

SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES NA PANDEMIA

O Impacto da Pandemia por Covid-19 na Saúde Mental dos Professores: Revisão Sistemática da Literatura

The Influence of the Covid-19 Pandemic in the Mental Health of Educadors: Systematic Literature Review

El Impacto de la Pandemia del Covid-19 en la Salud Mental de los Profesores: Revisión Sistemática de Literatura

Maria Eduarda Iglésias Berardo de Souza¹, Nathaly Maria Ferreira Novaes¹ e Bianca Berardo Pessoa Zirpoli²

¹ Faculdade Pernambucana de Saúde - FPS ² Universidade Católica de Pernambuco - UNICAP

Maria Eduarda Iglésias Berardo de Souza, Graduação em Psicologia, Faculdade Pernambucana de Saúde - FPS, ORCID <https://orcid.org/0000-0003-3598-6984>; Nathaly Maria Ferreira Novaes, Professora orientadora, Departamento de Psicologia, Faculdade Pernambucana de Saúde - FPS, ORCID -----; Bianca Berardo Pessoa Zirpoli, Co-orientadora, Recife-Pernambuco, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-9542-5700>.

As correspondências deverão ser enviadas para Maria Eduarda Iglésias Berardo de Souza, Av. Mal. Mascarenhas de Moraes, 4861 - Imbiribeira, Recife - Pernambuco, 51150-000, e-mail: eduardaiglesiasb@gmail.com

SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES NA PANDEMIA

RESUMO

A pandemia de COVID-19 teve impactos significativos na educação, aumentando os desafios enfrentados pelos professores, categoria que já lidava antes com problemas relacionados aos grandes níveis de estresse. O presente artigo objetivou analisar a saúde mental dos professores durante a pandemia de COVID-19, através de revisão sistemática de trabalhos científicos publicados durante o período, que avaliavam domínios como qualidade de vida, ansiedade, depressão, estresse, *burnout* e exaustão nestes profissionais. Foram obtidos 1003 artigos a partir da busca por palavras-chave, sendo que destes, nove artigos abordavam o tema proposto, sendo eles objeto de análise da revisão. Os artigos estavam distribuídos em sete países, todos por questionário, sendo dois estudos longitudinais e sete transversais. Apenas um artigo avaliou professores escolares, os demais artigos selecionados avaliaram professores universitários. Foram selecionadas as categorias de análise isolamento e suporte, crianças e família, gênero, idade, finanças e estabilidade, saúde física e sono, comparação entre grupos, questões pedagógicas. Grande parte dos participantes das pesquisas analisadas apresentaram níveis altos de depressão, ansiedade e estresse, e relataram aumento da sua carga de trabalho durante a pandemia. As populações mais sujeitas à incidência de depressão, ansiedade e estresse foram mulheres, profissionais mais jovens e indivíduos com crianças em casa. Além disso, foi encontrado que o suporte familiar e no ambiente de trabalho são fatores de proteção contra a incidência dos transtornos supracitados.

Palavras-chave: Saúde Mental, Professores, COVID-19, Saúde Ocupacional

MENTAL HEALTH OF TEACHERS DURING THE PANDEMIC

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic had significant impacts on education, increasing the challenges faced by educators, a category that previously already dealt with problems related to high levels of stress. This article aimed to analyze the mental health of educators during the COVID-19 pandemic, through a systematic review of scientific works published during the period, that evaluated domains such as quality of life, anxiety, depression, stress, burnout and exhaustion in these professionals. From the search for keywords, 1003 articles were obtained, and of these, nine articles addressed the proposed topic and were the object of analysis in the review. The articles were distributed in seven countries, all by survey, with two of them using a longitudinal methodology and seven a cross-sectional one. Only one article evaluated school teachers, the other selected articles examined university professors. The categories of analysis selected were isolation and support, children and family, gender, age, finances and stability, physical health and sleep, comparison between groups and pedagogy. Most participants in the surveys analyzed had high levels of depression, anxiety and stress, and reported an increase in their workload during the pandemic. The populations most subject to the incidence of depression, anxiety and stress were women, younger professionals and individuals with children at home. Furthermore, it was found that support from family and in the work environment are protective factors against the incidence of the aforementioned disorders.

Keywords: Mental Health, Faculty, COVID-19, Occupational Health

SALUD MENTAL DE LOS PROFESORES EN LA PANDEMIA

RESUMEN

La pandemia COVID-19 tuvo impactos significativos en la educación, aumentando los desafíos que enfrentan los docentes, categoría que anteriormente se ocupaba de problemas relacionados con altos niveles de estrés. Este artículo tuvo como objetivo analizar la salud mental de los docentes durante la pandemia Covid-19, a través de una revisión sistemática de trabajos científicos publicados durante la pandemia de Covid 19 que evaluó dominios como calidad de vida, ansiedad, depresión, estrés, burnout y agotamiento en estos profesionales durante el período. De la búsqueda de palabras clave se obtuvieron 1003 artículos, de los cuales nueve abordaron el tema propuesto, que fueron objeto de análisis en la revisión. Los artículos se distribuyeron en siete países, todos por encuesta, con dos estudios longitudinales y siete transversales. Solo un artículo evaluó a profesores de escuela, los otros artículos seleccionados evaluaron a profesores universitarios. Se seleccionaron las categorías de análisis: aislamiento y apoyo, niños y familia, género, edad, economía y estabilidad, salud física y sueño, comparación entre grupos, cuestiones pedagógicas. La mayoría de los participantes en las encuestas analizadas tenían altos niveles de depresión, ansiedad y estrés, y reportaron un aumento en su carga de trabajo durante la pandemia. Las poblaciones más expuestas a la incidencia de depresión, ansiedad y estrés fueron las mujeres, los profesionales más jóvenes y las personas con hijos en la casa. Además, se encontró que el apoyo al entorno familiar y laboral son factores protectores frente a la incidencia de los trastornos mencionados.

Palabras Clave: Salud Mental, Profesores, COVID-19, Salud Ocupacional

Os professores são uma das categorias mais sujeitas ao estresse, como atestado pela Organização Internacional do Trabalho (OIT), sendo o estresse e o *Burnout* as principais causas de afastamento do trabalho dos docentes. O estresse é considerado pela OIT como um risco ocupacional da profissão (Pereiral *et al.*, 2020), enquanto o burnout é processo crônico e gradual de exaustão, falta de motivação para o trabalho e produtividade reduzida. É uma síndrome ocupacional de acordo com o CID-11, desde maio de 2019, a qual os professores estão sob alto risco de desenvolver, de acordo com a OIT, inclusive podendo ter uma incidência maior nesta categoria do que em profissionais de saúde (Miguel *et al.*, 2021). São apontados como fatores contribuintes para o alto nível de estresse da profissão a falta de reconhecimento social e de motivação para o trabalho, más condições de trabalho, problemas referentes à relação com os alunos (envolvimento emocional com seus problemas e também conflitos e problemas comportamentais destes), alta demanda de trabalho (reuniões e trabalhos extraclasse, numerosas classes), necessidade constante de qualificação e atualização, cobrança dos pais e questões relacionadas à administração do tempo. São sintomas relacionados ao desgaste laboral os problemas relacionados ao sono, abuso de medicamentos, sentimento de esgotamento, além de configuração de quadros de transtornos mentais comuns (TMC), como transtornos de humor, dentre eles o estresse (Diehl & Marin; 2016).

A doença COVID-19, causada pelo novo coronavírus (SARS-Cov-2) foi descoberta por médicos em Wuhan, na China, em dezembro de 2019. Esses primeiros casos foram seguidos por uma elevação local vertiginosa do número de infectados, tendo rapidamente se espalhado para países vizinhos. Assim, em março de 2020, a Organização das Nações Unidas (ONU) declara o COVID-19 como uma nova pandemia (Pan *et al.*, 2020).

Trata-se de uma infecção viral sistêmica capaz de gerar uma resposta imunológica letal e com transmissibilidade e infectividade assustadoras (Chan *et al.*, 2020). Com o aumento vertiginoso da quantidade de mortos e infectados, foram implementadas as medidas de isolamento social, sendo necessário o fechamento de serviços classificados como não essenciais e restrição à circulação de pessoas na rua na tentativa de limitar o contágio e evitar o colapso da rede de saúde. Assim, repentinamente as pessoas tiveram suas realidades completamente modificadas, enquanto tais medidas, ainda que fundamentais, somadas às dificuldades intrínsecas ao período vivido, foram responsáveis por alimentar um adoecimento que ultrapassa os limites da infecção viral: o psicológico

(Reynolds *et al.*, 2020). De acordo com Xiang *et al.* (2020) e Ni *et al.* (2020), a quantidade de pessoas deprimidas, ansiosas ou que experimentaram algum transtorno psicológico que estivesse direta ou indiretamente ligado ao isolamento social aumentou exponencialmente.

Na pandemia de Covid19 a educação passou por uma mudança brusca em um curto período de tempo, com a interrupção das aulas presenciais e a necessidade de adaptação ao modelo remoto. Muitos dos professores não tinham contato com a modalidade à distância e não houve tempo para preparação. Os alunos também sentem os efeitos da mudança e precisam de mais atenção e ajuda por parte dos professores, aumentando sua demanda de trabalho (Melo *et al.*, 2020)

Dados os desafios que a educação enfrenta na pandemia, os educadores têm suas cobranças aumentadas, se fazendo necessário que aprendam a usar as tecnologias e usem da sua criatividade para tentar adaptar as aulas ao novo modelo. Assim, adiciona-se, no caso dos educadores, às demandas emocionais vivenciadas por todos durante o isolamento social e a pandemia, os grandes desafios das mudanças de seu estilo de trabalho. Além disso, o contexto incerto gera medos e angústias, exacerbando as dificuldades emocionais presentes desde antes da pandemia (Santos, 2020; Faustino & Silva, 2020).

As exigências de treinamento e criatividade para a rápida passagem à educação em casa e o sentimento de despreparo para o novo formato das atividades fazem com que os professores estejam mais sujeitos ao estresse durante a pandemia (Pereiral *et al.*, 2020). O estresse pode ser compreendido como o resultado emocional de estímulos que excedem os mecanismos de enfrentamento do indivíduo (Sadir *et al.*, 2010). O estresse ocupacional, nessa perspectiva,

“pode ser conceituado como um processo no decorrer do qual as exigências de trabalho são percebidas como variáveis estressoras, gerando situações que transpõem o repertório de enfrentamento do indivíduo e resultando em inúmeras implicações negativas” (Weber *et al.*, 2015, p. 41)

O estresse tem impacto não apenas na qualidade de vida, na saúde e relações sociais do professor, mas também em sua atuação profissional (Weber *et al.*, 2015). Ao afetar a capacidade para o trabalho dos educadores, o estresse se torna um problema sistêmico da educação, e assim uma questão de relevância social. A valorização do professor e de seu trabalho e a preocupação com sua qualidade de vida são questões que devem ser consideradas, especialmente num contexto da pandemia de COVID-19 e as mudanças na educação decorrentes do isolamento social necessário para sua contenção.

O estresse decorrente da pandemia não selecionou suas vítimas, sendo considerado como um problema de saúde pública, mas categorias que já eram vulneráveis a ele tiveram seus efeitos amplificados, e este é o caso dos educadores. Por isso, avaliar estratégias de manejo do estresse para os educadores é fundamental no contexto atual.

Método

Para avaliar a saúde mental e as diferentes estratégias empregadas para lidar com o estresse para os educadores foi realizada uma Revisão Sistemática, de acordo com as diretrizes PRISMA (Principais Itens para Relatar Revisões Sistemáticas e Meta-análises), em que realizado o levantamento de artigos a partir das bases da Biblioteca Virtual de Saúde, BDENF, Coleciona SUS, IBECS, Index Psicologia, LIPECS, LILACS, MEDLINE, PUBMED e Cochrane. Foram pesquisados nestas bases os termos nos descritores de saúde (DECs), sendo escolhidos os termos para a pesquisa: *((faculty) AND (Mental Health)) AND ((coronavirus) OR (Covid-19) OR (SARS-CoV-2))*. Sendo assim, foram encontrados inicialmente 198.271 artigos, em seguida foram aplicados os filtros: artigos publicados entre 1º de janeiro de 2020 e 5 de setembro de 2021 (delimitando o período da pandemia e de realização da pesquisa), nos idiomas Inglês e Português. Restaram então 1003 artigos, dentre os quais 18 eram repetidos. A partir de então 32 foram selecionados para leitura dos resumos, sendo excluídos 10 artigos. Em seguida foram selecionados 22 artigos para serem lidos na íntegra, dos quais 9 entraram para a revisão final. Foram eleitos apenas estudos originais, com ou sem comparação com outros grupos, apresentando dentre sua população estudada professores em diferentes níveis do sistema de educação. Foram excluídas as fontes secundárias como revisões, artigos de opinião, comentários, relatos de casos, séries de casos e estudos retrospectivos. Também foram excluídos artigos contendo apenas o abstract, bem como estudos com animais, além

dos artigos que não discriminam a profissão dos grupos entrevistados nos seus relatórios ou falavam apenas de medidas para melhorar a qualidade de vida e saúde mental.

Para todos os estudos selecionados foi feita a avaliação do risco de viés a partir do uso do “*Quality Assessment Tool for Observational Cohort and Cross-Sectional Studies*” do *National Institutes of Health* (NIH), de forma a categorizar os estudos como “Bom”, “Regular” ou “Ruim”, como apresentado no Anexo 1 (National Heart, Lung and Blood Institute *et al.*, 2014; Ma *et al.*, 2020).

Em seguida, foi realizada a coleta dos dados via releitura integral dos artigos selecionados, extraindo informações sobre: saúde mental, alterações de rotina, gênero, crianças e família, finanças, saúde e sono, adaptações pedagógicas e idade. Em se tratando de métodos de coleta de informações, todos os artigos encontrados utilizaram questionários on-line, por survey, o que já era esperado, devido às medidas de isolamento social. Em seguida foi feita a checagem dos dados coletados por meio de releitura para ratificação das informações. Por fim, os achados foram agrupados para comparação e revisão descritiva, bem como para confronto com os achados da literatura.

[INSERIR FIGURA 1]

Resultados

Quanto à produção acadêmica sobre o tema, foram selecionados nove artigos para análise, distribuídos em sete países, sendo dois deles longitudinais e sete transversais, todos por meio de questionário. A maioria dos trabalhos tinha como população professores universitários, apenas um dos artigos selecionados avaliou professores escolares. Ainda, a maior parte dos artigos selecionados entrevistava professores do campo da Saúde, e muitos comparavam os professores com outras populações, como estudantes universitários, trabalhadores administrativos da universidade e pesquisadores.

Os trabalhos analisaram a saúde mental, adaptações pedagógicas, experiência de trabalho, adaptação à situação e fatores que poderiam contribuir na saúde mental. Também foram levados em consideração o equilíbrio entre vida pessoal e de trabalho, intenção de demissão ou redução de horas de trabalho e a aceitação ou não de cargos de liderança. No âmbito da saúde mental, avaliaram as variáveis ansiedade, depressão, *burnout*, qualidade de vida e resiliência.

O estudo apontou relatos de aumento da carga de trabalho com a pandemia, e consequente exaustão laboral, dificuldades em separar tarefas do trabalho e atribuições domésticas, mudanças significativas na rotina e consequente necessidade de adaptação. Além disso, o isolamento social imposto dificulta a recepção de suporte social, fundamental para o bem-estar. Por isso, a medida de resiliência foi importante fator de proteção, segundo o estudo de Keener *et al.* (2021).

[INSERIR TABELA 1]

De acordo com Evanoff *et al.* (2020), em estudo nos Estados Unidos com 870 professores universitários, comparando-os a funcionários de universidade (n=4470) e pesquisadores de pós-doutorado (n=210), 67.8% (p<.001) do corpo docente reportaram piora em seu bem-estar geral relacionado às mudanças de vida trazidas pela pandemia de COVID-19 enquanto 69.7% reportaram piora no bem-estar mental (p=.63). Além disso, 15.9% dos professores reportaram depressão moderada a grave segundo o DASS (p=.36), ansiedade moderada a grave (p=.02, 10%), stress moderado a grave (p=.01, 12.6%) e alta exaustão de trabalho (49.7%, p<.001). Porcentagens similares foram encontradas para os grupos comparados, quais sejam, funcionários da universidade e pesquisadores de pós-doutorado. Fatores estatisticamente significativos relacionados à piora no bem-estar geral e nos níveis de stress, ansiedade, depressão e exaustão de trabalho, em todos os grupos analisados, foram: suporte insuficiente do supervisor, um número maior de estressores familiares / domésticos e idade <40 anos.

Em pesquisa longitudinal realizada em 4 países (Espanha, Colômbia, Chile e Nicarágua) com 554 professores universitários, usando o survey LockedDown, desenvolvido pela *London School of Economics and Political Science*, em diferentes semanas, no início da pandemia, Jojoa *et al.* (2021) foi encontrado que os níveis de depressão e ansiedade aumentaram ao longo das semanas (semanas 1-2=39.9%, semanas 3-4=50.7%, semana 5 em diante=51.3%), e que os níveis de qualidade de vida e stress se mantiveram os mesmos de antes da pandemia ou apresentaram piora.

Já Keener *at al.* (2021), em estudo nos Estados Unidos, com 52 professores universitários da área de Enfermagem, usando os instrumentos *WHO Quality of Life-BREF* e *Connor-Davidson Resilience Scale 10*, encontrou que no domínio psicológico da qualidade de vida houveram baixos escores em 19.23% ($\alpha=.89$) dos entrevistados, e na escala de resiliência, 17.30% ($\alpha=.90$) dos participantes tiveram escores baixos.

Além disso, também foi encontrado que o nível de resiliência era a variável que mais se relacionava com os níveis de qualidade de vida reportados e que uma maior qualidade de vida em um dos domínios medidos pela WHO-QoL-BREF (saúde física, saúde psicológica, relações sociais e ambiente) estava associado com maior qualidade de vida nos outros domínios, indicando assim que uma maior capacidade de adaptação às mudanças e desafios conseguiam manter bons níveis de qualidade de vida.

Lizana *et al.* (2021), em estudo longitudinal no Chile com 63 professores escolares, medindo a qualidade de vida antes e depois da implantação das medidas de restrição da pandemia, usando o *Short-Form 36 Health Survey* (SF-36), encontrou que no período antes da pandemia os escores de qualidade de vida eram maiores do que durante a pandemia ($p < .01$, sempre), assim como os de saúde mental ($M=45.7/36.8$, $p < .001$). Durante a pandemia, as dimensões do SF-36 com menores escores foram o funcionamento social ($M=35.2$) e saúde mental ($M=36.8$).

Miguel *et al.* (2021) realizou estudo transversal com 51 professores universitários de faculdade de medicina em Portugal, utilizando os instrumentos *Copenhagen Burnout Inventory* (CBI), *Depression, Anxiety and Stress Scales* (DASS), *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) e *Escala de Resiliência*. Nele, a maioria da amostra tinha níveis normais de depressão (82.4%), ansiedade (84.3%) e estresse (78.4%), e nível moderado (49%) ou alto (37.3%) de resiliência. Quanto ao *Burnout*, dividido em três categorias, apresentaram níveis baixos de burnout relacionado a atividades de estudante (84.3%), relacionado ao trabalho (62.7%) e na área pessoal (58.8%).

O *burnout* na área pessoal foi a variável que indicava presença de problemas psicológicos com maior prevalência, estando presente em 41.2% da amostra. Ao relacionar as variáveis por regressão linear multivariada, encontrou que a satisfação com a vida, a mudança nos padrões de sono e o stress eram aquelas que explicavam aproximadamente 56% da variância na dimensão do *burnout* relacionado à vida pessoal. Já em relação ao *burnout* relacionado ao trabalho, 55% da variância foi explicada pelas variáveis estresse e resiliência.

Odrozola-González *et al.* (2020) realizou estudo transversal na Espanha, com 2530 professores universitários, dividindo-os de acordo com áreas do conhecimento (Artes e Humanas, Ciências e Saúde, Ciências Sociais e Direito, Engenharia e Arquitetura) e comparando-os com a equipe administrativa da universidade, usando o

DASS-21 (*Depression, Anxiety and Stress Scale*) e a *Impact of Event Scale* (IES). Encontrou que 34.19% dos participantes do estudo tiveram níveis moderados a severos de depressão, 28.14% de estresse e 21.34% de ansiedade. Além disso, 50.45% tiveram escores moderados a severos do impacto do evento na escala IES (≥ 26).

Salazar *et al.* (2021), em estudo transversal com 423 professores universitários e pesquisadores espanhóis, comparando-os à equipe administrativa da universidade, utilizando os instrumentos DASS-21, BIPQ (*Brief Illness Perception Questionnaire*), EMAS (*Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido*), Brief COPE-28 e dados sociodemográficos, encontrou que a prevalência dos níveis de depressão (M=4.7), ansiedade (M=3.2) e estresse (M=8.0) estavam dentro dos níveis normais de acordo com o DASS-21. Este artigo também analisou as os meios de lidar com a situação utilizados pelos participantes, sendo os mais comuns a Aceitação (M=6.4 – range: 2-8), *Coping* Ativo (lidar ativamente, M=5.6) e Planejamento (M=5.3) e as menos comuns foram Uso de Substâncias (M=2.2) e Negação (M=2.6).

Correlacionando os dados da DASS-21 com o *Brief-COPE*, encontrou-se que os níveis de depressão diminuem quando certas estratégias positivas de enfrentamento (divididas em estratégias baseadas em emoção e focadas no problema, distintas das estratégias disfuncionais), tais como reformulação positiva e aceitação são utilizadas. Entretanto, os níveis de depressão aumentam quando são utilizadas estratégias disfuncionais, mas também quando utilizadas certas estratégias funcionais como suporte emocional, suporte instrumental e religião.

A ansiedade e o stress diminuía com aceitação e aumentavam com suporte emocional, suporte instrumental, religião e estratégias disfuncionais. Apenas o humor estava relacionado com maiores escores de ansiedade. Os escores de depressão e estresse estavam relacionados aos de ansiedade. Quanto ao estresse, as estratégias de enfrentamento, planejamento e desabafo estavam relacionadas a maiores escores, e a negação, a escores menores. O estresse era maior quando qualquer uma das estratégias de enfrentamento, adaptativas ou não, eram utilizadas. E a negação estava associada a menores níveis de estresse, o que Salazar *et al.* (2021) relaciona com o conceito de não-envolvimento hedonístico, pois negando e evitando informações, se consegue manter o bem-estar momentâneo, diminuindo assim os níveis de estresse.

Quanto às mudanças na rotina dos professores, 50.4% dos participantes no estudo de Evanoff *et al.* (2020) relataram aumento na carga de trabalho com a pandemia. Na mesma linha, Jojoa *et al.* (2021) e Keener *et al.* (2021) encontraram que as mudanças de rotina do trabalho, e as dificuldades em separar as tarefas do trabalho das atividades domésticas eram conturbantes. Keener *et al.* (2021) encontrou que ter um espaço separado na casa para as atividades do trabalho, com os materiais necessários, tais como scanners, impressoras e uma boa conexão de internet estava relacionado a melhores níveis de resiliência e qualidade de vida no domínio ambiente.

Ainda quanto às influências do ambiente físico, Salazar *et al.* (2021) encontrou que aqueles professores que não dispunham de espaços abertos tais como varandas ou pátios ou cujas residências eram menores, tinham escores maiores de depressão, ansiedade e estresse. Tal correlação pode ser devida à incidência de luz solar e ventilação apropriada, assim como maior possibilidade de separação entre o tempo de lazer e de trabalho e mais espaço para privacidade, que um ambiente maior possibilita.

Discussão

Já antes da pandemia, os professores reportavam qualidade de vida empobrecida, a qual foi ainda mais prejudicada com as mudanças decorrentes da situação de crise (Lizana *et al.*, 2021). A crise sanitária atual acarreta alterações importantes às atividades da população, sendo notável: tempo prolongado de quarentena obrigatória, ensino e trabalho à distância e limitação do convívio social (Frank, 2020). Estas mudanças acarretaram no aumento de estresse ocupacional, diminuição da produtividade em pesquisa (39%), atrasos em submissão de manuscritos (29%) e diminuição de oportunidades acadêmicas (23%) dos professores (Matulevicius *et al.*, 2021).

Com base nos artigos analisados, foram selecionadas as categorias de análise isolamento e suporte, crianças e família, gênero, idade, finanças e estabilidade, saúde física e sono, comparação entre grupos e questões pedagógicas.

Isolamento e Suporte

Salazar *et al.* (2021) encontrou que quando o suporte social diminuía, os níveis de ansiedade, depressão e estresse aumentavam, mas que a maioria dos trabalhadores relatavam bom suporte social (EMAS – M=70.53, range: 12-84).

Muitos trabalhadores universitários, segundo Croll *et al.* (2020) estavam morando longe de suas famílias, pelo medo de levar o vírus para seus parentes, pois se tratava de amostra de uma faculdade de medicina, sendo assim, os professores comumente também tinham vínculos de trabalho clínico. O isolamento social devido ao *lockdown* se apresenta como fator de risco para a aparição de sintomas depressivos (Salazar *et al.*, 2021). Já aqueles que não se afastavam das famílias, relatavam como estressor o medo de levar a doença a seus familiares.

Dado interessante foi achado por Evanoff *et al.*, (2020): a percepção dos trabalhadores sobre o suporte dos supervisores quanto a questões familiares, que demonstra suporte da organização quanto a questões pessoais, reduzia estressores ligados à vida familiar/doméstica e segurança financeira, e diminuía os conflitos entre trabalho e família, melhorava o bem-estar e a satisfação com o trabalho. Tais dados indicam medidas a nível institucional que podem ser instituídas para melhora da saúde mental dos professores.

Crianças e Família

Antes da pandemia, 17% dos professores com crianças pensavam em demitir-se, comparado a 9% dos professores sem crianças. Desde a pandemia, 29% dos professores com crianças e 16% daqueles sem crianças ($p < .001$, sempre) pensaram em demitir-se. Demonstrando que desde antes da pandemia os professores com crianças tinham maior intenção de deixar seus trabalhos, e a partir da pandemia, houve um aumento significativo da intenção de deixar o trabalho nos dois grupos, sendo o aumento proporcionalmente o mesmo (Matulevicius *et al.*, 2021).

Um fator presente na maioria dos estudos foi a presença de crianças em casa como um estressor significativo (Jojoa *et al.*, 2021; Keener *et al.*, 2021; Matulevicius *et al.*, 2021). Foram apontados o estresse ligado à escolarização remota, aos cuidados com as crianças e estabelecimento de limites com elas em relação à rotina de trabalho. Apenas

Evanoff *et al.* (2020) encontrou que ter crianças em casa seria um fator de proteção para sintomas de ansiedade e depressão.

Estudo citado por Matulevicius *et al.* (2021), encontrou que trabalhadores com crianças aumentaram suas horas de trabalho de casa e cuidados com as crianças em 27 horas por semana. Este aumento da carga horária semanal pode explicar os resultados do maior número de professores na Pandemia que consideraram deixar seus empregos por causa de fatores estressores relacionados ao equilíbrio entre a vida pessoal e laboral e cuidados com as crianças (133 [14%] vs 225 [23%]; $P < .001$).

Independentemente da pandemia, os professores com crianças eram 3 vezes mais propensos a recusar oportunidades de liderança por causa de cuidados com as crianças ou problemas em relação ao equilíbrio entre a vida pessoal e o trabalho (Matulevicius *et al.*, 2021). Por fim, também foi mencionado o estresse relacionado ao cuidado com familiares mais velhos e o medo de infectá-los com o vírus (Evanoff *et al.*, 2020; Jojoa *et al.*, 2021).

Gênero

Outro tema que surgiu na maioria dos artigos foi como a pandemia, e as mudanças na rotina de trabalho, afetam os indivíduos de acordo com seu gênero, tanto em produtividade no trabalho, quanto em saúde mental. As mulheres tinham maiores níveis de ansiedade, exaustão relacionada ao trabalho e menos bem estar (Evanoff *et al.*, 2020).

Lizana *et al.* (2021) encontrou que antes da pandemia, os resultados nas áreas de qualidade de vida de acordo com a escala SF-36 eram mais similares (diferença no valor médio de ao redor de 2 pontos), enquanto que, apesar de ambos os gêneros terem escores menores no período pandêmico, a diferença entre os gêneros se alargou, sendo, em algumas categorias da escala, de até 5 pontos. “Nos homens, houve diferenças estatisticamente significativas nas dimensões de limitações de papel devido a problemas físicos, percepções gerais de saúde, funcionamento social e saúde mental ($p < 0,05$). No entanto, entre as mulheres, todas as dimensões apresentaram diferenças significativas (todas $p < 0,05$)” (Lizana *et al.*, 2021, p. 6 - tradução nossa).

Lizana *et al.* (2021) hipotetiza que uma das razões para o maior impacto na qualidade de vida das mulheres em comparação à dos homens seria a grande quantidade de responsabilidades domésticas assumidas por elas ou socialmente instituídas.

Cita também que estudo recente no Chile indica que as professoras tinham mais exaustão relacionada ao trabalho e menos engajamento do que os professores, independentemente de haver ou não crianças na casa. Cita também outro estudo, de antes da pandemia, que indica que mulheres em idade produtiva tinham maior probabilidade de sofrer estresse que os homens.

Estudo citado por Matulevicius *et al.* (2021) indica que mulheres com crianças pequenas tiveram uma diminuição de 4 a 5 vezes em suas horas de trabalho em seus vínculos, comparado a homens com crianças.

Diferenças em pagamento, promoção e distribuição de trabalho afetam especialmente as mulheres médicas, levando-as a reduzir suas horas de trabalho para meio período ou deixar a carreira, mesmo antes da pandemia. Mas desde a pandemia, as professoras mulheres da faculdade de medicina analisada no estudo de Matulevicius *et al.* (2021) eram quase duas vezes mais propensas a considerar deixar seus empregos, comparando-se a antes da pandemia (154 [28%] vs 94 [17%]; $P < .001$).

No estudo de Matulevicius *et al.* (2021), não houve diferença significativa entre homens com e sem filhos, antes ou depois da pandemia, em relação à intenção de deixar o trabalho (antes: 24 [12%] vs 10 [6%], $P = .03$; desde a pandemia: 34 [17%] vs 21 [12%], $P = .21$) ou em considerar ou já ter reduzido as horas de trabalho para meio período (antes: 15 [8%] vs 29 [16%], $P = .009$; desde a pandemia: 29 [15%] vs 20 [11%], $P = .33$). No entanto, homens com filhos eram mais propensos a negar oportunidades de liderança por causa de conflitos entre a vida doméstica e o trabalho, tanto antes quanto durante a pandemia (antes: 41 [21%] vs 7 [4%], $P < .001$; desde a pandemia: 43 [22%] vs 9 [5%], $P < .001$).

Quanto à produtividade acadêmica, pesquisadores com crianças de 5 anos ou menos tiveram menos produtividade desde o início da pandemia, sendo as mulheres com crianças duplamente afetadas, o que contrapõe a tendência de aumento da representação acadêmica feminina e equidade de gênero que se vinha tendo (Matulevicius *et al.*, 2021).

Idade

Professores com menos de 45 anos tiveram diminuição significativa ($p < .05$), ao se comparar antes e durante a pandemia, em todas as variáveis de qualidade de vida da SF-36 QoL Scale, exceto limitações de função devido a problemas emocionais ($p = .19$). Já os professores com 45 anos ou mais tiveram diminuição significativa em metade das categorias analisadas (limitações de função devido a problemas físicos, vitalidade, limitações de função devido a problemas emocionais, dimensões da saúde mental e sumário do componente mental - $p < 0.05$) (Lizana *et al.*, 2021).

Salazar *et al.* (2021) encontrou relação entre a idade dos trabalhadores e a preocupação em perder o emprego, sendo os trabalhadores mais novos mais propensos a temer a perda da função (idade médias daqueles que temiam perder o emprego: 45 anos x idade médias daqueles que não temiam perder o emprego: 52 anos; $p < .001$). Esta relação foi associada ao fato de que a idade média dos trabalhadores com contratos temporários era de 30 a 40 anos, enquanto aqueles com contratos permanentes tinham idade média de acima de 49 anos ($p < .001$).

Finanças e Estabilidade

A estabilidade financeira foi outro tema bastante discutido nos artigos analisados, apresentando-se como fator causador de estresse (Evanoff *et al.*, 2020; Keener *et al.*, 2021), e sendo apontado que uma renda menor do que 70.000 USD anual era associado a maiores níveis de estresse, ansiedade e depressão (Evanoff *et al.*, 2020). Mesmo assim, em Keener *et al.* (2021), a qualidade de vida no domínio ambiental, com itens como condições de vida aceitáveis e transporte adequado, era ajudada pela estabilidade financeira.

Saúde Física e Sono

Quanto à saúde física, no estudo de Salazar *et al.* (2021), 80.5% da amostra disse ter o mesmo status de saúde de antes da pandemia. Quanto aos problemas de saúde relatados, a dor crônica chama atenção, sendo que 41% dos sujeitos do estudo disseram

ter havido piora durante o *lockdown*. Além disso, pior percepção de doença e histórico de doença crônica estavam relacionados a maiores níveis de depressão.

Uma preocupação constante nos artigos foi também, claro, o medo da infecção pelo vírus, pessoal ou de familiares (Evanoff *et al.*, 2020).

Ter problemas para dormir à noite estavam relacionados a maiores níveis de depressão e os níveis de depressão diminuía em pessoas que dormiam 9 horas ou mais por noite. Também, 88.2% da amostra dormia entre 6 e 8 horas, 48.9% tinha problemas ao dormir e 42.8% tinha problemas para dormir e 23.8% tinha sonhos relacionados ao *lockdown* (Salazar *et al.*, 2021).

Mudanças no padrão de sono acarretam em fadiga, sonolência e exaustão e podem aumentar o risco de *burnout* (Miguel *et al.*, 2021). No estudo de Miguel *et al.* (2021), a variável sono impactou os níveis relatados de *burnout* pessoal (12.69 pontos mais altos naqueles com mudanças no padrão de sono) e *burnout* relacionado a atividades de estudante (10.81 pontos mais altos em professores com mudanças no padrão de sono).

Por outro lado, experiências como eventos estressores, ligados também a maiores níveis de depressão, podem afetar a qualidade e os padrões do sono, assim como o conteúdo dos sonhos. Assim, quanto à relação entre estresse, ansiedade, depressão e os padrões de sono, apesar de sabidamente existente, não se pode definir a causalidade de um em relação ao outro, sendo mais possível que haja um mecanismo de *feedback* em alça fechada entre o sono e a saúde mental, o que significa uma retroalimentação entre ambos (Salazar *et al.*, 2021).

Comparação entre Grupos

O estudo de Odriozola-González *et al.* (2020) comparou professores de diferentes áreas de estudo e encontrou que aqueles da área de Humanas e Artes tiveram níveis mais altos de ansiedade, depressão e estresse, assim como de preocupação com a situação social, comparados com aqueles de Saúde e Ciências, enquanto que os níveis de ansiedade destes eram maiores comparados aos profissionais da área de Engenharia e Arquitetura. Ainda, os professores tinham níveis de depressão significativamente menores do que dos estudantes, mas tinham níveis mais altos de preocupação.

Além disso, professores das faculdades de medicina e enfermagem com vínculos clínicos eram tinham em primeira mão a experiência do sofrimento causado pelo vírus, sendo fator contribuinte para a piora do estado mental destes profissionais. Apesar de nenhum artigo ter tido como população professores da área de psicologia, poderíamos inferir que estes teriam também maior propensão a déficits em sua saúde mental devido à recepção de demandas relacionadas à pandemia, em qualquer das possíveis áreas de atuação do psicólogo.

Questões Pedagógicas

Quanto aos desafios da passagem à pedagogia à distância, no estudo de Jojoa *et al.* (2021), 50% dos professores afirmaram preferir o modelo presencial, mas que o modelo à distância é possível. Além disso, 37% deles disseram que o modelo a distância teve um impacto negativo em sua experiência profissional, enquanto que 23% disseram que o impacto da passagem a esse modelo foi positivo, já 35% disse não ter havido impacto algum. Lizana *et al.* (2021) mencionou o termo “*techno stress*” para descrever os efeitos negativos no comportamento das pessoas causados pela tecnologia.

Miguel *et al.* (2021) cita a falta de habilidades técnicas, de suporte institucional e de motivação, além de laços fracos entre professores e estudantes como empecilhos à adaptação ao novo modelo de ensino. Dos participantes do estudo, 19.6% concordavam com a decisão de fechamento dos estabelecimentos de educação superior, 33.3% eram neutros e 47.1% discordavam. Vale mencionar que o questionário ficou disponível entre o final de junho e o final de julho de 2020, e que as atividades de ensino foram suspensas em Portugal (local do estudo) em 16 de Março de 2020.

Estes que disseram não concordar com o ensino à distância argumentavam a impossibilidade de prever o tempo de erradicação do vírus, o que levaria ao imperativo de enfrentar a situação e não estabelecer medidas de proteção temporárias. Assim, eram da opinião de que o melhor seria a volta das aulas presenciais com medidas de segurança ou o modelo híbrido, com aulas teóricas a distância e aulas práticas presenciais. Independentemente de concordarem ou não com o fechamento das instituições de ensino, a maioria dos participantes considerava a educação a distância como inviável a longo prazo, devendo ser utilizada apenas como medida temporária ou recurso complementar.

Outros desafios da educação a distância mencionados foram a falta de socialização, especialmente entre os professores e alunos e a consequente desumanização do ensino. Além disso, os professores relataram medo de aumento de risco de doença mental relacionada a esta situação, e que pela preocupação com a saúde mental dos estudantes, evitaram sobrecarregar os estudantes com atividades, para não causar *burnout* e para preservar seu bem estar mental. Relataram também dificuldades em balancear esta preocupação com a promoção de um aprendizado efetivo.

Já em relação à dinâmica da aula, os obstáculos mencionados foram a dificuldade de motivar os estudantes a participar, as câmeras desligadas e a impossibilidade de aulas práticas. Outra questão é quanto às formas de avaliação, já que a possibilidade de ocorrerem trapaças durante as provas tradicionais realizadas à distância é uma preocupação para a efetividade da avaliação.

Quanto às vantagens do modelo à distância, enquanto alguns profissionais responderam que a única vantagem do modelo é que possibilita a continuidade das aulas durante o *lockdown*, já outros referem a flexibilidade (maior facilidade ao chamar convidados, flexibilidade de horários, conforto, a ausência de deslocamento, possibilidade de ficar em casa para alunos e professores de outras cidades) e oportunidade de inovação pedagógica (mais diversidade de materiais de estudo, possibilidade de gravar as aulas, mais autonomia e responsabilidade dos estudantes), e, claro, foi também mencionado como vantajoso como medida de contenção para controle da pandemia.

Quanto a possíveis soluções pedagógicas, surpreendentemente, muitos dos participantes do estudo disseram não ser necessária uma adaptação pedagógica ao novo modelo, devido ao retorno a curto prazo ao modelo presencial. Já outros disseram que o modelo híbrido deveria ser mais explorado e desenvolvido, já que as experiências práticas são insubstituíveis. Ainda, referiram o uso de pedagogias ativas, utilização de materiais como vídeos e manter as câmeras ligadas durante a aula.

Essa adaptação pedagógica requer do professor bastante trabalho extra, para planejamento das aulas, estudo dos materiais, suporte extra aos estudantes e aprendizado de habilidades de tecnologia (Miguel *et al.*, 2021; Melo *et al.*, 2020). Para isso, é imprescindível o suporte institucional, mencionado como fator que auxilia no alcance de maior equilíbrio entre vida pessoal e de trabalho (Evanoff *et al.*, 2020).

Conclusão

Através dessa revisão, pode-se perceber que em momentos de crise sanitária como a pandemia por Covid-19, as dificuldades enfrentadas pelos professores têm grande risco de serem exacerbadas. Entender como a saúde mental dos professores foi afetada pela pandemia é fundamental para o planejamento de intervenções direcionadas a essa população. Grande parte dos participantes das pesquisas analisadas apresentaram níveis altos de depressão, ansiedade e estresse, e relataram aumento da sua carga de trabalho durante a pandemia.

As populações mais sujeitas à incidência de depressão, ansiedade e estresse foram mulheres, profissionais mais jovens e indivíduos com crianças em casa. Além disso, foi encontrado que o suporte familiar e no ambiente de trabalho são fatores de proteção contra a incidência dos transtornos supra (Salazar *et al.*, 2021). A compreensão das instituições de ensino quanto aos efeitos do conflito entre vida pessoal e trabalho durante a pandemia sobre a produtividade acadêmica foi fundamental para que este grupo mais afetado pelas mudanças de rotina impostas pela situação pudesse continuar a exercer o trabalho acadêmico, fazendo com que a ciência não perdesse esses profissionais, e que a tendência de inserção feminina na academia continuasse, além de promover o bem-estar desta população (Matulevicius *et al.*, 2021; Croll *et al.*, 2020). A resiliência também foi apontada como fator de proteção contra o *burnout*, sugerindo que a implementação de programas que promovam treinamento em resiliência nos educadores pode ser uma medida de promoção de saúde mental a nível organizacional (Miguel *et al.*, 2021).

Os professores, portanto, tiveram de adaptar-se a um novo modelo pedagógico, o que requer aprendizado de novas habilidades e flexibilidade; lidar com o aumento das demandas dos alunos, que estavam também se adaptando ao novo modelo e necessitavam de orientações dos professores, além de lidar com as demandas da casa, o medo e insegurança causado pelo estado de alerta e a situação estressante de isolamento social. Tudo isso contribui significativamente para uma tendência geral de piora nos indicadores de saúde mental desta população.

Apesar dos efeitos da pandemia nos indicadores de saúde mental serem gerais (Xiang *et al.*, 2020; Ni *et al.* 2020; Reynolds *et al.*, 2008), os professores já tinham uma

carga de trabalho exacerbada desde antes, estando mais sujeitos a *burnout* e problemas de saúde mental (Pereiral *et al.*, 2020; Diehl & Marin, 2016). Mesmo assim, tiveram um aumento de demanda e necessidade de adaptação significativa, pois além das demandas pessoais e emocionais gerais, precisaram rever seu modo de trabalho.

Importante ressaltar que a maioria dos estudos analisados foi realizada com professores universitários, que sabidamente tinham menos problemas de saúde mental antes da pandemia quando comparados a professores do fundamental e médio, e que possuem mais facilidade de adaptação ao modelo remoto (Diehl & Marin, 2016). Por sua vez, a escassez de estudos que analisem a saúde mental de professores escolares é notável e preocupante, já que, dentro a categoria, este recorte seria o mais afetado por problemas de saúde mental antes da pandemia, e principalmente depois dela. Os educadores infantis são usualmente aqueles com menor formação e maior sensação de impossibilidade de progressão de carreira, enquanto são também o grupo menos expressivo dentre as pesquisas com a classe (Weber *et al.*; 2015).

A passagem ao modelo remoto para adolescentes e jovens já é desafiadora, mas a passagem a esse modelo para crianças, que necessitam de mais orientação e auxílio, é ainda mais desafiadora, até porque, para isto, é imprescindível o auxílio dos pais, o que gera maior demanda para os professores, que precisam sensibilizá-los a assumir a tarefa ao mesmo tempo em que estão conscientes das dificuldades que estes mesmos estão enfrentando (Oliveira *et al.*, 2020; Melo *et al.*, 2020).

Assim, torna-se fundamental realizar pesquisas direcionadas à saúde mental dos professores escolares, de forma a entender a situação em que se encontram durante a pandemia e fomentar medidas para amenizar as dificuldades laborais e psicológicas trazidas pela pandemia.

Referências

- Chan, Jasper Fuk-Woo *et al.* (2020). A familial cluster of pneumonia associated with the 2019 novel coronavirus indicating person-to-person transmission: a study of a family cluster. *The Lancet*, v. 395, n. 10223, p. 514-523.
- Croll, Leah, Kurzweil, Arielle, Hasanaj, Lisena, *et al.* (2020). The psychosocial implications of COVID-19 for a neurology program in a pandemic epicenter. *Journal of the neurological sciences*, vol. 416, p. 117034.

Diehl, Liciane; Marin, Angela Helena (2016). Adoecimento Mental Em Professores Brasileiros: Revisão Sistemática Da Literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*. Londrina, v. 7, n. 2, p. 64-85.

Evanoff, Bradley A., Strickland, Jaime R., Dale, Ann Marie, *et al.* (2020). Work-related and personal factors associated with mental well-being during the COVID-19 response: survey of health care and other workers. *Journal of medical Internet research*, vol. 22, no 8, p. e21366.

Faustino, Lorena Silva E Silva; Silva, Tulio Faustino Rodrigues Silva (2020). Educadores Frente À Pandemia: Dilemas E Intervenções Alternativas Para Coordenadores E Docentes. *Boletim De Conjuntura (BOCA)* ano II, vol. 3, n. 7, Boa Vista.

Frank, Allegra; Grady, Constance (2020). Phone booths, parades, and 10-minute test kits: How countries worldwide are fighting Covid-19. online document, <https://www.vox.com/science-andhealth/2020/3/22/21189889/coronavirus-covid-19-pandemic-responsesouth-korea-philippines-italy-nicaragua-senegal-hong-kong> (accessed 28.03.2021).

Jojoa, Mario, Lazaro, Esther, Garcia-Zapirain, Begonya, *et al.* (2021). The Impact of COVID 19 on University Staff and Students from Iberoamerica: Online Learning and Teaching Experience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 18, no 11, p. 5820.

Keener, Tina Antill, Hall, Katherine, Wang, Kesheng, *et al.* (2021). Relationship of quality of life, resilience, and associated factors among nursing faculty during COVID-19. *Nurse Educator*, vol. 46, no 1, p. 17-22. doi: 10.1097/NNE.0000000000000926

Lizana, Pablo A., Vega-Fernandez, Gustavo, Gomez-Bruton, Alejandro, *et al.* (2021). Impact of the COVID-19 Pandemic on Teacher Quality of Life: A Longitudinal Study from before and during the Health Crisis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 18, no 7, p. 3764.

Ma, Lin-Lu *et al.* (2020). Methodological quality (risk of bias) assessment tools for primary and secondary medical studies: what are they and which is better?. *Military Medical Research*, v. 7, n. 1, p. 1-11.

Matulevicius, Susan A., Kho, Kimberly A., Reisch, Joan, *et al.* (2021). Academic Medicine Faculty Perceptions of Work-Life Balance Before and Since the COVID-19 Pandemic. *JAMA network open*, vol. 4, no 6, p. e2113539-e2113539.

Melo, Maria Taís De; Dias, Simone Regina; Volpato, Arceloni (2020). Impacto Dos Fatores Relacionados à Pandemia de COVID-19 Na Qualidade De Vida Dos Professores Atuantes em SC. Florianópolis, SC: *Contexto Digital*.

Miguel, Carla, Castro, Luísa, Marques Dos Santos, José Paulo, *et al.* (2021). Impact of covid-19 on medicine lecturers' mental health and emergency remote teaching

challenges. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 18, no 13, p. 6792.

National Heart, Lung, And Blood Institute *et al.* (2014). Quality assessment tool for observational cohort and cross-sectional studies. *Bethesda: National Institutes of Health, Department of Health and Human Services*, p. 103-11.

Ni, Michael Y. *et al.* (2020). Mental health, risk factors, and social media use during the COVID-19 epidemic and cordon sanitaire among the community and health professionals in Wuhan, China: cross-sectional survey. *JMIR mental health*, v. 7, n. 5, p. e19009.

Odrizola-González, Paula, Planchuelo-Gómez, Álvaro, Irurtia, María Jesús, *et al.* (2020). Psychological effects of the COVID-19 outbreak and lockdown among students and workers of a Spanish university. *Psychiatry research*, vol. 290, p. 113108.

Oliveira, Thamilles Thayanne Frota de, *et al.* (2020). *Desafios Na Gestão Do Cotidiano Escolar Da Educação Infantil Pública E Privada Em Tempos De Pandemia. Anais VII CONEDU - Edição Online*. Campina Grande: Realize Editora.

Pan, An *et al.* (2020). Association of public health interventions with the epidemiology of the COVID-19 outbreak in Wuhan, China. *Jama*, v. 323, n. 19, p. 1915-1923.

Pereiral, H.; Santos, F.; Manenti, M. (2020). Saúde Mental De Docentes Em Tempos De Pandemia: Os Impactos Das Atividades Remotas. *BOLETIM DE CONJUNTURA (BOCA)* ano II, vol. 3, n. 9, Boa Vista.

Reynolds, Diane L. *et al.* (2008). Understanding, compliance and psychological impact of the SARS quarantine experience. *Epidemiology & Infection*, v. 136, n. 7, p. 997-1007.

Sadir, M. A., Bignotto, M. M., & Lipp, M. E. N. (2010). Stress e qualidade de vida. *Paideia*, Vol. 20, No. 45, 73-81.

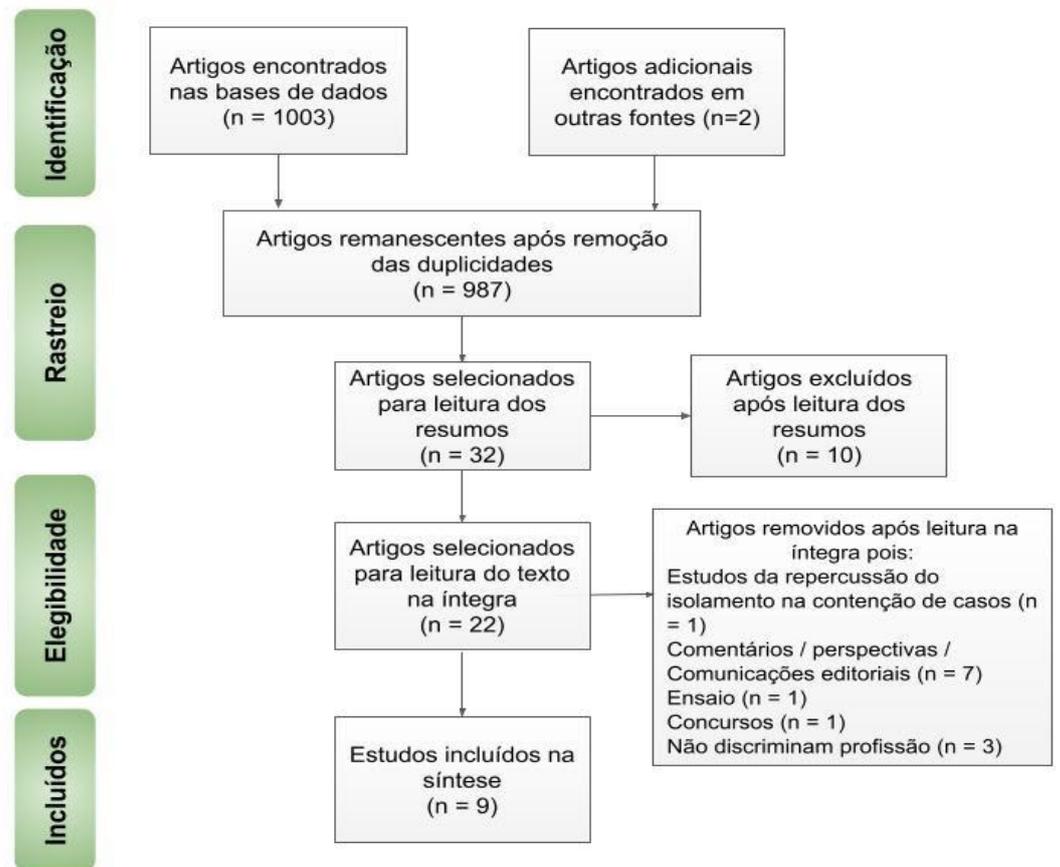
Salazar, Alejandro, Palomo-Osuna, Jenifer, De Sola, Helena, *et al.* (2021). Psychological Impact of the Lockdown Due to the COVID-19 Pandemic in University Workers: Factors Related to Stress, Anxiety, and Depression. *International journal of environmental research and public health*, vol. 18, no 8, p. 4367.

Santos, Marcia Pires dos (2020). Os Desafios Da Educação Infantil No Contexto Da Pandemia COVID -19. *Anais Integra EaD – edição online*. Campo Grande.

Weber, L. N. D.; Leite, C. R.; Stasiak, G. R.; Santos, C. A. Da S.; Forteski, R. (2015). O Estresse No Trabalho Do Professor. *Imagens da Educação*, v. 5, n. 3, p. 40-52.

Xiang, Yu-Tao *et al.* (2020). Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*, v. 7, n. 3, p. 228-229.

Figura 1.



Fonte : Moher, D.; Liberati, A. A., Tetzlaff, J., & Altman, DG (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. **BMJ**, v. 339, p. b2535.

Figura 1. Metodologia

Tabela 1.*Estudos Incluídos*

Estudo	País	N	Desenho do Estudo	População	Modo de Avaliação	Qualidade do Estudo
Croll, L <i>et al.</i> , 2020	Estados Unidos	91	Transversal	Professores e Trabalhadores Administrativos	<i>Survey</i>	Bom
Evanoff, B <i>et al.</i> , 2020	Estados Unidos	870	Transversal	Professores e Trabalhadores Administrativos, Estudantes de Doutorado	<i>Survey</i> , DASS-21, PFI, FSSB-SF?	Bom
Jojoa, M <i>et al.</i> , 2021	Espanha, Colombia, Chile, Nicaragua	554	Longitudinal	Professores e Trabalhadores Administrativos, Estudantes	<i>Survey</i>	Bom
Keener, T <i>et al.</i> , 2020	Estados Unidos	52	Transversal	Professores de Enfermagem	<i>Survey</i> , WHOQOL-BREF, CD-RISC-10	Bom
Lizana, P <i>et al.</i> , 2021	Chile	63	Longitudinal	Professores escolares	SF-36, <i>Survey</i>	Bom
Matulevicius, S <i>et al.</i> , 2021	Estados Unidos	1186	Transversal	Professores de Medicina	<i>Survey</i>	Bom
Miguel, C <i>et al.</i> , 2021	Portugal	51	Transversal	Professores de Medicina	<i>Survey</i> , CBI, Escala de Resiliência, DASS, SWLS, Questionário Sociodemográfico	Bom
Odrizola-González, P <i>et al.</i> , 2020	Espanha	2530	Transversal	Professores e Equipe Acadêmica	<i>Survey</i> , DASS, IES	Bom
Salazar, A <i>et al.</i> , 2021	Espanha	423	Transversal	Equipe Administrativa, Professores Universitários, Pesquisadores	<i>Survey</i> , DASS-21, BIPQ, EMAS, Brief COPE-28	Bom

