apoio psicológico (OZAMIZ-ETXEBARRIA et al., 2020a; WAGHMARE, 2020; AKOUR et al., 2020), o que proporciona um sentido de pertencimento e importância, e a participação em atividades sociais pode ser associada à ampla gama de benefícios à saúde física e mental (TAYLOR, 2010; WILLS; AINETTE, 2012).

Os dados sumarizados dos estudos revisados revelam que intervenções psicológicas e outras estratégias de saúde mental devem ser implementadas, considerando os aspectos do trabalho do professor, assim como os aspectos psicológicos que impactam os professores. O apoio social foi indicado como um dos caminhos possíveis para orientação de práticas psicológicas nos serviços educacionais (DU et al., 2020; AKOUR et al., 2020). As abordagens humanistas ou cognitivistas, aplicadas no contexto educacional, podem ser elaboradas em respostas de enfrentamento adaptativo à situação da pandemia da Covid-19. Profissionais da psicologia podem ajudar os professores a encontrar recursos pessoais para enfrentamento ao adoecimento.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo possibilitou constatar a existência de evidências disponíveis, na literatura científica, sobre os fatores associados ao impacto da pandemia, na saúde mental dos professores. Foram pontuadas implicações para o campo da psicologia, e a intensificação de quadros de adoecimento psíquico de professores na pandemia, na medida em que se verificam os impactos de ordem psicológica, nos professores, que podem ter sua

vulnerabilidade aumentada e apresentar quadros de medo, estresse, depressão, ansiedade, distúrbio de sono, angústia, exaustão, transtorno de ansiedade generalizada, transtorno de estresse pós-traumático e transtorno bipolar. Instituições educacionais devem propor cuidados à saúde mental para os professores, de modo a minimizar seus adoecimentos, e tendo em vista que a pandemia Covid-19 pode ter um impacto duradouro na saúde mental dos professores (HOLMES et al., 2020), e no bem-estar emocional.

Entre as principais limitações das pesquisas incluídas neste manuscrito podem ser mencionadas: o contexto particular em que foram realizadas as pesquisas, sendo a maior parte em países orientais, apenas encontrado um estudo publicado no Brasil; o desenho transversal pode ser considerado um fator que indica uma limitação para o alcance e interpretação dos resultados, exigindo que outras pesquisas sejam realizadas em favor de uma avaliação ou mensuração longitudinal, para delimitar se as hipóteses e interpretações propostas perduram ao longo do tempo de pós-pandemia.

A realidade do ambiente de ensino-aprendizagem tem se apresentado cada vez mais complexo, as limitações, na utilização dos recursos digitais, têm se mostrado um desafio monumental aos professores, que são atingidos maciçamente por psicopatologias, ocorrendo com maior frequência, entre mulheres, devido à maior parcela da comunidade docente, no país, ser constituída por mulheres e a carga dos papéis que ela desempenha (professora, mãe, filha...) no contexto cultural.

Uma das barreiras para o enfrentamento ao adoecimento mental é a limitação de informação sobre as afetações da pandemia no professor, que, devido a preconceitos e estigmas sociais, não tem força, motivação ou mesmo coragem de buscar ajuda. Atitudes positivas em relação a si mesmo incluem elementos que coadunam para a qualidade na saúde mental; ações que propiciam crescimento, desenvolvimento, autorrealização e apoio social, que permitem ao indivíduo motivar-se para levar adiante os projetos pessoais e perceber a realidade.

Por fim, é válido salientar que os resultados apresentados nesta revisão devem ser interpretados levando em consideração as suas limitações, no que diz respeito ao número restrito de estudos incluídos, principalmente no Brasil. Outras revisões podem incluir outras bases de dados e outros descritores. Espera-se que este manuscrito possa contribuir de forma significativa e conjecturar sobre a importância do cuidado à saúde mental dos professores e professoras.

REFERÊNCIAS

AKOUR, A. et al. The Impact of the COVID-19 Pandemic and Emergency Distance Teaching on the Psychological Status of University Teachers: A Cross-Sectional Study in Jordan. *Am. American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*, Jordan, v. 103, n. 6, p. 2391-2399, jan./fev. 2020.

ALONSO, A. M. What is mental health? Who are mentally healthy? *International Journal of Social Psychiatry*, Venezuela, v. 5, n. 6, p. 302-305, 2 jun. 1960.

AMATRIAIN-FERNÁNDEZ, S. *et al.* Benefits of physical activity and physical exercise in the time of pandemic. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice*, Coruña, Espanha, v. 12, n. 1, p. 264-266, ago. 2020.

AMRI, A. *et al.* Assessment of burnout among primary teachers in confinement during the COVID-19 period in Morocco: case of the Kenitra. *Pan African Medical Journal*, Kenitra, v. 35, n. 2, p. 92, 25 jun. 2020.

ANDRADE, V. L. P. de. *Suporte social como estratégia de enfrentamento do estresse no ambiente de trabalho*. 2014. 142 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia e Saúde) - Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2014. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/6534/1/61200792.pdf>. Acesso em: 10 dez. 2021.

APERRIBAI, L. *et al.* Teacher's Physical Activity and Mental Health During Lockdown Due to the COVID-2019 Pandemic. *Frontiers in Psychology*, Espanha, v. 11, n. 11, p. 577886, 11 nov. 2020.

ARENAS, M. C.; PUIGSERVER, A. Diferencias entre hombres y mujeres en los trastornos de ansiedad: una aproximación psicobiológica. *Escritos de Psicología*, Espanha, v. 3, n. 1, p. 20-29, 2009. Disponível em: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1989-380920090003000003&lng=es&nrm=iso. Acesso em: 12 dez. 2021.

ASMUNDSON, G. J. G.; TAYLOR, S. Coronaphobia: fear and the 2019-nCoV outbreak. *Journal of Anxiety Disorders*, Canadá, v. 70, p. 102196, fev./mar. 2020a.

ASMUNDSON, G. J. G.; TAYLOR, S. How health anxiety influences responses to viral outbreaks like COVID-19: what all decision-makers, health authorities, and health care professionals need to know. *Journal of Anxiety Disorders*, Canadá, v. 71, p. 102211, abr. 2020b.

AUNIÓN, J. A.; ROMERO, J. M. *Educación: cómo reparar los destrozos*. Madrid: El País, 2020. Disponível em: <https://elpais.com/ideas/2020-09-05/educacion-como-reparar-los-destrozos.html>. Acesso em: 9 abr. 2020.

BAO, Y. *et al.* 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. *The Lancet*, Pequim, v. 395, n. 10224, p. 37-38, 22 fev. 2020.

BESSER, A.; LÖTEM, S.; ZEIGLER-HILL, V. Psychological Stress and Vocal Symptoms Among University Professors in Israel: Implications of the Shift to Online Synchronous Teaching During the COVID-19 Pandemic. *Journal Voice Foundat*, Israel, v. 20, p. 892-1997, 5 jun. 2020.

BHUGRA, D.; TILL, A.; SARTORIUS, N. What is mental health? *International Journal of Social Psychiatry* Londres, v. 59, n. 1, p. 3-4, fev. 2013.

- BOGAERT, I. *et al.* Associations between different types of physical activity and teachers' perceived mental, physical, and work-related health. *BMC Public Health*, Bruxelas, v. 14, n. 534, p. 270-274, abr./ mai. 2014.
- CARTER, J. W.; HIDRETH, H. M.; KNUTSON, A. L. Mental health and the American Psychological Association. Ad hoc Planning Group on the Role of the APA in Mental Health Programs and Research. *American Psychologist*, Washington, v. 14, p. 820-825, 1959.
- CHEN, H. *et al.* Are You Tired of Working amid the Pandemic? The Role of Professional Identity and Job Satisfaction against Job Burnout. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, China, v. 17, n. 24, p. 9188, 9 dez. 2020.
- CHOI, K. R. *et al.* A second pandemic: Mental health spillover from the novel coronavirus (COVID-19). *Journal American Psychiatric Nurses Association*, Los Angeles, v. 26, p. 340-43, 2020.
- CLADELLAS-PROS, R.; CASTELLÓ-TARRIDA, A.; PARRADO-ROMERO, E. Satisfacción, salud y estrés laboral del profesorado Universitario según su situación contractual. *Revista Salud Pública*, Espanha, v. 20, n. 1, p. 53-59, 2018.
- CODO, W. *Educação: carinho e trabalho*. Rio de Janeiro: Vozes, 1999.
- CUERVO, T. C. *et al.* Technostress in Communication and Technology Society: Scoping Literature Review from the Web of Science. *Archivos Prevencion Riesgos Laborales*, Espanha, v. 1, p. 18-25, jan. 2018.
- DALWAI, S H; REGE, K P. Psychosocial Wellness During the COVID- 19 Pandemic: Building an ARCH. *Indian Academy of Pediatrics*, Índia, v. 57, n. 12, p. 1189-1190, 2020.
- DU, J. *et al.* Mental Health Burden in Different Professions During the Final Stage of the COVID-19 Lock-down in China: Cross-sectional Survey Study. *Journal of Medical Internet Research*, China, v. 22, n. 12, p. 24240, 2 dez. 2020.
- DWORKIN, E. R. *et al.* Social support predicts reductions in PTSD symptoms when substances are not used to cope: A longitudinal study of sexual assault survivors. *Journal of Affective Disorders*, Estados Unidos, v. 229, p. 135-140, 15 mar. 2018.
- FAVERI, F. *et al.* The Italians in the time of coronavirus: Psychosocial aspects of unexpected COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychiatry*, Itália, v. 12, p. 551924, 29 mar. 2020.
- FEENEY, B. C.; COLLINS, N. L. A New Look at Social Support: A Theoretical Perspective on Thriving Through Relationships. *Personality and Social Psychology Review*, Estados Unidos, v. 19, n. 2, p. 113-147, 2015.
- FUENTE, J. de la *et al.* Effects of Self-Regulation

vs. External Regulation on the Factors and Symptoms of Academic Stress in Undergraduate Students. *Frontiers in Psychiatry*, Espanha, v. 11, p. 1773, 2020.

GARCÍA, N.; MARTÍN, M. Á. Algunas notas en perspectiva comparada sobre formación de maestros: el caso de España y Finlandia. *Tejuelo*, Espanha, v. 13, p. 70-87, 2012. Disponível em: <http://education.espmacam.ac.il/article/407>. Acesso em: 12 dez. 2021.

GEORROY, P. A. *et al.* Psychological support system for hospital workers during the COVID-19 outbreak: Rapid design and implementation of the Covid-psy hotline. *Frontiers in Psychiatry*, Paris, v. 11, n. 511, p. 1-8, 28 mai. 2020.

GUO, J. *et al.* Coping with COVID: Exposure to COVID-19 and Negative Impact on Livelihood Predict Elevated Mental Health Problems in Chinese Adults. *Social Science Research Network Journal*, China, v. 17, n. 11, p. 3857-3860, 20 mai. 2020.

HILL, C. *et al.* What kind of educator does the world need today? Reimagining teacher education in post-pandemic Canada. *Journal of Education for Teaching*, Canadá, v. 46, n. 4, p. 565-575, 2020.

HOLMES, E. A. *et al.* Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, Reino Unido, v. 7, p. 547-560, 2020.

HONG, Z. *et al.* Telemedicine During the COVID-19 Pandemic: Experiences From Western China. *Journal of Medical Internet Research*, China, v. 22, n. 5, p. 19577, 8 mai. 2020.

HUANG, Y.; WANG, Y.; WANG, H. Prevalence of mental disorders in China: a cross-sectional epidemiological study. *The Lancet Psychiatry*, China, v. 6, p. 211-224, 2019.

JABLONSKI, B. A divisão de tarefas domésticas entre homens e mulheres no cotidiano do casamento. *Psicologia Ciência e Profissão*, Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, p. 262-275, 2010.

KANG, L. *et al.* The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus. *The Lancet Psychiatry*, China, v. 7, n. 3, p. 14, 2020.

KWAN, B. M.; DAVIS, K. J.; DUNN, A. L. Physical activity for the prevention of depression. *Gullotta*, China, v. 12, p. 97-119, 2012.

LA VANGUARDIA. USOC y UGT advierten de despidos de profesores en las escuelas concertadas. Barcelona: La Vanguardia. Available online, 2020. Disponível em: <https://www.lavanguardia.com/vida/20200408/48387012784/usoc-y-ugtadvierten-de-despidos-de-profesores-en-las-escuelas-concertadas.html>. Acesso em: 9 abr 2021.

LEBOVICH, D.; FIGUEROA, N. Percepción de la inestabilidad laboral en una muestra de psicólogos. *Orientación y Sociedad*, Plata, v. 6, p. 49-66, 2006. Disponível em: https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.711/pr.711.pdf. Acesso em: 14 dez. 2021.

- LEITE, M. P.; SOUZA, A. N. Condições de trabalho e suas repercussões na saúde dos professores da educação básica no Brasil. *Educação e Sociedade*, São Paulo, v. 32, n. 117, p. 1105-1121, dez. 2011.
- LIA, Q. *et al.* Prevalence and factors for anxiety during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic among the teachers in China. *Journal of Affective Disorders*, China, v. 277, p. 153-158, 1 dez. 2020.
- LIU, S. *et al.* Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, China, v. 7, n. 4, p. 17-18, abr. 2020.
- LOGIE, C. H.; TURAN, J. M. How do we balance tensions between COVID-19 public health responses and stigma mitigation? Learning from HIV research. *AIDS and Behavior*, Canadá, v. 24, p. 2003-2006, 2020.
- MATIZ, A. *et al.* Positive Impact of Mindfulness Meditation on Mental Health of Female Teachers during the COVID-19 Outbreak in Italy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Itália, v. 17, n. 18, p. 6450, 4 set. 2020.
- MEDAA, N.; SLONGOBO, I. Caution when linking COVID-19 to mental health consequences. *Brain, Behavior and Immunity*, Pádua, v. 87, n. 152, jul. 2020.
- MOCCIA, L. *et al.* Affective temperament, attachment style, and the psychological impact of the COVID-19 outbreak: An early report on the Italian general population. *Brain, Behavior and Immunity*, Roma, v. 87, p. 75-79, 2020.
- NICOLETE, J. N.; ALMEIDA, J. S. Professoras e rainhas do lar: o protagonismo feminino na imprensa periódica (1902-1940). *Educar em Revista*, São Paulo, n. 2, p. 203-220, jul./set. 2017.
- NI, M. Y. *et al.* Mental Health, Risk Factors, and Social Media Use During the COVID-19 Epidemic and Condon Sanitaire Among the Community and Health Professionals in Wuhan, China: Cross-Sectional Survey. *JMIR Ment Health*, China, v. 7, n. 5, p. 19009, 12 mai. 2020.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Relatório sobre a saúde no mundo 2001: Saúde mental: nova concepção, nova esperança*. 2001. Disponível em: <http://www.abebe.org.br/wp-content/uploads/oms2001.pdf>. Acesso em: 24 jan. 2022.
- OUZZANI, M. *et al.* Rayyan: a web and mobile app for systematic reviews. *Systematic Reviews*, Qatar, v. 5, n. 210, 2016.
- OZAMIZ-ETXEBARRIA, N. *et al.* Psychological symptoms during the two stages of lockdown in response to the Covid-19 outbreak: an investigation in a sample of citizens in northern Spain. *Frontiers in Psychology*, Espanha, v. 11, p. 1491, 18 jun. 2020a.
- OZAMIZ-ETXEBARRIA, N. *et al.* The Psychological State of Teachers During the COVID-19 Crisis: The Challenge of Returning to Face-to-Face Teaching. *Frontiers in Psychology*, Espanha, v. 11, p. 620718, 12 jan. 2020b.

PFEERBAUM, B.; NORTH, C.S. Mental health and the COVID-19 pandemic. *New England Journal of Medicine*, Dallas, v. 383, n. 6, p. 510-512, 6 ago. 2020.

PRADO-GASCÓ, V. *et al.* Attitudes, Sentiments, and Concerns About Inclusive Education of Teachers and Teaching Students in Spain. *Frontiers in Psychology*, Espanha, v. 11, p. 521, 7 abr. 2020.

RAJKUMAR, R. P. COVID-19 and mental health: a review of the existing literature. *Asian Journal of Psychiatry*, Índia, v. 52, p. 102066, ago. 2020.

REINHOLD, H. H. O Burnout. *In*: LIPP, M. N. (org.), *O stress do professor*. Campinas: Papyrus, 2012. p. 63-80.

RODRÍGUEZ-REY, R.; GARRIDO-HERNANSAIZ, H.; COLLADO, S. Psychological impact and associated factors during the initial stage of the coronavirus (COVID-19) pandemic among the general population in Spain. *Frontiers in Psychology*, Espanha, v. 11, p.1540, 2020. doi: 10.3389/fpsyg.2020.01540.

SILVA, A. F. *et al.* A Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, Salvador, v. 30, n. 2, p. 300216, 24 jul. 2020.

SIQUEIRA, A. B. R.; SANTOS, M. A.; LEONIDAS, C. Confluências das relações familiares e transtornos alimentares: Revisão integrativa da literatura. *Psicologia Clínica*, Uberaba, v. 32, n. 1, p. 123-149, 2020.

SLIMANI, M. *et al.* The relationship between physical activity and quality of life during the confinement induced by COVID-19 outbreak: a pilot study in Tunisia. *Frontiers in Psychology*, Tunisia, v. 11, p.1882, 7 de ago. 2020

SMITH, B. N. *et al.* Main and interactive effects of social support in predicting mental health symptoms in men and women following military stressor exposure. *Anxiety, Stress and Coping*, Estados Unidos, v. 26, n. 1, p. 52-69, 2013.

SOFFER, M. The role of stress in the relationships between gender and healthpromoting behaviours. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, Nova York, v. 24, p. 572-580, 2010.

STACHTEAS, P.; STACHTEAS, C. The psychological impact of the COVID-19 pandemic on secondary school teachers. *Psychiatriki*, Grécia, v. 31, n. 4, p. 293-301, out./dez. 2020.

STANLEY, I. H. *et al.* Perceptions of belongingness and social support attenuate PTSD symptom severity among firefighters: A multistudy investigation. *Psychological Service*, Flórida, v. 16, n. 4, p. 543-555, nov. 2019.

STROEBE, W.; STROEBE, M. The social psychology of social support. *In*: HIGGINS, E. T.; KRUGLANSKI, A. W. (org.). *Social psychology: Handbook of basic principles*, London: The Guilfor Press, 1996, p. 597-621.

THOMAS, M. S. C.; ROGERS, C. Education, the science of learning, and the COVID-19 crisis. *Prospects*, Londres, v. 49, p. 87-90, 2020

UCHINO, B. N.; CACIOPPO, J. T.; KIECOLT-GLASER, J. K. The relationship between social support and physiological processes: A review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. *Psychological Bulletin*, Estados Unidos, v. 119, n. 3, p. 488-531, 1996.

WANG, Y. Human 1A6/DRIM, the homolog of yeast Utp20, functions in the 18S rRNA processing. *Biochim Biophys Acta*, China, v. 1773, n. 6, p. 863-8, 2007.

WANG, C.; ZHAO, H. The Impact of COVID-19 on Anxiety in Chinese University Students. *Frontiers in Psychology*, China, 2020.

WAGHMARE, S. V. Impact of Lockdown Down faced by Nursing Teachers while implementing Teaching, Learning and Evaluation Process. *Indian Journal of Forensic Medicine and Toxicology*, Índia, v. 14, n. 4, p. 3967-3970, out./dez. 2020.

WHITTEMORE, R.; KNAFL, K. The integrative review: updated methodology. *Journal of Advanced Nursing*, Estados Unidos, v. 52, n.5, p. 546-553, 2005.

WILLS, T. A.; AINETTE, M. C. Social networks and social support. In: BAUM, A.; REVENSON, T. A.; SINGER, J. (orgs.). *Handbook of health psychology*. California: Guilford Publications, 2012, p. 465-492.

ZHOU, X. Psychological crisis interventions in Sichuan Province during the 2019 novel coronavirus outbreak. *Psychiatry Research*, China, v. 286, p. 112895, 26 fev. 2020. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112895.

ZHOU, X.; YAO, B. Social support and acute stress symptoms (ASSs) during the COVID-19 outbreak: deciphering the roles of psychological needs and sense of control. *European Journal of Psychotraumatology*, China, v. 11, n. 1, p. 1779494, 2020.

ZHOU, X. *et al.* Self- efficacy and self-esteem mediate the relation between social support and post-traumatic growth amongst adolescents following Wenchuan earthquake. *Psychological Development and Education*, Pequim, v. 35, n. 5, p. 573-580, 2019.

Endereço para correspondência: Rua 07 de abril, n. 160, Centro, Euclides da Cunha, BA, 48500-000.