

Análisis de la ansiedad y la depresión en docentes universitarios en el período de docencia a distancia por el COVID-19

Análise da ansiedade e da depressão em professores universitários no período de ensino à distância pela COVID-19

Gilmar Antoniassi Junior

Eva Mendes Monteiro

Luciana de Araújo Mendes Silva

RESUMEN

Objetivo: investigar el estado de salud mental relacionado con la ansiedad y la depresión en profesores de educación superior de diferentes regiones de Brasil como resultado de la práctica docente en el período de distanciamiento social debido a la COVID-19. **Materiales y Métodos:** se trata de un estudio cuali-cuantitativo que utilizó el método de encuesta, que fue realizado con profesores universitarios de diferentes regiones de Brasil; lo que resultó en la participación de 81 docentes de educación superior. Los docentes respondieron un cuestionario sobre la práctica docente y el estado de salud mental durante el período de distanciamiento social. **Resultados:** La mayoría de los participantes eran de la región Sudeste, mujeres, con mayor grado de maestría. La mayoría (51,9%) de los docentes participantes del estudio varió entre la posibilidad y probable indicación de ansiedad y una parte (49,3%) varió entre la posibilidad y probable indicación de depresión; El 64,2% de los profesores imparten entre 2 y 5 asignaturas y el 77,7% se dedican entre 2 y 6 clases; y la mayoría utilizó WhatsApp como medio de comunicación con sus alumnos durante el periodo de clases en distancia social. **Conclusión:** Este aislamiento, al que podemos observar una delgada línea entre estar sin contacto personal y al mismo tiempo ver vulnerada su intimidad y privacidad por el acoso a los estudiantes en conversaciones de Whatsapp y perfiles personales. De hecho, la pandemia de COVID-19 ha cogido desprevenido al mundo entero. Los profesionales de la educación se vieron afectados de diferentes maneras, principalmente su condición de salud mental. El estudio llama la atención sobre la sobrecarga de los estudiantes en las modalidades a distancia como desencadenante de la ansiedad y la falta de recreación y aislamiento para la depresión. El estudio apunta para la necesidad de que las instituciones educativas desarrollen acciones que brinden atención a la salud mental de los docentes, buscando ofrecer apoyo psicoterapéutico, y sugiere la posibilidad de investigar las formas en que las instituciones de educación superior se han organizado para promover el cuidado con la salud mental de tus maestros post pandemia.

Palabras clave: Ansiedad, Depresión, enseñando, COVID-19, Distanciamiento social.

1 INTRODUCCIÓN

Diciembre de 2019 el mundo se enfrenta al surgimiento de una enfermedad altamente contagiosa, llamada coronavirus (COVID-19), sin embargo lo que inicialmente sería una epidemia rápidamente se convierte en una pandemia de proporciones gigantescas e incalculables. Siendo uno de los mayores desafíos del siglo XXI y cambiando rápidamente la historia, propagándose de manera vertiginosa; equilibrar los

principales impactos económicos, sociales y psicológicos en todas las esferas del planeta Tierra. Afectando directamente a los sistemas de salud de todo el mundo, que se encontraban en caos y el conocimiento sobre la enfermedad hasta ese momento se limitaba a los profesionales que trataban directamente los síntomas y complicaciones del covid-19 (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2022).

COVID-19 es una enfermedad infecciosa causada por el síndrome respiratorio agudo severo coronavirus 2 (SARS-CoV-2). Detectada inicialmente el 31 de diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, China, oficialmente descrita y reportada a las autoridades sanitarias como: “neumonía causada por agentes desconocidos”. El 7 de enero de 2020, menos de un mes después, Zhu et al. anuncia la secuenciación del genoma viral; cinco días después, el 12 de enero, China comparte con la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el mundo la secuencia genética, a través de la base de datos internacional Global Initiative on Sharing All Influenza Data (GISAID), dejando a los líderes en estado de alerta y llamando la atención de los medios. a los hechos Hasta ahora, la población en general desconocía el impacto que causaría el virus (BRITO et al., 2020).

El contagio inicial ocurrió en el continente asiático, con los primeros casos reportados el 13, 15 y 20 de enero en Tailandia, Japón y Corea del Sur, respectivamente. Los Estados Unidos de América (EE.UU.) registraron los primeros casos el 23 de enero de 2020. En Brasil, los primeros casos se registraron en la ciudad de São Paulo (Estado de São Paulo, Brasil), el 26 de enero de 2020 Aún sin entender el dinamismo de propagación y contagio, el gobierno brasileño se mantuvo guiado por una política negacionista, el país optó por no sostener las celebraciones del Carnaval, fiesta popular y típica del país, que recibe miles de turistas de todo el mundo, siendo una de los incitadores del contagio inicial de la población brasileña, que en un principio se mostró abrumador (BRITO et al., 2020; OPAS, 2022).

Sin embargo, es importante señalar que el coronavirus (CoV) fue aislado inicialmente en 1937, dándose a conocer en 2002 y 2003, cuando apareció el SARS (Síndrome Respiratorio Agudo Severo), siendo responsable en su momento de varios casos de infecciones graves en el sistema respiratorio. , con la presencia de fiebre y puede conducir a insuficiencia respiratoria. A pesar de la gran cantidad de casos, solo Canadá, Estados Unidos y China reportaron la existencia de contagio, siendo controlada la propagación, evitando la propagación a nivel mundial (BRITO et al., 2020).

La nueva cepa denominada (SARS-CoV-2), que promueve el COVID-19, es responsable de la rápida propagación del virus, sin embargo, los estudios apuntan a que el SARS-CoV-2 es una variante menos letal que otras cepas, como la SARS-COV y el virus que causa el Síndrome Respiratorio del Medio Oriente (MERS-CoV), del cual tenemos reportes de su aparición en 2012 en Arabia Saudita, siendo virus más letales, sin embargo con menor potencial de diseminación que el SARS-CoV-2 , incluso con origen en un ancestro común (MICHELON, 2021).

Ante las repercusiones y la gravedad generada por la pandemia del coronavirus, surgió la necesidad de implementar nuevas medidas de precaución, para tratar de inhibir la propagación y propagación de la nueva cepa, que ya estaba causando estragos e incertidumbre. Luego viene el inicio del confinamiento de la población en países como Estados Unidos, Italia y China, adhiriéndose algunos al confinamiento total de la población, pudiendo salir únicamente para abastecerse de víveres y/o para acudir a atención hospitalaria. Provocando un desfaldo en los mercados, que recibieron mayor volumen de evasión que de oferta, efecto generado por el concepto de acopio de alimentos y productos básicos en el hogar, combinado con la disminución de la producción (PALÚ; SCHÜTZ; MAYER, 2020).

En Brasil, el confinamiento no se cumplió en su totalidad, lo que vimos fue una práctica de distanciamiento social que afectó el funcionamiento de las cosas, aun así, se adoptaron medidas de seguridad como: uso obligatorio de mascarilla, protocolo de higiene de manos, uso de alcohol para antisepsia y asepsia, distanciamiento de contacto, retiro del trabajo para empleados con síntomas gripales, realizándose pruebas a todos los pacientes con quejas y síntomas. Pese a todas las medidas, hasta el 15 de febrero de 2022 se registraban en todo el mundo 415 millones de casos confirmados y casi seis millones de muertes. En Brasil, en la misma fecha, se registró un total de 27,6 millones de casos confirmados y 639 mil muertes, siendo el tercer país con mayor incidencia, solo detrás de Estados Unidos con más de 77 millones de casos y 922 mil muertes confirmadas e India. con más de 42 millones de casos y 509.000 muertes confirmadas (AQUINO et al., 2020).

Teniendo en cuenta la dimensión continental brasileña, la falta de pruebas, la necesidad de infraestructura de laboratorio adecuada y mano de obra calificada, que muchas veces no está disponible; con la dificultad de la logística de distribución territorial, gran parte de la población no fue testeada y en consecuencia no está incluida en las

estadísticas, siendo el subregistro un problema importante en el país. La Universidad Federal de Minas Gerais (UFMG), publicó una Nota Técnica, en abril y mayo de 2020, de los 30 países con mayor número de contagios, Brasil aparece en el octavo lugar; sin embargo, con una capacidad de testeo muy inferior a la de otros países, aparece en el puesto vigésimo séptimo de aplicación de test por millón de habitantes; reforzando así la necesidad de promover el distanciamiento social para contener los posibles daños causados por el covid-19.(RIBEIRO; BERNARDES, 2020).

En el ámbito de la educación, la Ordenanza nº. 343, de 17 de marzo de 2020, que sustituye las clases presenciales por clases a distancia mientras la situación del COVID-19 sea grave. El impacto del miedo, sumado a todo el misterio y la gravedad de la situación relacionada con el COVID-19 fueron cruciales para la toma de decisiones. Sin embargo, a pesar de ser una acción necesaria, esta medida llevó al sistema educativo en todos los niveles educativos a buscar mecanismos para promover la docencia y no detener sus actividades, poniendo de manifiesto las dificultades de adaptación al modelo de enseñanza en línea.

Era necesario crear plataformas fáciles y de gran alcance, gran parte de la población no tenía acceso a internet y los dispositivos electrónicos como celulares y computadoras no forman parte de la vida cotidiana de la gran masa brasileña. Siendo palpable la perturbación y el caos que genera a los profesores, con énfasis a los profesores de universidades, quienes rápidamente necesitan reaprender una forma de transmitir conocimientos y formar buenos profesionales; reinventándose en la soledad del encierro. La incertidumbre del mañana, la presión constante por desarrollar métodos efectivos en un compendio de tiempo, entre otros factores sumatorios, proveyó a los profesionales de la educación de un rango de ansiedad y depresión (ANTONIASSI JUNIOR; MOREIRA; SILVA, 2022; SOARES; SILVA, 2020) .

Con este conocimiento en mente, este artículo se justifica por la necesidad de investigar los impactos psíquicos somáticos causados en los profesores universitarios por la implementación del sistema remoto durante la pandemia de COVID-19, sin duda reforzando la necesidad de considerar los impactos sufridos por estos profesionales enfatizando la necesidad de discutir tales impactos sobre la posibilidad de pensar en la creación de redes y sistemas que apoyen a estos profesionales.

Ante esto, la presente investigación tiene como objetivo investigar el estado de salud mental relacionado con la ansiedad y la depresión en profesores de educación

superior de diferentes regiones de Brasil como resultado de la práctica docente en el período de distanciamiento social debido a la COVID-19.

2 MATERIALES Y MÉTODOS

Se trata de una investigación cuali-cuantitativa que utilizó el método de la encuesta para producir la descripción y reflexión sobre las investigaciones identificadas sobre el estado de salud y la práctica docente en la enseñanza a distancia debido al aislamiento social durante la epidemia de Covid -19.

El estudio se realizó con profesores universitarios de diferentes regiones de Brasil; tener la muestra constituida a través del método no probabilístico de manera intencional y por conveniencia, utilizando la técnica de la bola de nieve permitiendo que la muestra crezca en un ritmo lineal (HANDCOCK; GILE, 2011; VINUTO, 2014); teniendo en cuenta a los profesores en grupos en redes sociales como instagram, facebook, twitter, whatsapp, messenger, linkedin, pinterest y facilitando los correos electrónicos de los profesores a través del contacto realizado con los coordinadores de cursos disponibles en las páginas de la universidad.

La encuesta por muestreo se realizó en un período específico de 60 (sesenta) días, donde los investigadores enviaron las invitaciones con el enlace disponible para acceder al instrumento de investigación para que el participante pudiera responder. Habiendo definido como criterios de inclusión los participantes ser profesores, estar ejerciendo activamente la educación superior y estar experimentando el modelo de enseñanza a distancia, ser mayores de 21 años y de ambos sexos; y como criterio de exclusión aquellos que quizás no completaron las respuestas del cuestionario.

Esta investigación cumple con los principios éticos según las Resoluciones CNS Nº. 466/2012 y núm. 510/2016 para la investigación con seres humanos. Por lo tanto, fue sometido a análisis ético a través del CAEE número 48452021.1.0000.8078 con dictamen de aprobación no. 4.824.088.

Por tratarse de una investigación que utilizó el método de encuesta, la recolección de datos se realizó a través de la plataforma de Google a través de un enlace disponible. El cuestionario fue elaborado a partir del estudio de: Botega, García, Pereira y Zomignani (1995); Brabo y Gomes (2013); Chereneta et al. (2011); Martins y Ferreira (2011); Portal Salud y Movimiento (2020); Zigmond y Snaith (1983) titulada Investigación Salud Mental de Docentes en Tiempo de Aislamiento Social, consta de 44 preguntas, divididas en 7

(siete) apartados que correspondían a la estructura de la investigación: perfil del participante, relación con la educación superior, sobre docencia a distancia, salud condición, representación de los sentidos y clausura. En este artículo se optó por datos específicamente sobre el estado de salud con respecto a las preguntas entre la 21 y la 34 de la investigación de valoración del nivel de ansiedad y depresión.

Primero, los investigadores buscaron en las redes sociales de grupos de profesores universitarios, luego también hicieron lo mismo en los sitios web de las instituciones de educación superior con el fin de obtener contacto con los potenciales divulgadores de la investigación. Con estos registros en mano, los investigadores hicieron el primer contacto presentando la propuesta y solicitando la posibilidad de que aquellos miembros del grupo (en este caso) pudieran venir a contestar la encuesta; para los contactos por correo electrónico, se solicitaba al invitado que enviara una lista de correo electrónico de los profesores o que reenviara la invitación a sus contactos. Luego, el participante aceptó contestar la encuesta, inició los pasos de contestación del cuestionario de acuerdo a las sesiones definidas, en el primer momento se leyó el formulario de consentimiento libre e informado y, estando de acuerdo, se siguió con los apartados posteriores hasta quedar terminó

Para el análisis de los datos se utilizaron hojas de cálculo electrónicas del programa Microsoft Excel para Windows, sin tener en cuenta los datos tabulados extraídos de la plataforma Google Forms. En cuanto a las medidas de los resultados en relación a la evaluación del nivel de ansiedad y depresión, se siguió la sintaxis presentada por Botega, Zomignani, García y Pereira (1995), Zigmond y Snaith (1983); que para las preguntas (1,3,5,7,9,11,13) se refiere a datos de ansiedad y las preguntas (2,4,6,8,10,12 y 14) a datos de depresión. Se suma el puntaje de cada pregunta y se identifica el total en los parámetros definidos para el puntaje de 0 a 7 puntos: improbable (depresión o ansiedad), para el puntaje de 8 a 11 puntos: posible - (dudoso o dudoso - ansiedad y depresión) y para una puntuación de 12 a 21 puntos: probable (ansiedad y depresión).

Para realizar el análisis estadístico se utilizó el software estadístico SPSS versión 27 y se aplicó la prueba chi-cuadrado de Pearson: Sig. ≤ 0.05 --> las variables dependen unas de otras (aquí tiene sentido analizar la Intensidad de los metros de dependencia) Sig. >0.05 --> las variables son independientes.

3 ANÁLISIS DE RESULTADOS Y DISCUSIÓN

120 cuestionarios fueron recibidos y respondidos por docentes de diferentes estados brasileños, como Minas Gerais 69,1%, São Paulo 14,8%, Pará 7,4%, Piauí 3,7%, Ceará 2,5%, Tocantins 1,2% y Espírito Santo 1,2%; sin embargo, se validó la participación efectiva según los criterios de inclusión y exclusión de 81 cuestionarios, lo que corresponde al 60% de los cuestionarios respondidos. Dado que el 67,9% de los profesores participantes son mujeres y el 32,1% son hombres, la titulación más alta es maestría 51,9%, seguida de especialistas 24,7% y doctoras 23,5%.

En cuanto a la participación de profesores en la investigación, se observa que la mayor participación de profesores está en la región Sudeste 85,1%, lo que se puede justificar porque la región concentra la mayor cantidad de instituciones de educación superior, lo que corresponde a 1078 IES, en consecuencia, la región tiende a tener un mayor número de docentes, 159.772 (ABEMES, 2022).

Además, en lo que respecta al perfil, los datos difieren de los resultados del Censo de Educación Superior de 2020, que mostró que el 35,2% de los docentes son maestros, el 48,9% doctores y el 15,9% especialistas, y que los hombres son la mayoría (BRASIL, 2022).), pero son similares al indicativo del estudio de Freitas et al (2021) que la mayoría de participantes de investigación con profesores universitarios son mujeres 74%.

Por lo tanto, los estudios han revelado que la práctica docente constituye actualmente una fuente de enfermedad y los informes de ansiedad y depresión se ven cada vez más entre grupos de docentes en Brasil, especialmente en el período de la crisis sanitaria de covid-19, durante y después (FERREIRA-COSTA ; PEDRO-SILVA, 2019; CONFEDERACIÓN NACIONAL DE TRABAJADORES DE LA EDUCACIÓN [CNTE], 2022).

Ante eso, en cuanto al total de indicadores de ansiedad y depresión investigados en este estudio, confirman la tendencia de la enfermedad mental; donde se pudo evidenciar que la mayoría de los docentes participantes del estudio varían entre la posibilidad y el probable indicio de ansiedad, correspondiendo al 51,9% de la muestra. En relación a la depresión, se observa que el 49,3% oscila entre la posibilidad y el probable indicio de depresión. Así, la tabla 1 presenta los resultados evidenciados en la muestra de profesores participantes del estudio, la clasificación de los hallazgos en relación a los indicadores de ansiedad y depresión.

Tabla 1. Distribución de los indicadores de ansiedad y depresión identificados en los profesores universitarios participantes del estudio.

Variables	Frecuencia % (n=81)		
	Posible	Probable	Improbable
Ansiedad	27,2% (22)	24,7% (20)	48,1% (39)
Depresión	33,3% (27)	16% (13)	50,6% (41)

Fuente: Autores de la investigación.

Los indicadores mostrados en el estudio difieren de los resultados de Freitas et al (2021) en cuanto a los indicadores de ansiedad y depresión, donde el 50% de los docentes presentaron síntomas de depresión y el 34,6% reportaron síntomas de ansiedad; en este estudio lo que prevalece son los síntomas de ansiedad en la mayoría de los participantes y una menor parte con indicadores de depresión. Sin embargo, los datos son similares al estudio de Ferreira-Costa y Pedro-Silva (2019) que el 41,9% de los docentes presenta niveles de ansiedad y el 30,5% de depresión.

Según la Organización Mundial de la Salud en el primer año de la pandemia, el nivel de ansiedad y depresión aumentó un 25% en la población general del mundo. De alguna manera, el impacto de la pandemia de Covid-19 sugirió una preocupación por la salud mental y la sensación de bienestar de las personas, aumentando la prevalencia de pensamientos sobre el riesgo de infección, enfermedad grave y muerte por covid-19 (ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD, 2022). Lo cual, según la Organización Panamericana de la Salud ([OPS], 2022), llevó a la inclusión de la salud mental y el apoyo psicosocial como estrategias de acción y atención en salud.

Se observa en el estudio que el 64,2% de los profesores imparten entre 2 y 5 materias y el 77,7% están dedicando entre 2 y 6 clases durante el semestre escolar, con un promedio de 60,5 alumnos en el aula por clase. Es posible notar que el número de disciplinas y clases asociado al promedio de alumnos en el aula pueden ser considerados como factores que pueden generar estrés y ansiedad en el docente, ahora comparado con el estudio de Freitas et al. (2021) que plantea que tales síntomas están asociados a la variable trabajar en más de una IES, ya que con el aumento del período de aislamiento y el regreso paulatino de tener que convivir con el alto número de estudiantes pueden aumentar los sentimientos de inseguridad y vulnerabilidad a contraer la enfermedad.

Además, la profesión docente es una de las profesiones que más inciden en la enfermedad laboral, provocada muchas veces además de las presiones del sistema por

la dificultad de los docentes para afrontar cambios de hábitos que interfieren con el patrón de normalidad, la falta de entusiasmo y la creatividad para involucrar a los estudiantes cuando no están interesados son indicadores que pueden conducir al desarrollo de posibles patologías mentales, dice Baptista et al. (2019).

Como se puede apreciar en los hallazgos del estudio, donde, para el 40,8% (n=33) de los profesores, dice tener mucha dificultad con la didáctica utilizada para las clases a distancia y el 30,9% (n=15) de los profesores dice no haber encontrado fácil interactuar con los estudiantes e involucrarlos en el ambiente del aula a distancia, seguido por un 19,8% (n=16) que dijo ser indiferente. En el que poco más de la mitad de los docentes, el 67,9% (n=55) afirma que los alumnos son menos participativos en las clases que en la docencia presencial y el 17,3% (n=14) afirma que hay momentos que son más participativos y otros menos y para el 14,8% (n=12) los alumnos fueron más participativos que los presenciales. Con WhatsApp como principal medio de comunicación, como se muestra en la Tabla 2.

Tabla 2. Distribución de los principales medios de comunicación identificados en la muestra de profesores universitarios participantes en el estudio.

Variables	Frecuencia % (n=81)
WhatsApp	50,6% (41)
Charla de la plataforma IES	28,4% (23)
correo institucional	21% (17)

Fuente: Autores de la investigación.

Dadas estas características en cuanto al número de disciplinas, estudiantes, participación estudiantil en el aula y principal medio de comunicación, se pudo evidenciar a través del análisis de los residuos, que la dificultad para relacionarse con los estudiantes fue posiblemente uno de los detonantes de la aumento de la ansiedad.

Dicho esto, la pandemia del covid-19 cambió la rutina de los docentes, por lo que debieron adaptarse a un nuevo modelo digitalizado para impartir sus clases y mantener la comunicación con sus alumnos, obligándolos a adaptarse a lo cual no todos estaban preparados (ANTONIASSI JUNIOR ; MOREIRA; SILVA, 2022) además, el aumento de la carga de trabajo involuntario en línea de disponibilidad, hizo que los docentes estuvieran más conectados con sus tareas durante un tiempo casi completo y, sin la

compensación salarial esperada (FREITAS et al., 2019) llevándolos a casi una obligación inconsciente de cumplir a tiempo.

En cierto modo, el estudio reveló que el uso de WhatsApp fue un medio de comunicación que los docentes y las clases que imparten utilizaron para interactuar como resultado de la rutina del aula, convirtiéndose en un desencadenante de ansiedad para los demás. en comparación con la depresión. Ante esto, lo que Coelho et al. (2020) confirma que las redes sociales son el medio de comunicación más utilizado entre las personas para promover la interacción social debido al distanciamiento físico motivado por el covid-19.

Ya que los síntomas de depresión están asociados al sentimiento de que el docente tiene la obligación de atender todas las demandas de la institución, aumentando la exigencia de dar respuestas con el temor de perder su trabajo motivado por su ausencia, agravado por el difícil acceso debido a la el distanciamiento social, sumado al escaso tiempo de ocio donde el ambiente familiar de sus hogares se convirtió en el ambiente de trabajo y práctica docente (FREITAS et al., 2019; ANTONIASSI JUNIOR; MOREIRA; SILVA, 2022).

Ya las sentimos con ansiedad, suele asociarse a la información que nos transmiten las personas y que no siempre puede considerarse cierta y positiva, además de discusiones sobre las medidas restrictivas adoptadas; así como, los cambios en los modos operativos de la enseñanza que se llevaron a cabo de forma acelerada sin los debidos preparativos que se dieron a la ligera con un propósito de emergencia, vivido por las preocupaciones derivadas de la pandemia (MELO et al., 2022).

4 CONCLUSIÓN

Después de toda la información aquí presentada y del análisis, se puede concluir que la ansiedad y la depresión provocadas en los profesores de las universidades brasileñas tienen raíces fundadas en el escenario de la pandemia y en la pospandemia de la COVID-19. Podemos señalar y reafirmar varios factores que desencadenan estas condiciones, entre ellos: la necesidad abrupta de adaptarse al sistema de enseñanza a distancia, dificultades en la implementación del sistema, reducción en el número de docentes, hacinamiento en las aulas remotas, contacto reducido con los estudiantes, aliados. y sumado a factores personales, como el duelo, el miedo y el aislamiento.



Este aislamiento, en el que podemos observar una delgada línea entre estar sin contacto personal y al mismo tiempo ver vulnerada su intimidad y privacidad por el acoso a estudiantes en conversaciones de WhatsApp y perfiles personales. Muchas veces van más allá del horario de oficina, por lo que los profesores están trabajando y preocupados todo el tiempo, generando un rango de ansiedad y estrés, ya que los menores no se desconectan de sus funciones. Este hecho demuestra que las plataformas de enseñanza a distancia que se crearon de manera inmediata, no fueron tan bien implementadas en el día a día de estudiantes y docentes, siendo la falta de material y apoyo adecuado otro factor que se suma a la situación de ansiedad y depresión.

De hecho, la pandemia de COVID-19 tomó al mundo entero con la guardia baja. Los profesionales de la educación se vieron afectados de diferentes maneras, principalmente su condición de salud mental. Tener que reinventar la enseñanza y la forma de comunicarse con sus alumnos, de forma holística y humanizada, oponiéndose a la falta de recursos, la baja adherencia de los alumnos, los impactos económicos, la pérdida de seres queridos y el aislamiento. Un cambio brusco y repentino, que dificulta la transmisión del conocimiento.

El factor económico, a pesar de haber sido abordado, no fue muy discutido ni incluido en el cuestionario, ya que los profesores más afectados por el tema eran los que habían dejado sus cargos y uno de los principios del requisito para completar el la forma ejercía responsabilidad.función. Cabe señalar que el peso de este factor financiero, a pesar de no estar incluido en los cuestionarios, afectó directamente a quienes permanecen en sus cargos.

Los profesionales que impartieron clases durante la pandemia utilizaron sus propios recursos para implementar las clases, utilizando dispositivos electrónicos personales, sillas, mesas e internet domiciliario. Tener que reinventar el home office, invadiendo la intimidad del hogar. Vale la pena recordar que durante la pandemia, los niños también estaban en casa, lo que dificultaba la concentración de los maestros, lo que generaba un estrés adicional.

El estudio llama la atención sobre la sobrecarga de estudiantes en las modalidades a distancia. Ser justo y plausible, agregar un reajuste o bonificación a la remuneración de los docentes, brindando una mejor calidad de vida y comodidad para generar un ambiente de trabajo más confortable, incluso en el hogar, lo que contribuye



a factores depresivos y ansiogénicos. Sumado a la ausencia de apoyo a la salud mental de los docentes tanto por parte de las universidades como del servicio de salud.

Ante esto, el estudio apunta la necesidad de que las instituciones educativas desarrollen acciones que brinden atención a la salud mental de los docentes, buscando ofrecer apoyo psicoterapéutico, con el fin de preservar la salud del personal docente para obtener resultados satisfactorios desde el punto de vista de inversión en capital humano.

Para ello, el estudio sugiere la posibilidad de investigar las formas en que las instituciones de educación superior se han organizado para promover el cuidado de la salud mental de sus profesores pospandemia, una vez, una vez, se identificó que esta fue sacudida durante la pandemia estatal. del aislamiento social y la práctica docente.



REFERENCIAS

ANTONIASSI JUNIOR, G.; MOREIRA, R. M. M.; SILVA, V. J. O ensino remoto e a promoção da saúde na qualidade de vida no trabalho docente. In: MARCELINO, M. M.; PORTUGUEZ, A. P. (org.). EDUCAÇÃO da consciência cidadã à resistência democrática. Cap. 1. Ituiutaba, MG: Editora Barlavento, 2022.

AQUINO, E. M. et al. Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, suppl 1, pp. 2423-2446, 2020.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE MANTENEDORAS DE ENSINO SUPERIOR [ABMES]. *Números do Ensino Superior Privado no Brasil - Ano Base 2020*. Brasília: ABMES Editora, 2022. Disponível em: <https://pt.calameo.com/read/0044830657c213eb89d2d>.

BAPTISTA, M. N. et al. Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*, v. 19, n. 1, p.564-570, 2019.

BOTEGA, Neury J. et al. Transtornos do humor em enfermagem de clínica médica e validação de escala de medida (HAD) de ansiedade e depressão. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 29, n. 5, p. 355-363, 1995.

BRABO, Jesus C.; GOMES, Ana. S. A. Teste de evocações semiestruturado como ferramenta para o estudo de representações sociais: possibilidades de aplicação na pesquisa em ensino de ciências. In: ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO EM CIÊNCIAS, 9, 2013. Atas[...], Águas de Lindóia: Abrapec, 2013. Disponível em: http://abrapecnet.org.br/atas_enpec/ixenpec/atas/. Acesso em 08 out. 2021.

BRASIL. INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA [INEP]. *Dados revelam perfil dos professores brasileiros*. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/assuntos/noticias/institucional/dados-revelam-perfil-dos-professores-brasileiros>.

BRASIL. PORTARIA Nº 343, DE 17 DE MARÇO DE 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - COVID-19. DOU, 2020. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-343-de-17-de-marco-de-2020-248564376>.

BRITO, S. B. P. et al. Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI. *Revista Vigilância Sanitária em Debate*, v. 8, n. 2, p. 54–63, 2020.

CHERENETA, Marcell et al. Construção da versão abreviada do QWLQ-78: um instrumento de avaliação da qualidade de vida no trabalho. *Revista Brasileira de Qualidade de Vida*, Curitiba, v.3, n.2, p. 1-15, 2011.

COELHO, A. P. S. et al. Saúde mental e qualidade do sono entre estudantes universitários em tempos de pandemia da COVID-19: experiência de um programa de assistência estudantil. *Research, Society and Development*, v. 9, n.9, e943998074, 2020.



CONFEDERAÇÃO NACIONAL DOS TRABALHADORES EM EDUCAÇÃO [CNTE]. Relatório da Pesquisa Epidemiológica Trabalhando na pandemia: e a saúde como fica? Brasília: Artemisa Estudos em Psicologia, Saúde e Trabalho Ltda, 2022.

Disponível em:

https://www.cnte.org.br/images/stories/2022/2022_05_25__relatorio_pesquisa_novas_formas_de_trabalhar.pdf

Ferreira-Costa, R. Q.; Pedro-Silva, N. Níveis de ansiedade e depressão entre professores do Ensino Infantil e Fundamental. *Pro-Posições*, v. 30, s/n, e20160143, 2019.

FREITAS, R. F. et al. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 70, n. 4, pp. 283-292, 2021.

HANDCOCK, M. S.; GILE, K. J. On the Concept of Snowball Sampling. *Sociological Methodology*, Thousand Oaks, v. 41, n.1, p. 367-371, 2011.

MARTINS, Claudia G.; FERREIRA, Miguel L. R. O survey como tipo de pesquisa aplicado na descrição do conhecimento do processo de gerenciamento de riscos em projetos no segmento da construção. In: CONGRESSO NACIONAL DE EXCELÊNCIA EM GESTÃO, 7., 2011. Anais [...], Rio de Janeiro: Universidade Federal Fluminense, 2011. Disponível em: http://www.inovarse.org/sites/default/files/T11_0362_1839.pdf. Acesso em: 20 de abr. de 2021.

MELO, H. et al. Indicativos de Ansiedade, Estresse e Depressão em Professores e Estudantes no Contexto da Pandemia. *Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental*, v. 11, n. 1, p.95-104, 2022.

MICHELON, C. M. Principais variantes do SARS-CoV-2 notificadas no Brasil. *RBAC*, v. 53, n. 2, p. 109-116, 2021.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Histórico da pandemia de COVID-19. OPAS, 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo. OPAS, 2022. Disponível em: [https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em#:~:text=2%20de%20mar%C3%A7o%20de%202022,Mundial%20da%20Sa%C3%BAde%20\(OMS\)](https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em#:~:text=2%20de%20mar%C3%A7o%20de%202022,Mundial%20da%20Sa%C3%BAde%20(OMS)).

PALÚ, J.; SCHÜTZ, J. A.; MAYER, L. Desafios da educação em tempos de pandemia. Cruz Alta: Ilustração, 2020.

PORTAL SAÚDE E MOVIMENTO. Teste questionário de estresse, 2020. Disponível em: www.saudeemmovimento.com.br/saude/estresse.htm. Acesso em 23 jun. 2020.

RIBEIRO, L. C.; BERNARDES, A. T. Atualização da Estimativa de Subnotificação em Casos de Hospitalização por Síndrome Respiratória Aguda e Confirmados por Infecção por Covid-19 no Brasil e Estimativa para Minas Gerais. 2020. (Nota Técnica). Disponível em:



https://ufmg.br/storage/9/f/3/e/9f3e7dadd7bc59c6d3f9339198dcbcaf_15893195534547_1310211378.pdf

SOARES, R. DE A.; SILVA, G. A. Regulamentos da EaD no Brasil e o Impacto da Portaria N° 343/2020 no Ensino Superior. *EaD em Foco*, v. 10, n. 3, e1043, 2020.

VINUTO, J. A. Amostragem em bola de neve na pesquisa qualitativa: um debate em aberto. *Temáticas*, Campinas, v. 22, n. 44, p. 203-220, 2014.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental Health and COVID-19: Early evidence of the pandemic's impact. Scientific brief. 2022. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1412184/retrieve>.

ZIGMOND, Andrew S.; SNAITH, Richard P. The Hospital Anxiety and depression scale. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. v. 67, [S/I], 1983; 67, p. 361 -370.