

ESTRESSE E SOBRECARGA DOS PROFESSORES DO ENSINO BÁSICO EM TEMPOS DE PANDEMIA¹

Sara Julhia Robattini², Amanda Suélen Monteiro³, Helenice de Moura Scortegagna⁴

¹ Projeto de Iniciação Científica, subprojeto do Projeto vinculado ao Programa de Pós-Graduação em Envelhecimento Humano da Universidade de Passo Fundo

² Aluna do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade de Passo Fundo (UPF). 169941@upf.br - Passo Fundo/RS/Brasil.

³ Aluna do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), amandasuelenmonteiro@hotmail.com - Santa Maria, RS, Brasil.

⁴ Professora orientadora, Doutora em Enfermagem, Curso de Enfermagem (UPF), helenice@upf.br - Passo Fundo/RS/Brasil.

Introdução: A Organização Mundial da Saúde, em março de 2020, declarou pandemia devido ao novo coronavírus. Diante dessa realidade, tornou-se necessária a mobilização social como forma de conter a propagação do vírus. Essa medida exigiu que as escolas se adaptassem a este novo cenário, iniciando as aulas remotas. Frente a isso, o cenário da pandemia trouxe preocupações para o campo educacional, diante das novas condições de trabalho vivenciadas pelos professores. Nesse contexto, segundo a literatura nacional, está documentado o estresse, a ansiedade e o esgotamento como os sintomas que têm prevalecido no adoecimento mental dos professores em tempos de pandemia.

Objetivo: Identificar a autopercepção dos professores quanto ao estresse e sobrecarga de trabalho em tempos de pandemia.

Metodologia: Trata-se de um estudo transversal, exploratório descritivo, de abordagem quantitativa, subprojeto do projeto integrado intitulado “Educação gerontológica como estratégia promotora da interação multigeracional para o viver e envelhecer saudável”, parecer nº 467.889, CAAE 22094513.4.0000.534. Participaram deste estudo, de forma voluntária, professores da rede básica de ensino de 30 municípios do Rio Grande do Sul, distribuídos nas regiões noroeste, central, metropolitana, sudoeste e sudeste do estado. A seleção dos participantes foi não probabilística, por conveniência e intencionalidade, por meio da técnica Bola de Neve Virtual. O formulário foi composto por 29 questões objetivas, que abordaram aspectos sociodemográficos e questões sobre atividade física, estresse, sobrecarga de trabalho e uso de tecnologias durante a pandemia pela COVID-19, dor e sono. Este formulário foi disponibilizado de maneira online, no período de agosto a setembro de 2020. O acesso às questões se dava mediante concordância do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), atendendo a Resolução Nº 466/2012. O processo de coleta de dados foi encerrado quando atingido o ponto de saturação, no

prazo de coleta estipulado. As respostas foram automaticamente salvas e armazenadas em arquivos da Web, gerando relatório pelo formulário eletrônico utilizado. Neste resumo, estão descritos os resultados obtidos sobre estresse, sobrecarga de trabalho e dor.

Resultados: Participaram deste estudo 115 professores. Destes, 110 (96%) eram do sexo feminino, com predomínio da faixa etária de 35 a 44 anos (43; 37,3%), residentes na região central do RS (77; 67%), com tempo de atuação na docência de 21 a 30 anos (41; 35,6%). Com relação as atividades sociais e de lazer, 102 (89%) professores relataram ter deixado de fazer muitas destas atividades, em relação a como eles têm se sentido no período de quarentena, 100 (87%) professores declararam ter se aborrecido com frequência neste período, havendo relatos de sobrecarga de trabalho, ansiedade, irritação, frustração e tristeza. Diante da situação, 46 (40%) professores relataram ter necessitado auxílio de psicoterapia ou de outros serviços de saúde durante a pandemia. Quanto à sobrecarga de trabalho, 96 (83%) professores referiram cansaço sem motivo aparente e 102 (89%) professores relataram ter trabalhado mais do que deveriam neste período de pandemia. Ainda, quando questionados sobre ter sentido alguma dor em decorrência das atividades de trabalho, 63 (76%) dos entrevistados referiram que sim, e o local do corpo que mais sentiram dor foi região lombar, cabeça e pescoço. Corroborando com os achados desta pesquisa, estudo desenvolvido durante a pandemia, evidenciou que 35% dos professores relataram sobrecarga neste período e 67% ansiedade; 68,9% dos professores estão dedicando seu tempo para atividades domésticas e do lar, trabalhando nas atividades docentes em casa. Esta exigência em conciliar o planejamento das aulas para o ensino remoto e às atividades diárias tem desencadeado aborrecimento e diminuição do tempo para práticas de autocuidado e lazer e diversos fatores agravantes à saúde. Com relação a dor, é documentado na literatura nacional, que os locais de maior sensação de dor apresentada pelos docentes são: mãos, pernas, braços e costas, devido à realização intensiva e repetitiva de alguns movimentos.

Conclusões: O estudo observou que mudanças acabaram ocorrendo na vida dos professores durante a pandemia, interferindo na maneira de desenvolver o trabalho docente e, conseqüentemente, no bem-estar físico e psíquico destes profissionais. A situação evidenciada revela a necessidade de estratégias e ações que propiciem aos docentes executar suas tarefas com segurança e qualidade, como proporcionar redes de apoio à saúde mental, capacitação para uso de ferramentas pertinentes ao ensino remoto e oferecer programas e atividades que estimulem os docentes a cuidar de si. Mais do que nunca, é necessário um olhar atento ao professor, peça fundamental no processo de aprendizagem.

Palavras-chave: professores escolares; estresse ocupacional; coronavírus.