

**UNIVERSIDADE REGIONAL INTEGRADA DO ALTO URUGUAI E DAS MISSÕES  
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA, EXTENSÃO E PÓS-GRADUAÇÃO  
CÂMPUS DE FREDERICO WESTPHALEN  
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS HUMANAS  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO  
MESTRADO EM EDUCAÇÃO**

**ELIANE LIMA BORGES DE MEDEIROS**

**QUALIDADE DE VIDA DO PROFESSOR:  
DESAFIOS E MUDANÇAS FRENTE À PANDEMIA DA COVID-19**

**FREDERICO WESTPHALEN/RS**

**2023**

**ELIANE LIMA BORGES DE MEDEIROS**

**QUALIDADE DE VIDA DO PROFESSOR:  
DESAFIOS E MUDANÇAS FRENTE À PANDEMIA DA COVID-19**

**Dissertação apresentada como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre, pelo Programa de Pós-graduação em Educação – Mestrado em Educação, da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões – URI, Câmpus de Frederico Westphalen.**

**Orientadora: Dra. Marinês Aires**

**FREDERICO WESTPHALEN/RS**

**2023**

F271f Faustino, Maria Aparecida Lopes

Família e escola : sinergia de propósitos e práticas colaborativas para transpor fronteiras em favor da educação das crianças / Maria Aparecida Lopes Faustino. – 2023.

91 f.

Dissertação (mestrado) – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões – Câmpus de Frederico Westphalen, 2023.

Orientador: Dr. Arnaldo Nogaro.

1. Família – Escola. 2. Educação Infantil. I. Nogaro, Arnaldo. II. Título.

CDU 37

**ELIANE LIMA BORGES DE MEDEIROS**

**QUALIDADE DE VIDA DO PROFESSOR:  
DESAFIOS E MUDANÇAS FRENTE À PANDEMIA DA COVID-19**

**Dissertação apresentada como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre, pelo Programa de Pós-graduação em Educação – Mestrado em Educação, da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões – URI, Câmpus de Frederico Westphalen.**

Frederico Westphalen, 05 de dezembro de 2023.

**BANCA EXAMINADORA**

---

Profa. Dra. Marinês Aires (Orientadora)  
Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões

---

Profa. Dra. Andreia Mendes dos Santos  
Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul

---

Profa. Dra. Jordana Wruck Timm  
Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões

## **IDENTIFICAÇÃO**

### **Instituição de Ensino/Unidade**

Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões

URI/Câmpus de Frederico Westphalen

Rua Assis Brasil, n. 709 – Bairro Itapagé – 98400-000 – Frederico Westphalen/RS

### **Direção do Câmpus**

Diretora Geral: Profa. Dra. Silvia Regina Canan

Diretora Acadêmica: Profa. Dra. Elisabete Cerutti

Diretor Administrativo: Prof. Dr. Ezequiel Plinio Albarello

### **Departamento/Curso**

Departamento de Ciências Humanas

Chefe: Ms. Maria Cristina Gubiani Aita

Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Educação – Mestrado e Doutorado

Coordenadora: Dra. Luci Mary Duso Pacheco

### **Orientadora**

Dra. Marinês Aires

### **Orientanda**

Eliane Lima Borges de Medeiros

## AGRADECIMENTOS

“Não há no mundo exagero mais belo que a gratidão.”  
(Jean de La Bruyère)

Minha gratidão...

A Deus, por me sustentar nos momentos de aprendizagem, desafios e em todos os momentos da minha vida.

Ao meu Pai Etevaldo (*in memorium*), sei que onde estiver é sempre o meu apoio espiritual. À minha mãe Leny, que me sustenta com sua fé e força. Pais, minha eterna gratidão e reconhecimento.

Ao meu esposo Gilberto, pelo apoio e amparo nos momentos de exaustão.

Ao meu filho Noé, pelo amor e carinho. E, em especial, à minha filha Bárbara, pelo amor, carinho e pela presença amorosa nesta etapa final do meu estudo. Todo meu amor a vocês!

Aos meus netos José Lorenzo e Jade... pelo amor, carinho e compreensão nas ausências para dedicação ao trabalho e estudo. Vocês são meus estímulos diários. Vovó ama muito.

Às amigas Profa. Roseclê e Profa. Emanuelle e ao amigo Prof. Edilson, pelo apoio incondicional, incentivo e presença amorosa nessa desafiante caminhada acadêmica. Meu carinho, minha amizade, admiração e gratidão.

Às amigas que o mestrado me trouxe, Cícera, Cidinha, Vanuza, Clesensia, Adriana, agradeço pelas terapias pedagógicas, aprendizado e presença amorosa. Aos demais colegas de mestrado, pela troca de experiências e aprendizados.

Em especial, gratidão à minha querida orientadora Profa. Dra. Marines Aires, pela oportunidade de ser sua orientanda. Por acreditar em mim e nos meus propósitos. Gratidão pela disponibilidade de sempre, pela atenção, carinho e compreensão em todas as etapas deste mestrado. Agradeço por agregar tantos conhecimentos novos à minha vida, à minha formação e por nunca ter “soltado minha mão” neste processo. Você é um presente de Deus na minha vida... Eterna gratidão.

A todos(as) os professores(as) do Programa de Pós-Graduação – Mestrado em Educação, por proporcionarem novos aprendizados à minha formação, com certeza, cada um de vocês deixou sua marca positiva na minha trajetória acadêmica.

Às professoras que compuseram minha banca examinadora, Profa. Dra. Andreia Mendes dos Santos, e Profa. Dra. Jordana W. Timm, pelo esmero em qualificar minha pesquisa,

doando tempo e atenção através de seus apontamentos e sugestões. Serão sempre inspiração e referências em minha caminhada acadêmica.

Aos professores e professoras que deram seu aceite em participar desta pesquisa, tornando possível sua realização, meu respeito, admiração e gratidão.

Agradeço, por fim, à Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões, e a Faculdade IBG, que oportunizaram a experiência do Mestrado.

Há muitos outros a quem agradecer... A todos aqueles que, embora não mencionados por nome, deram seu valioso apoio em momentos distintos e, pelas suas presenças afetuosas e memoráveis, o meu carinho e gratidão...

## RESUMO

**Introdução:** A Pandemia causada pela Covid-19 colocou o mundo em alerta, fazendo-o se reestruturar em muitos aspectos da sociedade. Diante disso, foi necessário recorrer a alguns recursos, como as mídias digitais e tecnológicas, para dar continuidade a muitos aspectos da vida. No ambiente escolar, os professores tiveram suas vidas e rotinas alteradas, bem como suas realidades, em sala de aula, passaram a transitar entre atividades assíncronas e síncronas. Nesse contexto, um dos fatores afetado, no tocante a esses profissionais, foi a Qualidade de Vida (QV).

**Objetivos:** Geral: compreender a percepção dos professores sobre a QV, as mudanças e os desafios vivenciados durante a Pandemia da Covid-19 em escolas estaduais de Rondonópolis, Mato Grosso (MT). Objetivos específicos: Identificar, na literatura acadêmica, o que vêm sendo discutido e pesquisado sobre a qualidade de vida do professor; Discutir sobre a qualidade de vida do professor, a resignificação de sua prática e a importância da formação continuada frente a um cenário de pandemia; Conhecer os fatores que impactaram a QV dos professores e identificar os desafios enfrentados e as mudanças vivenciadas pelos mesmos na Pandemia da Covid-19.

**Metodologia:** Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, descritiva, exploratória, realizada em cinco escolas estaduais no município de Rondonópolis/MT. O critério de inclusão das escolas foi por integrar diversas modalidades na forma de organização, com realidade e contexto distinto durante a crise sanitária. Os participantes do estudo foram professores do Ensino Fundamental 2, das áreas de Linguagem, Ciências Humanas e Natureza e Matemática. A coleta de dados se deu por meio de entrevistas semiestruturadas. A análise ocorreu a partir da Análise Temática, resultando em quatro categorias: QV; Desafios e enfrentamentos; A prática docente no contexto da Pandemia da Covid-19; Impacto na QV dos professores.

**Resultados:** Os resultados indicaram que percepção de QV, para os professores, engloba vários elementos como trabalho, saúde, família e lazer, situação financeira, boas relações interpessoais no ambiente de trabalho. Os desafios e enfrentamentos dos professores no cotidiano escolar durante a Pandemia da Covid-19 foram: alteração de rotina de trabalho, dificuldades com o uso das tecnologias; problemas estruturais; o isolamento; a solidão; a frustração; a insegurança, desafios relacionados à saúde psicológica, emocional e física. As principais mudanças na Prática Docente foram: o distanciamento social; a defasagem de aprendizado; a adaptação de metodologia à saúde emocional e ao equilíbrio entre vida profissional e pessoal. Quanto à QV, os impactos mais prevalentes foram: isolamento/distanciamento social; a alteração na rotina de trabalho; sobrecarga de trabalho; defasagem de aprendizado; medo; ansiedade; solidão; atividade física; sedentarismo; estresse; saúde; ganho de peso; morte/luto. Por fim, os resultados evidenciaram que os desafios enfrentados e os impactos na QV dos professores reforçam a importância de políticas de apoio à saúde no cenário escolar.

**Considerações finais:** Finalmente, este trabalho contribui para o avanço dos conhecimentos na área da Educação, oferecendo subsídios à construção de um ambiente de trabalho saudável e sustentável para os professores, sinalizando a relevância de que seja dada atenção à saúde e QV dos professores.

**Palavras-chaves:** Pandemia da Covid-19; Prática docente; Qualidade de vida.

## ABSTRACT

**Introduction:** the pandemic caused by Covid-19 has put the world on alert, leading to a restructure in many aspects of society. The world began to experience drastic changes in habits, forms of social organization and many uncertainties. Faced with these circumstances, it was necessary to resort to some resources, such as digital and technological media, to continue many aspects of life. In the school environment, teachers, during the health crisis, had their lives and routines changed. Their realities, in the classroom, began to transition between asynchronous activities, at a distance and some synchronous activities. Quality of life (QoL) was one of the factors affected by this virus, especially when associated with teachers, as they had to adapt to new teaching methods, in addition to fear, insecurity, deaths of family, friends and social distancing. **Objectives:** general objective: to understand the perception of teachers about QoL, the changes and challenges experienced during the Covid-19 pandemic in state schools in Rondonópolis, Mato Grosso (MT), in order to identify which factors had the greatest impact on QoL. Specific objectives: to identify the challenges faced by teachers in teaching during the Covid-19 pandemic; to know the factors that impacted the QoL of teachers in the Covid-19 pandemic. **Methodology:** this is a qualitative, descriptive, exploratory research conducted in five state schools in the city of Rondonópolis/MT. The inclusion criterion of these schools was to integrate the various modalities in the form of organization, with a different reality and context during the health crisis. The study participants encompassed 15 teachers of Elementary School 2, in the areas of Languages, Humanities, Mathematics and Natural Sciences. Data collection took place through semi-structured interviews, previously scheduled, which were recorded and then transcribed in full. The data analysis was based on the Thematic Analysis, which resulted in four categories: QoL; Challenges and confrontations; Teaching practice in the context of the Covid-19 pandemic; Impact on the QoL of teachers. The research was approved by the Ethics Committee of the Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões, Opinion No. 69491823200005352. **Results:** the results indicate that perception of QoL, for teachers was connected to several vital elements, such as work, health, family and leisure, financial situation, having good interpersonal relationships in the work environment. The challenges and confrontations of teachers in school daily life during the Covid-19 pandemic were: changes in work routine, difficulties with the use of technologies; structural problems; isolation; loneliness; frustration; insecurity; and challenges related to their own psychological, emotional and physical health. The main changes in Teaching Practice in the Pandemic Context were: social distancing; learning lag; adaptation of methodology to emotional health and work-life balance. It was found, in the statements of the teachers, that several factors impacted their QoL, among which the most prevalent were: isolation/social distancing; change in work routine; work overload; learning lag; fear; anxiety; loneliness; physical activity; sedentary lifestyle; stress; health; weight gain; death/grief. **Conclusion:** the results showed the challenges faced and the impacts on teachers' QoL, reinforcing the importance of health support policies in the school setting. Therefore, this work not only contributed to the formation of the researcher, but also to the advancement of knowledge in the area of education, offering subsidies to the construction of a healthier and more sustainable work environment for teachers, signaling the relevance of paying attention to the health and QoL of teachers, regardless of the circumstances, as these professionals are fundamental to social transformations.

**Keywords:** Covid-19 Pandemic; Teaching Practice; Quality of Life.

## LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Construção do Estado do Conhecimento realizado no Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES.....	16
Quadro 2 – Estudos identificados analisados na íntegra .....	17
Quadro 3 – Construção do Estado do Conhecimento realizado no SCIELO .....	19
Quadro 4 – Artigos identificados analisados na íntegra .....	19
Quadro 5 – Categorias e questões relacionadas à pesquisa .....	36

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CAAE	Certificado de Apresentação de Apreciação Ética
CEJAS	Centro de Educação de Jovens e Adultos
CEP	Comitê de Ética em Pesquisa
CNS	Conselho Nacional de Saúde
Covid-19	Coronavírus disease – 2019
DRE	Delegacia Regional de Ensino
EaD	Educação a distância
EJA	Educação de Jovens e Adultos
GRE's	Gerências Regionais de Educação
IDEB	Índice de Desenvolvimento da Educação Básica
IDHM	Índice de Desenvolvimento Humano Municipal
IES	Instituto do Ensino Superior
IFC	Instituto Federal Catarinense
LER	Lesão por Movimento Repetitivo
MEC	Ministério da Educação
MHD	Materialismo Histórico Dialético
OMS	Organização Mundial da Saúde
QV	Qualidade de Vida
QVRS	Qualidade de Vida Relacionada a Saúde
SEDUC/MT	Secretaria de Estado da Educação do Mato Grosso
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
TDICs	Tecnologias Digitais de Comunicação e Informação
TICs	Tecnologia de Informação e Comunicação
UNESCO	Organização das nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>11</b>
<b>1.2 Objetivos.....</b>	<b>15</b>
1.2.1 Objetivo Geral .....	15
1.2.2 Objetivos Específicos .....	15
<b>2 A QUALIDADE DE VIDA DO PROFESSOR EXPRESSA NA LITERATURA ACADÊMICA.....</b>	<b>16</b>
<b>3 QUALIDADE DE VIDA DO PROFESSOR: DESAFIOS E MUDANÇAS NA PRÁTICA DOCENTE FRENTE À PANDEMIA DA COVID-19.....</b>	<b>21</b>
<b>4 A RESSIGNIFICAÇÃO DA PRÁTICA DOCENTE FRENTE À PANDEMIA DA COVID-19 .....</b>	<b>28</b>
<b>5 CONCEPÇÕES E CAMINHOS METODOLÓGICOS .....</b>	<b>32</b>
<b>5.1 Delineamento do estudo .....</b>	<b>32</b>
<b>5.2 Cenário de investigação.....</b>	<b>32</b>
<b>5.3 Participantes do estudo .....</b>	<b>34</b>
<b>5.4 Coleta de dados .....</b>	<b>35</b>
<b>5.5 Instrumento de coleta de dados.....</b>	<b>35</b>
<b>5.6 Análise dos dados.....</b>	<b>36</b>
<b>5.7 Aspectos éticos .....</b>	<b>37</b>
<b>6 ACHADOS DA PESQUISA .....</b>	<b>40</b>
<b>6.1 Qualidade de vida do professor: mudanças e desafios frente à Pandemia da Covid-19 .....</b>	<b>40</b>
<b>6.2 Qualidade de vida .....</b>	<b>40</b>
<b>6.3 Desafios e enfrentamentos .....</b>	<b>45</b>
<b>6.4 A prática docente no contexto da Pandemia da Covid-19 .....</b>	<b>51</b>
<b>6.5 Impacto na qualidade de vida dos professores .....</b>	<b>56</b>
<b>7 CONCLUSÃO.....</b>	<b>68</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>70</b>
<b>APÊNDICE A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).....</b>	<b>79</b>
<b>APÊNDICE B – Roteiro de Entrevista .....</b>	<b>81</b>
<b>APÊNDICE C – Termo de autorização das escolas estaduais de Rondonópolis.....</b>	<b>83</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A presente pesquisa aborda o tema da Qualidade de Vida (QV) no trabalho docente, desafios e mudanças frente à Pandemia da Covid-19. Trata-se de um estudo desenvolvido junto à linha de pesquisa: Formação de professores, saberes e práticas educacionais, do Programa de Pós-graduação em Educação, da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões. A inserção à linha de pesquisa visa contribuir para desenvolver práticas educativas e de promoção da saúde no contexto escolar, tendo como foco uma melhor QV dos professores. Ademais, estudar os fatores que impactam a QV, as mudanças e os desafios no trabalho docente frente à Pandemia da Covid-19, torna-se relevante para programar estratégias de promoção da saúde mental no pós-pandemia e políticas públicas educacionais neste panorama.

Em março de 2020, o mundo passou por um processo de transformação doloroso, pois se viu acometido por uma pandemia causada pelo Coronavírus. O novo Coronavírus, causador da Covid-19, originou-se na China e rapidamente se espalhou pelo mundo, infectando, levando muitos à óbito e impondo novos costumes. O mundo passou a viver mudanças drásticas nos hábitos e nas formas de organização social, o que ocasionou muitas incertezas. A vida e a morte foram amplamente discutidas, a sobrevivência e as vivências sociais ganharam novos contornos, janelas reais e virtuais foram e ainda têm sido o lugar de reexistir. As mídias digitais e os recursos tecnológicos deram significados aos ciclos de distanciamento social e de restrições de convívio social que as famílias e os profissionais tiveram que passar, como medida de contenção do vírus.

No Brasil, a situação pandêmica culminou na tomada de decisão, por parte de autoridades governamentais, de implementar o distanciamento social como principal medida para reduzir o contágio pelo vírus, uma vez que não havia pesquisas e nem desenvolvimento de vacinas. Uma série de atividades econômicas, sociais e educacionais foram suspensas, acompanhando os modelos de enfrentamento internacional.

Santos (2020) fez uso do termo “pedagogia” para representar os possíveis ensinamentos que a crise sanitária vem oportunizando. A pandemia, em si, consiste em um acontecimento histórico ocorrido poucas vezes no planeta, mas, em todas, extremamente fatal. Mesmo em pleno século XXI, com tecnologia de ponta e avanço na medicina, um minúsculo e invisível vírus deixou o mundo prostrado, a refletir que nós, seres humanos, não somos os donos do mundo e que nossas vidas são efêmeras.

Santos (2020), nesse sentido, disserta sobre a quarentena instituída para conter o novo Coronavírus e o faz na perspectiva de determinados grupos sociais que, em comum,

contabilizam inseguranças sociais precedentes. O autor assevera que, contrariamente às afirmações da mídia e dos organismos internacionais, a quarentena expõe e reforça a injustiça, a discriminação, a exclusão social e o sofrimento por ela provocados. Essa assimetria se invisibiliza em razão do pânico que atingiu os que não estão habituados a tal sofrimento.

Diante das transformações impostas pela pandemia, muitos setores produtivos passaram por mudanças, surgiram novas formas de trabalho e, no contexto da educação, o cenário não foi diferente. Aliás, esse foi um dos setores que mais teve desafios durante a pandemia. Com a alta taxa de transmissibilidade do vírus, a primeira alternativa adotada pelos governos foi o fechamento das escolas e a implementação do trabalho remoto ou teletrabalho.

Nesse viés, voltando os olhares para os profissionais da educação, sobretudo para os professores, é evidente que, durante a crise sanitária, tiveram suas vidas e rotinas alteradas, suas realidades, em sala de aula, passaram a transitar entre atividades educativas assíncronas (a distância) e algumas atividades síncronas (Lamin-Guedes, 2020).

Santos (2020), ao versar acerca das mudanças durante e após a pandemia, afirma que a situação imposta à população mundial demonstrou a existência de diversas alternativas que podem otimizar o atual modo de viver. As adaptações feitas na área da Educação são um exemplo expressivo disso. Essas mudanças trouxeram profundos impactos no fazer profissional dos docentes, muitos tiveram que se adaptar rapidamente às novas exigências. Professores que nunca tiveram contato com tecnologias de comunicação e informação e com a modalidade de educação a distância, viram-se face a câmeras, edição de vídeos, mídias diversas e uma nova modalidade de ensinar e aprender (Pinho *et al.*, 2021).

Nesse cenário, os docentes precisaram se reinventar, buscar novas maneiras e novos métodos para lograr êxito em sua função. Em muitos casos, não havia distinção entre sala de aula e o lar dos professores, o que gerou uma sobrecarga de trabalho desses profissionais. Para manter o vínculo com o aluno e interligar esses indivíduos com a escola o professor foi peça fundamental, atendendo os alunos indistintamente, em qualquer lugar e pelos mais variados meios de comunicação. Todos esses fatores podem estar relacionados a um aumento do nível de estresse, cansaço físico, mental e psicológico dos docentes, com comprometimento da QV.

A QV é conceituada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como a percepção de uma pessoa sobre sua vida, no panorama de seu campo cultural e sua conexão com objetivos, expectativas e preocupações. Envolve, ainda, saúde mental, física, psicológica e emocional, além das relações sociais como família e amigos; engloba saúde, educação, moradia, higiene básica e outros ambientes de convivência (OMS, 2012). Esse conceito reafirma a subjetividade

e a multidimensionalidade do construto, abarcando elementos de avaliação positivos e negativos (Fleck *et al.*, 2000).

Nessa perspectiva e contexto escolar, o estudo de Alvarenga *et al.* (2020) identificou o impacto da pandemia na QV dos professores. Essa pesquisa, realizada com professores das redes públicas e privadas na área das Ciências, da Saúde, da Computação e das Exatas, avaliou a percepção da QV frente aos desafios impostos pela pandemia da Covid-19. Os achados mostraram que diante do atual cenário que o Brasil e o mundo estão passando, a maioria dos professores avaliados têm sofrido com aspectos envolvendo a QV em relação a termos físicos, psicológicos, sociais e ambientais.

Lima (2021) evidenciou, em sua investigação, que tanto professores da rede pública quanto da rede privada consideraram como fatores importantes que causam impactos em sua QV o ambiente físico e o aspecto psicológico. Segundo a autora, a situação imposta pela pandemia foi e segue sendo nova para os professores e isso requer uma análise cautelosa por parte das esferas responsáveis por essa categoria de profissionais, pois os professores apresentaram condições adversas de trabalho; o estudo salientou que houve má QV durante esse período, ficou notabilizado, também, que os professores da rede de ensino privada sofreram maior pressão devido a Pandemia da Covid-19. Nesse encadeamento, sobrealça-se o relevante papel do poder público na promoção e prevenção, bem como seu compromisso no que tange a QV dos professores no Brasil.

A presente pesquisa se justifica por colocar em pauta um assunto muito importante, recente e que merece ser debatido, que é a questão da pandemia e seus impactos na QV dos professores. Ressalto a pertinência deste estudo no contexto científico, visto que se trata de um modo de ampliar e entender como os professores, dentro de um ambiente (trans)formador, compreendem a QV e o bem-estar no panorama de trabalho.

Enquanto pesquisadora, professora efetiva do Estado do Mato Grosso, foi possível perceber, na rotina, todas as alterações e complicações advindas da pandemia, o que influenciou pessoalmente na escolha do tema. Como docente da disciplina de Educação Física, minhas aulas eram presenciais e ocorriam, predominantemente, nas quadras esportivas, caracterizadas pelo movimento corporal e interações proporcionadas pelos jogos, esportes, dança, ginástica, lutas, e essas aulas foram imediatamente suspensas.

A pandemia mostrou que todos compartilhamos circunstâncias similares, que nos igualamos nas dores, nas incertezas, na falta de conhecimento, na falta de preparação, na dor por perdas de entes queridos e amigos. Como professora de Educação Física, vivenciei diversas situações, tais como o isolamento social, a falta da autonomia de ir e vir, a pressão da sociedade,

o despreparo do governo, a falta de investimento em formação para sanar essa lacuna virtual, a cobrança dos pais e a falta de comprometimento do aluno. Aprendemos a valorizar mais a vida, a saúde, os familiares e as relações sociais.

Acredito que a pandemia da Covid-19 trouxe a oportunidade de efetivar uma reforma íntima, que permitiu valorizar o simples ato de lavar as mãos, que pode salvar e salva muitas vidas, proporcionou novos hábitos, valorizando uma alimentação saudável, pois só assim é possível aumentar a imunidade. A distância física nos uniu por meio de novos aprendizados e novas tecnologias, compartilhamos, com o mundo, todo o medo, as experiências, o aprendizado e o interesse. Concordo com Harari (2020) quando diz que, de tudo, fica a certeza do quanto é necessária a educação, a informação e o conhecimento para chegar até aqui e poder relatar esse problema de pesquisa.

O último ponto a ser considerado diz respeito à importância da promoção de saúde e QV dos professores. É imperativo que sejam propiciados a esses profissionais, estruturas e recursos adequados para que possam desenvolver suas atividades de forma saudável, sem comprometer sua saúde física e mental, ou seja, é essencial que haja um equilíbrio entre vida pessoal e vida profissional, dado que isso interfere diretamente na QV dos professores.

Os professores contribuem para a formação de novos atores sociais. Todavia, pouco se sabe concernente à QV desses profissionais, o que indica que essa discussão deveria ser mais efetiva, uma vez que o trabalho docente carrega uma carga de estressores psicossociais. Essa reflexão se tornou ainda mais premente a partir do final do ano de 2019, quando se conheceu uma nova espécie de Coronavírus (Cuquetto; Portela; Vieira, 2022).

A QV foi um dos fatores afetados por esse vírus, especialmente quando relacionamos com professores, pois eles tiveram que se adaptar a novos métodos de ensino, passando do ensino presencial para o virtual. Infere-se, então, que as inesperadas adaptações ocorridas na educação afetaram milhares de brasileiros, ressaltando, assim, a desigualdade, por vezes, apagada ou esquecida no país. Na educação, por exemplo, os professores tiveram que se adaptar e se reinventar ao modo de aulas remotas. Tal fato trouxe à tona a realidade de muitos alunos/estudantes que sequer tinham/têm algum tipo de aparelho eletrônico, tampouco internet, outro desafio para o professor, dado que teve, de alguma maneira, que resgatar tais estudantes, no intuito de manter certo nível de igualdade durante o período de reclusão social.

Diante do atual cenário que o Brasil e o mundo vivenciaram, com a disseminação da Covid-19 e os impactos no contexto do sistema educacional, faz-se essencial a investigação da QV de professores, posto que vivenciaram um processo adaptativo, de reformulação de seus métodos de ensino e de incertezas quanto aos riscos de exercer sua profissão defronte à

pandemia, visto que as escolas foram consideradas como ambiente de risco, devido ao acúmulo de pessoas em um mesmo local, podendo causar aumento da transmissibilidade do vírus.

Face ao exposto, originou-se o seguinte problema de pesquisa: frente à Pandemia da Covid-19, qual a percepção dos docentes sobre a QV e sobre as mudanças e os desafios vivenciados nas escolas estaduais de Rondonópolis/MT?

Nessa linha de raciocínio, apresentam-se as seguintes questões norteadoras:

- Qual a percepção de docentes sobre QV no contexto da Pandemia da Covid-19?
- Quais foram as mudanças na QV frente à Pandemia da Covid-19?
- Quais fatores impactaram a QV dos professores na Pandemia da Covid-19?
- Quais foram os desafios enfrentados pelos professores no panorama da Pandemia da Covid-19?

## **1.2 Objetivos**

A seguir, são apresentados os objetivos propostos para o desenvolvimento da pesquisa.

### **1.2.1 Objetivo Geral**

Compreender a percepção dos professores sobre a QV, as mudanças e os desafios vivenciados durante a Pandemia da Covid-19 em escolas estaduais de Rondonópolis/MT.

### **1.2.2 Objetivos Específicos**

Identificar, na literatura acadêmica, o que vêm sendo discutido e pesquisado sobre a qualidade de vida do professor.

Discutir sobre a QV do professor, a resignificação de sua prática e a importância da formação continuada frente a um cenário de pandemia.

Conhecer os fatores que impactaram a QV dos professores, identificar os desafios enfrentados e as mudanças vivenciadas por eles na Pandemia da Covid-19.

## 2 A QUALIDADE DE VIDA DO PROFESSOR EXPRESSA NA LITERATURA ACADÊMICA

Esse capítulo tem como objetivo analisar e identificar as pesquisas realizadas no cenário nacional acerca do tema proposto, desenvolveu-se a pesquisa do “Estado do Conhecimento”, que foi realizada junto ao banco de dados do Catálogo de Teses e Dissertações da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Foram pesquisadas dissertações e teses produzidas nas instituições públicas e privadas do país. Na base de dados Scientific Electronic Library (SciELO) pesquisou-se estudos concernentes à temática. Para a busca em ambas as bases, utilizou-se os seguintes descritores: Pandemia Covid-19, qualidade de vida, professores, promoção da saúde, estresse, atividade física.

A seguir são descritos, no Quadro 1 e no Quadro 2, os resultados das pesquisas.

Quadro 1 – Construção do Estado do Conhecimento realizado no Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES

DESCRITORES	TESES	DISSERTAÇÕES
“Pandemia Covid-19” AND “qualidade de vida” AND “Professor” AND “estresse” AND “promoção da saúde”	906	1489 Selecionadas 4
“Pandemia Covid-19” AND “estresse” AND “professores”	4	4
“Qualidade de vida” AND “pandemia Covid-19”	0	8 Selecionadas 6
“Qualidade de vida” AND “atividade física” AND “professores” AND “pandemia Covid-19”	0	2
“Professor” AND “Qualidade de vida” AND “pandemia da Covid-19”	0	3

Fonte: Elaborado pela autora (2023), com base nos dados do Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES

Para empregar esta pesquisa, foi utilizado o filtro para as produções de 2020 a 2023. Após esta etapa, realizou-se uma seleção pelo tema do trabalho, descartando os que não estavam relacionados com os objetivos desta pesquisa. Para os textos que passaram por este filtro, fez-se a leitura do resumo, para identificar aspectos semelhantes com o que se propõe nesta investigação. Ao final, foram selecionadas 06 dissertações e nenhuma tese para compor esse estudo.

Quadro 2 – Estudos identificados analisados na íntegra

Ano	Autor	Título	Dissertação ou Tese	Descritores
2021	Rogério Mariano de Miranda	Qualidade de vida e estresse ocupacional de professores durante Pandemia da Covid-19	Dissertação	“Pandemia Covid-19” AND “estresse” AND “professores”
2022	Welton Cardoso Júnior	Qualidade de vida e adoecimento docente: a pós-graduação no contexto da Pandemia da Covid-19	Dissertação	“Pandemia Covid-19” AND “qualidade de vida” AND “professor” AND “estresse” AND “promoção da saúde”
2022	Hugo Leonardo Ferreira Araujo	Docência no Ensino Superior em um contexto pandêmico: um estudo sobre qualidade de vida no trabalho de professores da Universidade Estadual do Maranhão	Dissertação	“Qualidade de vida” AND “Pandemia Covid-19”
2022	Nathalie Silva de Souza	Saúde mental, estilo e qualidade de vida de professores do Ensino Superior de um centro universitário de São Paulo no contexto da Pandemia de Covid-19	Dissertação	“Professor” AND “Qualidade de vida” AND “pandemia da Covid-19”
2022	Jean Carlos Rodrigues Bisogno	Qualidade de vida dos professores das escolas do Ensino Médio do município de São Gabriel/RS durante Pandemia do Covid-19	Dissertação	“Qualidade de vida” AND “atividade física” AND “professores” AND “Pandemia Covid-19”
2023	Marina Fritz	Qualidade de vida, afetos positivos e negativos e estratégias adaptativas dos docentes de Ensino Fundamental durante a Pandemia de Covid-19	Dissertação	“Qualidade de vida” AND “Pandemia Covid-19”

Fonte: Dados da pesquisa (2023)

Com o objetivo de analisar a QV e o estresse ocupacional de professores da Rede Pública Municipal de Cuiabá, no período de trabalho remoto imposto pela Pandemia da Covid-19, Miranda (2021), em seu estudo, evidenciou que, no quesito QV, os participantes de sua pesquisa demonstraram bons níveis. Contudo, ao analisar a questão do estresse ocupacional, verificou-se que a maior parte dos professores classificou o seu trabalho como alto desgaste, situação que combina altas demandas com baixo controle, o que tornaria o trabalho do professor classificado com alto nível de desgaste psicológico, sujeito a diversas alterações na saúde física e mental, validando um fator preocupante em relação aos possíveis danos causados por essa elevação nos níveis de estresse.

Cardoso Junior (2022) investigou o fenômeno, utilizando o Materialismo Histórico Dialético (MHD). Nos seus principais achados, o autor revelou que as transformações provenientes da pandemia, entre outras variáveis, implicaram diretamente no trabalho do professor que já se encontrava imerso em desafios e exacerbando o abalo na QV desses profissionais, e isso deixou-os mais vulneráveis às doenças mentais.

Araujo (2022), por sua vez, teve como objetivo geral de sua pesquisa, avaliar a percepção acerca da QV dos docentes efetivos da Universidade Estadual do Maranhão. De

acordo com os achados do autor, o fator que mais impactou a QV dos docentes durante a pandemia foi o acúmulo de trabalho, ou seja, a QV dos docentes durante a pandemia foi afetada negativamente em todos os domínios e que o ambiente domiciliar não é local adequado para o desempenho do magistério.

Souza (2022) ponderou a respeito da presença de transtornos mentais comuns, bem como o estilo e QV dos professores do Ensino Superior em um Centro Universitário localizado em São Paulo, considerando o contexto da Pandemia da Covid-19. Os achados do estudo revelaram que os professores apresentaram baixa prevalência de transtornos mentais comuns. Outrossim, observou que os professores mais velhos estavam com melhor saúde mental e QV em comparação aos mais jovens. Aqueles envolvidos em atividades acadêmicas, como orientação de trabalhos científicos, também tinham melhor peso corporal. Foi evidenciado que a idade, o conhecimento em nutrição, a QV e a saúde mental influenciaram no estilo de vida desses professores.

O impacto da pandemia na QV dos professores está atrelado há alguns fatores, de forma que cada realidade desponta resultados específicos, como foi o caso do estudo de Bisogno (2022), realizado a fim de avaliar os elementos que afetavam a QV dos professores do Ensino Médio no município de São Gabriel /RS. O autor não obteve dados estatisticamente significativo no tocante à QV dos professores, no entanto, essa realidade muda ao serem considerados indivíduos participantes da pesquisa com sobrepeso ou obesos. Quer dizer, para este grupo em específico houve impacto negativo durante o período da pandemia.

Nesse mesmo sentido, Fritz (2023) averiguou a relação entre a QV e os afetos positivos e negativos, a fadiga física, emocional, as estratégias de enfrentamento, seleção, otimização e compensação usadas pelos docentes do Ensino Fundamental durante a pandemia da Covid-19. Para o autor, durante o período analisado, os docentes apresentaram uma percepção de QV adequada, relacionada à sua capacidade de desenvolver estratégias de enfrentamento. Entretanto, embora com médias elevadas atinentes à QV, alguns professores ainda enfrentam sintomas de fadiga física e psicológica no cotidiano.

Quadro 3 – Construção do Estado do Conhecimento realizado no SCIELO

Descritores	Artigos	Selecionado
“Pandemia Covid-19” AND “qualidade de vida” AND “professor” AND “estresse” AND “promoção da saúde”	-	-
“Pandemia Covid-19” AND “qualidade de vida” AND “Professor” AND “estresse” AND “promoção da saúde”	-	-
“Pandemia Covid-19” AND “estresse” AND “professores”	1	1
“Pandemia Covid-19” AND “estresse” AND “professores”	4	4
“Qualidade de vida” AND “pandemia Covid-19”	-	-
“Qualidade de vida” AND “pandemia Covid-19”	40	1
“Pandemia Covid-19” AND “qualidade de vida”	1	1
“Pandemia Covid-19” AND “qualidade de vida”	-	-
“Qualidade de vida” AND “atividade física” AND “professores” AND “Pandemia Covid-19”	-	-
“Qualidade de vida” AND “atividade física” AND “professores” AND “Pandemia Covid-19”	-	-
“Professor” AND “qualidade de vida” AND “Pandemia Covid-19”	-	-
“Professor” AND “qualidade de vida” AND “Pandemia Covid-19”	-	-

Fonte: Elaborado pela autora (2023), com base nos dados do Scielo

Para conduzir esta pesquisa, foi aplicado um filtro para abranger as produções de artigos no período de 2020 a 2023. Em seguida, procedeu-se a seleção baseada no tema do trabalho, excluindo aqueles que não se alinhavam aos objetivos desta investigação. Os textos que passaram por essa triagem foram submetidos à leitura dos resumos para identificar elementos similares aos propósitos desta pesquisa. Ao término desse processo, optou-se por incluir 04 artigos para serem parte deste estudo.

Quadro 4 – Artigos identificados analisados na íntegra

Ano	Autor	Título
2021	Troitinho <i>et al.</i>	Ansiedade, afeto negativo e estresse de docentes em atividade remota durante a Pandemia da Covid-19
2021	Freitas <i>et al.</i>	Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a Pandemia da Covid-19
2022	Guimarães <i>et al.</i>	Pandemia de Covid-19 e as atividades de ensino remotas: riscos ergonômicos e sintomas musculoesqueléticos dos docentes do Instituto Federal Catarinense
2022	Matias <i>et al.</i>	Correlação entre dor musculoesquelética e níveis de estresse em professores durante o período de ensino remoto na Pandemia de Covid-19

Fonte: Elaborado pela autora (2023), com base nos dados da Scielo

Troitinho *et al.* (2021) desvendam, em sua pesquisa, que o trabalho remoto emergencial produziu efeitos na ansiedade-estado, afeto negativo e estresse percebido, e essas respostas foram moderadas pela experiência prévia. Mulheres demonstraram maiores respostas que homens, um efeito mediado, principalmente, pela quantidade de trabalho doméstico realizado pela professora.

Nessa seara, Freitas *et al.* (2021) buscaram estimar a prevalência e os fatores associados aos sintomas da depressão, ansiedade e estresse em professores universitários da área da Saúde no período da Pandemia da Covid-19. Conforme os autores, a preponderância de sintomas da depressão, ansiedade e estresse em professores universitários da área da Saúde foi elevada, e fatores sociodemográficos e trabalhistas se mantiveram ligados aos desfechos investigados.

Ainda no intento de mapear os impactos da pandemia na saúde dos professores, Guimarães *et al.* (2022) desenvolveram um estudo que teve como objetivo avaliar os sintomas osteomusculares e os riscos ergonômicos presentes nos ambientes de trabalho dos docentes do Instituto Federal Catarinense (IFC). Como resultados, constataram a predominância de dor entre os professores, tendo um percentual de 94,7%, e as regiões mais frequentes foram o pescoço, a coluna lombar e o ombro direito. Os principais riscos ergonômicos observados foram: sobrecarga mental (estresse), mesa de trabalho e monitor inadequados. Notaram, também, a conexão entre dor no pescoço e docentes que apresentaram maior sobrecarga mental (estresse), não fazem atividade física e usam o computador por mais de 20 horas por semana.

Por seu turno, Matias *et al.* (2022) tencionaram perceber a prevalência de dor musculoesquelética e sua correlação com níveis de estresse em professores durante o ensino remoto na Pandemia da Covid-19. Verificaram uma elevada primazia de dor musculoesquelética nos professores durante o período de ensino remoto. A coluna lombar, cervical, torácica, punhos e mãos foram as regiões com mais dores. Os professores que apresentavam dor musculoesquelética relataram maiores níveis de estresse e houve uma correlação positiva entre a intensidade da dor musculoesquelética e níveis elevados de estresse ocupacional.

O estado do conhecimento apresentado destaca a relevância da pesquisa ao abordar a qualidade de vida (QV) dos professores durante a pandemia da Covid-19. Ao analisar teses, dissertações e artigos, a pesquisa identificou lacunas e convergências na literatura existente. Os dados coletados fornecem uma base sólida para a justificativa da pesquisa, demonstrando a escassez de estudos específicos sobre a QV dos professores no contexto brasileiro durante a pandemia e destacando a importância de compreender o impacto da QV em sua saúde física e mental.

### **3 QUALIDADE DE VIDA DO PROFESSOR: DESAFIOS E MUDANÇAS NA PRÁTICA DOCENTE FRENTE À PANDEMIA DA COVID-19**

O debate alusivo ao trabalho docente no contexto da Pandemia da Covid-19 é um tema relevante e atual, conforme já enfatizado, e que vem sendo assunto de debates e estudos. O ensino emergencial remoto levou o sistema educacional a adotar novas medidas de ensino. Os professores se adaptaram a atividades não presenciais, uma mudança repentina que gerou um misto de sentimentos, impactando diretamente sua saúde mental e na QV (Cuquetto; Portela; Vieira, 2022). Existem estudos sobre o efeito da Covid-19 em diversos espaços sociais. Brooks *et al.* (2020) e Shigemura *et al.* (2020) relatam que a saúde mental de pessoas socialmente isoladas, devido à pandemia, pode ser severamente impactada pelo medo do contágio, medo de infectar familiares e pela baixa na QV.

Segundo Silva *et al.* (2022), as imposições da pandemia desencadearam toda uma reestruturação social e de relacionamentos, assim, o distanciamento social modificou totalmente a rotina das pessoas, de forma que a falta de socialização, as constantes más notícias trazidas pela mídia e as mudanças das regras de higiene também podem ser elencadas como fatores que afetam psicologicamente os docentes e, conseqüentemente, sua produtividade no exercício de sua função. Nas palavras dos autores, os professores universitários estão entre os mais afetados psicologicamente haja vista a alta carga horária semanal, sobrecargas de trabalho, falta de preparo para atender a nova realidade, além das atividades burocráticas excessivas.

A QV é vista e analisada sob diferentes perspectivas. Com base no conceito da OMS, ela representa a percepção de uma pessoa sobre sua vida, no contexto de seu campo cultural e sua relação com objetivos, expectativas e preocupações. Envolve saúde mental, física, psicológica e emocional, além das relações sociais como família e amigos, abarca saúde, educação, moradia, higiene básica e outros ambientes de convivência (Fleck, 2000). Já a qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) se refere à forma subjetiva como o indivíduo avalia sua saúde e o impacto dessa condição em sua vida. No setor da economia, a QV está relacionada à arrecadação pessoal; para a Sociologia e as Ciências Políticas, o conceito de QV é para a população e não para o indivíduo; já a Psicologia conceitua como satisfação (Freire *et al.*, 2018).

De acordo com Santos (2021), a QV está atrelada à percepção do indivíduo no que diz respeito à sua posição na vida e isso inclui o cenário do sistema cultural e de valores nos quais as pessoas vivem. Além disso, está interligada aos objetivos pessoais e suas expectativas, padrões e apreensões que são afetadas de maneira complexa pela saúde do indivíduo. Entre os

fatores que impactam diretamente na QV, pode-se relacionar o estado psicológico, nível de dependência, relações sociais, crenças e convicções pessoais do ambiente que se vive.

Justino (2021) corrobora que a pandemia interferiu diretamente na QV dos professores e a consequência disso é o adoecimento destes profissionais. Os achados demonstram que a efetividade das medidas de contenção, principalmente o fechamento de escolas, causou impactos significativos na vida do aluno e professor, tanto a médio, quanto a longo prazo, sobretudo para os que vivem e lidam com os diferentes tipos de vulnerabilidade social.

Os resultados encontrados por Félix *et al.* (2021) mostraram que os professores avaliados sofreram impactos negativos durante a pandemia, em sua QV, principalmente acerca dos aspectos sociais e ambientais. A condição de trabalho docente atrela-se tanto à QV no trabalho quanto à saúde emocional, a qual consiste em propiciar uma melhor humanização e bem-estar do trabalhador no seu cotidiano, proporcionando, individualidade, autonomia, entendimento de saúde individual no contexto docente, melhoria nos aspectos físicos, psíquico e mental.

Ainda no rol de fatores contribuintes para o alto nível de estresse e impacto na QV, pode-se elencar 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 concernentes à administração do tempo.

Quanto aos professores, em especial os da rede pública de ensino, no Brasil, Alvarenga *et al.* (2020) evidenciaram que, entre os fatores que contribuem para a QV dos professores, os aspectos ambientais e sociais foram os de maior perda. Em consonância com o que foi dito e considerando: que o estresse no trabalho afeta a saúde do trabalhador e, por conseguinte, sua QV, Melo, Dias e Volpato (2020) dizem que os fatores de estresse no ambiente de trabalho envolvem, por exemplo, aspectos como organização, administração, sistema de trabalho e qualidade das relações humana. Diante dessa afirmação e voltando a atenção aos professores, pode-se afirmar que foram os principais aspectos que desencadearam a baixa QV, ou seja: mudança repentina do ambiente de trabalho; pressão por domínio de novas ferramentas de trabalho, como as mídias sociais; novas maneiras de se relacionar interpessoalmente.

Miranda (2021) realça que a precarização do trabalho, alta carga horária, falta de tempo para descanso e para cuidar da saúde, excesso de alunos em sala de aula, baixa remuneração, violência e indisciplina, são fatores que contribuem para o desgaste dos professores e impactam em sua QV. Ademais, os professores precisam lidar com pressões no trabalho por parte dos

gestores, preparar suas aulas, aplicar e corrigir avaliações, participar de comissões, enfim, não raro, o professor também transita entre a docência e trabalhos administrativos.

Entre os fatores que impactaram a QV dos professores na Pandemia da Covid-19, destaca-se, ainda, a sobrecarga de trabalho, considerada uma das maiores dificuldades enfrentadas por esses profissionais, assim como a dificuldade de conciliar o trabalho com as atividades de casa e a instabilidade emocional (Melo; Dias; Volpato, 2020). Em conformidade com as autoras, outros fatores podem ser elencados, como o desconhecimento das tecnologias e a falta de recursos tecnológicos, o desconforto com a exposição das aulas pela internet, sendo um dos principais fatores que levaram à instabilidade emocional.

Para Pedroso *et al.* (2021), o impacto na QV dos professores ao longo da pandemia está relacionado às mudanças de rotinas pessoais, profissionais e acadêmicas neste sentido tem-se as demandas de trabalho (lidar com pessoas, sobrecarga de trabalho fora da sala de aula, execução de atividades de alto nível de exigência) e o ambiente escolar geram desgastes físico e mental, exigindo esforço e adaptação do profissional.

A prática docente é desafiadora, pois os profissionais que encaram a docência como uma realização pessoal e profissional sempre tiveram que lidar com muitos problemas, seja estrutural ou de sistema. Entre os diversos desafios, pode-se elencar, por exemplo, a desvalorização profissional do professor, ambiente de trabalho inadequado, insatisfação com as condições de trabalho, sobrecarga de trabalho, falta de estímulo para se atualizar, escassez de materiais e equipamentos de apoio às aulas.

Tais fatores, por si só, já tornam a prática docente desafiadora em contextos normais, intensificando-se em panoramas caóticos, como foi o caso trazido pela Pandemia do novo Coronavírus, surgida em 2019. O início da Pandemia do novo Coronavírus (SARS-CoV-2) trouxe diferentes impactos no mundo todo, principalmente porque não havia planos estratégicos para o enfrentamento de uma pandemia.

A Pandemia da Covid-19, causada pelo novo Coronavírus, impôs ao mundo uma série de mudanças, consoante destacado anteriormente. Essas mudanças, por sua vez, culminaram em transformações sociais, culturais, comportamentais e na alteração no processo do ensino. Santos e Sá (2020) explicam que, com a mudança do ensino presencial para o remoto, muitas mudanças e impactos merecem atenção nesse processo, pois a inserção, no treinamento do professor, pode impactar tanto no seu desempenho pedagógico quanto no desenvolvimento do aluno. Ainda em consonância com os autores, na ótica do aluno, pode-se elencar como impacto e consequência fatores como:

a ausência de trabalhos em público e interação presencial com outros alunos; a falta de intimidade com as tecnologias e ferramentas disponíveis para intermediação entre aluno professor e acesso aos conteúdos; a falta de identificação com o método adotado; ausência de disciplina e foco para se dedicar aos estudos sem a presença de um professor presencial; conexão à internet insuficiente para uma boa experiência dentro do Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) e a falta de equipamento adequado para realização das tarefas durante o curso (Santos; Sá, 2020, p. 3).

Entretanto, levando em consideração a importância da educação e as consequências negativas que essa medida traria na sociedade, fez-se necessário repensar formas de atender a todos com educação de qualidade, de maneira igualitária e segura à preservação da vida. Novas configurações também influenciaram a educação e obrigaram as instituições a se organizarem. Como uma alternativa facilitadora de acesso à educação para dar continuidade ao ano letivo surgiram as atividades educacionais remotas emergenciais, autorizadas pela Portaria nº. 345/2020, do Ministério da Educação (MEC). Desse modo, com a inviável realização das aulas presenciais, dado o isolamento, o ensino remoto surgiu como uma alternativa de diminuição dos impactos negativos durante o processo de ensino e de aprendizagem.

Dessa forma, tendo em vista a realidade súbita trazida pela pandemia, o mundo viveu/vive uma realidade totalmente regrada, cheia de medos e insegurança, um cenário inédito na educação mundial, com grandes impactos na educação brasileira. Os professores se viram frente a uma realidade distinta, com a necessidade de enfrentar novos desafios e reinventar o modo de ensinar. Os docentes tiveram que aprender a manusear diversos equipamentos tecnológicos, utilizar softwares e aplicativos, gravar e editar vídeos, além de reformular todo o seu planejamento, tudo isso em pouquíssimo espaço de tempo para que o ensino remoto pudesse, realmente, ser implementado, dando continuidade ao processo de ensino e contribuindo para a diminuição da disseminação do vírus (Sá; Narciso; Narciso, 2020).

Nesse âmbito, a realidade das salas de aulas foi impactada, logo, mais um desafio a ser superado tanto pelas escolas, quanto pelos professores, despontou, com uma nova forma de ensinar, já que as aulas virtuais não se resumem apenas em adaptar aulas ditas tradicionais para a maneira de aulas síncronas. Pelo contrário, são aulas que exigem muito dos professores, sobretudo uma educação digital que inúmeros professores não tinham.

Estudos realizados em Minas Gerais e no Rio de Janeiro analisaram os desafios enfrentados pelos professores na implementação e manutenção do ensino remoto em meio à situação de pandemia (Sá; Narciso; Narciso, 2020). Os desafios foram averiguados com base em três pontos principais: o primeiro relacionado à formação do professor para implementar tecnologias de ensino a distância em suas aulas; o segundo associado à influência do perfil

socioeconômico dos alunos; e o terceiro com a autonomia dos alunos para aprenderem sem a mediação presencial de um professor.

O professor, mesmo sem formação, precisou responder positivamente e rapidamente para se adaptar ou mudar suas práticas, trazendo um conjunto de transformações fundamentais no desenvolvimento do trabalho dentro da didática atual de ensino remoto (Santos; Oliveira; Soares, 2021). Na concepção de Oliveira (2020, p. 39), “nesse novo ambiente de aprendizagem, o professor precisa ir além, motivar, aguçar a curiosidade, instigar a pesquisa, provocar a reflexão e o desenvolvimento do pensamento crítico”.

Entre os desafios, destaca-se a formação do professor para lidar com as Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs), pois, para que essas tecnologias sejam implementadas no ambiente escolar, é necessária formação específica (Sá; Narciso; Narciso, 2020). Os professores não têm formação para lidar com situações emergenciais, tampouco formação para trabalhar com o digital em uma realidade em que as escolas se configuram exclusivamente como presenciais. Isto é, dificilmente os professores passam por cursos de formação ou aperfeiçoamento para desenvolver habilidades para sua atuação em situações emergenciais, como é o caso da pandemia.

Diante da forçada e precoce situação de adaptação emergencial, os professores se viram sem qualificação e sem preparo, porém, enfrentaram esse desafio, buscaram dominar as ferramentas digitais e os recursos tecnológicos. Assim, cabe às Instituições de Ensino Superior (IES) atuar na implementação de tecnologias nos currículos dos cursos de graduação, visto que é de incumbência das universidades formar profissionais aptos a lidarem com as mudanças trazidas como decorrência do avanço tecnológico (Sá; Narciso; Narciso, 2020).

Outro ponto considerado como um desafio aos docentes na implementação de ferramentas de ensino a distância é o perfil socioeconômico dos alunos. A nova realidade imposta pela pandemia acentuou ainda mais a desigualdade social, a qual tem implicações negativas na aprendizagem de alunos em situação de vulnerabilidade econômica (Leal, 2020). Lima e Cavalcanti (2019) reiteram que a pandemia revelou desafios básicos quanto à prática dos educadores e, nesse sentido, pode-se elencar, por exemplo, a carência com relação ao retorno dos estudantes sobre as tarefas entregues pelo professor. Os desafios foram e são grandes e a realidade dos professores foi, indiscutivelmente, alterada.

Em termos materiais e estruturais, uma das explicações acerca da carência mencionada é que, de acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2018), cerca de 15 milhões de residências não contam com acesso à internet, o que corresponde a 20,9% dos domicílios do Brasil. Desse total, a pesquisa aponta que 79,1% das residências que

têm acesso à internet contam apenas com o celular como principal equipamento utilizado e, em 99,2% das residências, compartilham um único aparelho.

O cenário da educação a distância imposto pela pandemia trouxe à tona a dificuldade de alunos de classes sociais menos favorecidas em dar continuidade aos estudos durante isolamento social, uma vez que faltam computadores, *smartphones*, *tablets* e acesso à internet em suas residências. Esses novos desafios levaram, inclusive, a uma maior inadimplência e evasão escolar (Leal, 2020).

A desigualdade social já existente foi evidenciada pela pandemia; escolas e professores tiveram que se reinventar para não deixar nenhum aluno desassistido (Barros, 2022). Segundo Souza (2020), a crise sanitária impôs muitos desafios aos professores e estudantes, sobretudo, da Educação Básica, o que nos leva a refletir a respeito de uma nova educação, uma nova maneira de mediar o conhecimento.

Apesar das TICs já fazerem parte, direta ou indiretamente, da rotina das escolas e da realidade de muitos professores e estudantes, a utilização delas no período de pandemia, para substituir os encontros presenciais, tem encontrado vários desafios, entre eles: a infraestrutura das casas de professores e estudantes; as tecnologias utilizadas; o acesso (ou a falta dele) dos estudantes à internet; a formação dos professores para planejar e executar atividades *on-line* (Souza, 2020, p. 112).

Macedo e Neves (2021) também indicam que os principais problemas enfrentados pelos professores quando a escola invadiu suas casas foram o acesso à internet e o agendamento. Para os dirigentes escolares, os principais desafios foram os materiais técnicos, a conectividade e o processo de ensino de muitos professores que nada sabiam concernente a ferramentas *on-line*. Nesse rumo, é imprescindível promover uma educação que dote os professores desse conhecimento técnico.

Nessa toada, para Santos, Vargas e Vargas (2020), outro ponto importante é a capacidade dos discentes de aprenderem sem a presença física de um professor. As aulas na modalidade a distância foram marcadas pelas enormes listas de exercícios para que os alunos resolvessem sozinhos, sem a mediação do professor. No que tange a aplicação das TICs nas aulas, os autores afirmam que “não se estabeleceu novas formas de ensino que impulsionem a criatividade dos alunos e muito menos uma educação que valorize a reflexão em detrimento de práticas positivistas de ensino [...]” (Santos; Vargas; Vargas, 2020, p. 45). Tais aspectos levam a inferir que alguns alunos podem encontrar dificuldades em assimilar os conteúdos na ausência do ambiente escolar.

Ademais, não se pode ignorar a sobrecarga de trabalho dos docentes no período da Pandemia da Covid-19. Esses profissionais se viram obrigados a atender de forma indistinta seus alunos e suas demandas educacionais, transformando suas casas em sala de aula. Barros (2022) diz que, na pandemia, os professores se careceram a se reinventar no tocante à prática pedagógica e tiveram que reorganizar suas vidas para colocar outras funções dentro do mesmo horário.

Por fim, reforçando tudo o que já foi dito, mesmo com todos os desafios já citados e todos os desafios pedagógicos, o professor ainda teve que administrar suas próprias questões emocionais e a de seus alunos, conciliar suas atividades com a família, em um mesmo ambiente físico, e auxiliar seus alunos e suas famílias quanto ao uso das novas tecnologias, sendo que nem mesmo ele detinha o conhecimento delas. Precisou vencer desafios e quebrar paradigmas na utilização de TICs para o desenvolvimento do seu trabalho. Mais do que isso, o isolamento social representou, para os docentes, a necessidade de repensar a própria educação.

#### **4 A RESSIGNIFICAÇÃO DA PRÁTICA DOCENTE FRENTE À PANDEMIA DA COVID-19**

A pandemia causada pela Covid-19 colocou o mundo em alerta, fazendo-o se reestruturar em muitos aspectos da sociedade. O mundo passou a viver mudanças drásticas nos hábitos, nas formas de organização social e muitas incertezas. Na educação, o isolamento social e a suspensão das atividades presenciais de ensino tornaram necessária a adoção do ensino remoto como medida de distanciamento social, desafiando a escola e toda a comunidade escolar a se adaptar ao novo contexto social (Rosa, 2020).

Santos (2021), nesse sentido, disserta sobre a quarentena instituída para conter o novo coronavírus e o faz na perspectiva de determinados grupos sociais que, em comum, contabilizam inseguranças sociais precedentes. O autor assevera que, contrariamente às afirmações da mídia e dos organismos internacionais, a quarentena expõe e reforça a injustiça, a discriminação, a exclusão social e o sofrimento por ela provocados. Essa assimetria se invisibiliza em razão do pânico que atingiu os que não estão habituados a tal sofrimento.

Um ponto que ficou evidente foi que a pandemia da Covid 19 tirou muitos de sua zona de conforto e trouxe muitos aprendizados. Seus sentidos contraditórios mostraram a pulsão da morte que acometeu humanos e não humanos, ao mesmo tempo apontou o que há de mais nobre no ser humano, como a solidariedade, a compaixão e o cuidado com o outro. Revelou à humanidade que o que é necessário para a vida continuar nem sempre se compra com dinheiro ou bens. O vírus não se importou com o limite do cartão de crédito, embora saibamos que os maiores índices de morte e de perdas de vidas humanas ocorreram entre as populações mais pobres, desassistidas por políticas públicas e excluídas por alguma condição, como cor, sexo, origem étnica, dentre outros.

A pandemia trouxe, atrelado às suas incertezas, um cenário inédito na educação mundial, com grandes impactos na educação brasileira. Os professores tiveram que lidar com uma série de desafios. Mesmo estando confinados em suas residências, sentiram-se na obrigação de se reinventar e buscar alternativas viáveis para que a educação não continuasse paralisada e fosse negligenciada (Santos; Oliveira; Soares, 2021, p. 2).

Ainda nessa perspectiva, a Pandemia da Covid-19 acarretou rápidas transformações sociais, o distanciamento social obrigou os professores a irem em busca de novos meios de comunicação no âmbito educacional (Koscheck; Timm, 2022). As instituições de ensino tiveram que se reinventar e transformar a prática pedagógica com vistas a garantir o acesso à educação para todos, bem como um olhar para a formação que atendessem às demandas daquele

momento. Rosa (2020) atenta para a forma repentina à qual os docentes precisaram adaptar seus planos de aula, procurar e desenvolver novas estratégias de ensino com foco em uma educação remota ou à distância, além de muitos terem sido obrigados a transformar suas residências em sala de aula.

Todo esse processo de adaptação de aulas e de planos de aula do presencial para o remoto configuram-se como alguns dos desafios enfrentados pelos professores, além disso, passaram por um processo de ressignificação de seus trabalhos. De acordo com Fettermann e Tamariz (2021), a Pandemia da Covid-19 trouxe a urgência de ressignificar a aplicação das metodologias e tecnologias digitais adotada pela escola e por esses profissionais, para que as práticas utilizadas anteriormente não fossem apenas reproduzidas nos ambientes virtuais durante o período de crise.

A inclusão de novas tecnologias no processo de aprendizagem é um dilema enfrentado por todos os profissionais da educação, sendo um dos maiores desafios do século XXI para os educadores. Existe uma gama diversa de TICs, desde aulas em ambiente virtual e estudo de robótica, até jogos eletrônicos de caráter lúdico. Porém, a realidade das salas de aula brasileiras, traz à tona dúvidas de como incluir e gerir tais tecnologias no aprendizado dos estudantes, ademais de fazer premente a reestruturação do papel desempenhado pelo educador na construção do conhecimento.

A implementação das TICs e dos recursos digitais como um todo no contexto educacional da Pandemia da Covid-19 causou muitas preocupações por parte das escolas, bem como de seus professores, alunos e familiares. Consoante Fettermann e Tamariz (2021), quanto à adoção de TICs que, em outro momento, configurava-se como um diferencial nas escolas, diante das imposições causadas pela pandemia, transformou-se em uma necessidade básica. Silva e Santos (2020) acrescentam, acerca dos recursos digitais e tecnológicos, que a pandemia forçou uma exigência no que tange a inclusão dessas tecnologias, de modo que, sem esses recursos, era impossível manter o vínculo com os alunos e as aulas remotas. Ao papel do professor, nesse processo, ficou a incumbência de alinhar o planejamento e a sua prática, a fim contemplar a demanda em questão.

Ludovico *et al.* (2020) destaca que foi imposta aos professores a responsabilidade pela elaboração de atividades eficazes para a promoção de situações de aprendizagem que pudessem ser realizadas de maneira remota pelos estudantes. Contudo, o ensino remoto requer um planejamento específico, mudança nas metodologias, reorganização das instituições de ensino e a capacitação dos professores para manusear tais recursos tecnológicos para que, de fato, possam contribuir para o processo de ensino e aprendizagem (Sá; Narciso; Narciso, 2020).

Em vista disso, os docentes enfrentaram uma série de desafios para a invenção e implementação dessa nova configuração de educação. Segundo Koscheck e Timm (2022), a pandemia incitou mudanças e renovações na prática pedagógica, dado que nenhum profissional estava preparado para encarar o contexto imposto e os desafios daí advindos. Os professores tiveram que inovar e reorganizar suas práticas. Isso acarretou uma mistura entre o espaço privado e o de trabalho, tudo ocorrendo em um mesmo lugar. Pesquisar, planejar, organizar, preparar aulas e materiais sempre foram demandas dos docentes. No entanto, além dessas atribuições, ao longo da pandemia, foi necessário que os professores aprendessem, da forma mais rápida possível e acessível, como conduzir o momento de ensino remoto, para levar tudo isso até os alunos. Ademais, gravar, editar aulas, organizar atividades para disponibilizar em plataformas digitais também passou a fazer parte da rotina docente. Sendo assim, foi por meio das ferramentas digitais que o professor buscou se aproximar dos alunos, sem perder o vínculo e sem deixar de dar continuidade ao ensino e à aprendizagem (Koscheck; Timm, 2022, p. 5).

É válido ressaltar que não basta apenas dispor de recursos e ferramentas tecnológicas para a exposição e fluxo das aulas. De acordo com Veras e Oliveira (2021), o planejamento adequado visa atender a sequência didática coerente com a realidade analisada, ou seja, é imprescindível a formação dos docentes para que haja a instrumentalização do uso das ferramentas com o fornecimento de suporte técnico. Além do ensino à distância, novas tecnologias, que se caracterizam como métodos ativos, foram aprimoradas e continuam sendo um desafio para muitos professores.

A questão das TICs, que não é recente, incide de modo direto no mundo do trabalho e de maneira muito específica no panorama educacional. Mudanças políticas, econômicas e culturais, tal como nos modelos de comunicação enfrentados pelas sociedades contemporâneas, geraram forte impacto na educação. Assim sendo, a introdução, disseminação e apropriação das TICs suscitam novos comportamentos e novas ações humanas (Bezerra; Veloso; Ribeiro, 2021).

É preciso considerar, ainda, que ambientes automatizados exigem uma nova formação do cidadão, um novo perfil do trabalhador, com qualificação, conhecimento crítico e criativo. As transformações geradas na sociedade da informação impactaram as relações devido às várias possibilidades de interação, além da maneira como é criado e divulgado o conhecimento científico. Não há retrocessos na tecnologia, ela é apenas uma ferramenta que pode melhorar o aprendizado do aluno. Ressalta-se que educação significa formação humana, não o campo técnico propriamente dito (Zurawski; Boer; Scheid, 2020).

É fundamental levar em conta que as TICs, enquanto ferramentas de ensino, podem agregar substancialmente ao processo de aprendizagem. No entanto, o ensino subordinado às tecnologias de comunicação remota enfatiza as fragilidades da educação (Sá; Narciso; Narciso, 2020). Ainda com base nos autores, o ensino presencial não pode ser substituído pelas tecnologias, mas estas podem se tornar aliadas mais presentes no processo de aprendizagem.

Esse processo de ressignificação do fazer docente implica em discutir a forma como essas ferramentas tecnológicas são inseridas nas salas de aula, ademais da atenção concernente à formação e à capacitação desses profissionais, no sentido de os preparar para lidar com a nova realidade, garantindo, dessa maneira, condições dignas de trabalho e uma educação de qualidade para todos. Destarte, educação a distância, ensino remoto e aprendizagem híbrida são modelos de ensino que podem contribuir para a eficácia do ensino em um era digital, tendo como sujeito-chave, o professor, que deixa de ser apenas um reprodutor de conteúdos e assume um papel de mediador do conhecimento junto a alunos altamente conectados.

## **5 CONCEPÇÕES E CAMINHOS METODOLÓGICOS**

Nesta seção, são descritos os caminhos metodológicos para o desenvolvimento da presente pesquisa, como o tipo de pesquisa, o contexto em que ocorreu, os participantes, a coleta de dados e a construção do roteiro do instrumento que foi utilizado na entrevista com os participantes e análise dos dados. Também integra esse capítulo a análise dos dados, bem como os procedimentos éticos de acordo com a Resolução nº 510/2016.

### **5.1 Delineamento do estudo**

A referida proposta de pesquisa foi efetivada em dois momentos, visando responder aos objetivos propostos. Inicialmente, foi realizada uma pesquisa bibliográfica, com base em estudos sobre a temática, objetivando fundamentar as questões norteadoras elencadas na formulação do problema. Assim, a partir desta etapa, empregou-se a análise e buscou-se responder ao seguinte objetivo: analisar a ressignificação da prática pedagógica do professor em sala de aula diante da Pandemia da Covid-19.

Segundo a concepção de Gil (2017), a pesquisa bibliográfica reside no fato de permitir ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente.

Nessa seara, na sequência, realizou-se uma pesquisa de campo, do tipo qualitativa. Na concepção de Minayo (2014), quando se trata da pesquisa qualitativa, essa se debruça sobre o entendimento do nível de realidade que não pode ser quantificável, ou seja, liga-se ao universo de significados, motivações, crenças e valores. De acordo com Gil (2017), as pesquisas qualitativas, diferentes das pesquisas quantitativas, focam na representação dos resultados por meio de descrições verbais; é um tipo de pesquisa que tem como enfoque o interpretativismo. Nas palavras do autor, no enfoque interpretativista, o mundo e a sociedade devem ser entendidos consoante a perspectiva daqueles que o vivenciam, o que implica considerar que o objeto de pesquisa é compreendido como sendo construído socialmente.

### **5.2 Cenário de investigação**

Esta investigação foi realizada na cidade de Rondonópolis, localizada no estado do Mato Grosso, na região Centro Oeste do país. A referida cidade foi emancipada em 10 de dezembro de 1953, situa-se a 210 km da capital do estado, Cuiabá. Rondonópolis é a terceira maior cidade

do estado, ficando atrás apenas de Cuiabá e Várzea Grande, em termos demográficos. Segundo dados do IBGE (2022), o município em pauta tem as seguintes informações: uma área territorial de 4.824,020 km<sup>2</sup>, população estimada em 244.897, sendo 50,77 hab./km<sup>2</sup>. Na área da escolarização de 6 a 14 anos se dá a 98,4%, teve como Índice de Desenvolvimento Humano Municipal (IDHM) é de 0,755, perpassando um Produto Interno Bruto (PIB) per capita de 54.439,68.

O município de Rondonópolis conta com 71 escolas municipais, 32 escolas estaduais, 34 escolas privadas e uma federal (IBGE, 2022). Em consonância com a Diretoria Regional de Educação (DRE) de Rondonópolis, órgão vinculado à Secretaria Estadual de Educação (SEDUC/MT), o município possui 36 escolas estaduais, sendo duas Escolas Militares, cinco Escolas Integrais, quatro Escolas Confessionais, duas Escolas do Campo, 19 Escolas Regulares; destas, cinco oferecem Educação de Jovens e Adultos (EJA) e um Centro de Educação de Jovens e Adultos (CEJAS).

O cenário da investigação foi composto por cinco escolas estaduais. O critério de inclusão das referidas escolas foi integrar as diversas modalidades na forma de organização, com uma realidade e um contexto distinto que, durante a crise sanitária, tiveram que se reinventar para manter seu nível de atendimento às suas demandas. Assim sendo, foram incluídas as instituições a seguir descritas.

Escola Estadual Militar Tiradentes Major PM Ernestino Veríssimo da Silva, com demanda de 1.213 alunos e 77 professores. Trata-se de uma escola militar, funcionando nos turnos da manhã e tarde, com a Educação Básica, a partir do Ensino Fundamental 2. As escolas militares têm características que as diferenciam das outras, como, por exemplo, os valores e tradição dos militares, sendo a disciplina e a hierarquia as palavras de ordem da instituição. No caso das escolas militares, há duas no município. Optou-se por essa, pois o processo de gestão (administrativo, pedagógico ou disciplinar) é repassado para o comando das polícias e, por ser de cunho regular, já que a outra escola militar é de tempo integral.

Escola Estadual Adolfo Augusto Moraes, escola em tempo integral, atende 315 alunos e conta com 35 professores. Os estudantes permanecem em dois períodos na escola (matutino e vespertino). A parte da manhã é reservada à educação formal, enquanto, no turno da tarde, são desenvolvidas atividades extracurriculares; possui currículo integralizado, matriz flexível, diversificada, e prepara os alunos para realizar seu Projeto de Vida e ser protagonista de sua formação, além de contar com estrutura física mais ampla para garantir vivência diversificada aos alunos durante o dia todo. É uma escola que ampara a família, uma vez que, no tempo em que os pais trabalham, podem ter certeza de que seus filhos passam o dia em um local seguro,

familiar e confiável, com a grade montada com atividades pensadas cuidadosamente para os alunos.

Escola Estadual Sagrado Coração de Jesus, possui 382 alunos e 44 professores. É uma escola confessional, vinculada à igreja católica, funcionando nos turnos da manhã e da tarde, com ofertas do Ensino Fundamental 2. Para esse tipo de escola, o desenvolvimento dos sentimentos religioso e moral nos alunos é o principal objetivo do trabalho educacional. Enquanto uma escola regular constrói sua proposta baseada somente em correntes pedagógicas, a confessional procura ter um embasamento filosófico-teológico.

Escola Estadual José Rodrigues dos Santos, uma escola do campo/rural, atende 905 alunos, conta com 44 professores. É válido destacar que a escola atende toda a Educação Básica, ou seja, Ensino Fundamental 1 e 2 e Ensino Médio regular e EJA, nos períodos da manhã, tarde e noite. O objetivo é oferecer uma educação escolar específica, associada à produção da vida, do conhecimento e da cultura do campo e desenvolver ações coletivas com a comunidade escolar, em um prisma de qualificar o processo de ensino e aprendizagem.

Escola Estadual Emanuel Pinheiro, é uma escola regular, que conta com 469 alunos e 26 professores; oferece o Ensino Fundamental 2, nos períodos da manhã e da tarde. Essa escola tem a modalidade de ensino que busca atender a estudantes que frequentam a escola na Educação Básica com as idades consideradas normais, de acordo com cada nível de ensino. É uma escola regular, que funciona por turnos.

### **5.3 Participantes do estudo**

Os participantes do estudo foram os professores do Ensino Fundamental 2 das referidas escolas mencionadas.

Utilizou-se os seguintes critérios de inclusão e exclusão:

- Critério de inclusão: foram incluídos os professores efetivos, que estavam na ativa no período da Pandemia da Covid-19, entre os anos de 2020 e 2023;
- Critério de exclusão: foram excluídos os professores que estavam de licença médica no período do estudo.

A amostra foi constituída por 15 professores. É importante dizer que, a princípio, foi definida uma amostra de 20 docentes, todavia, um professor não era efetivo e outros quatro não contemplavam o critério de estarem atuando em sala de aula no período de 2020 a 2023 nas suas respectivas escolas atuais.

## 5.4 Coleta de dados

Inicialmente, foi realizado contato presencial com a Diretoria Regional de Educação (DRE) de Rondonópolis, a fim de conseguir os contatos telefônicos das escolas selecionadas para fazer parte desta investigação. A assessora pedagógica, pessoa que respondia pela unidade, enviou os contatos das Escolas Polos Estaduais de Rondonópolis. Na ocasião, encaminhou, também, o contato dos diretores e uma relação com os números de telefones de escolas que tinham o Ensino Fundamental 1, 2, Ensino Médio e EJA do município.

Após essa etapa, o próximo passo foi entrar em contato, via telefone, com todos os diretores das escolas selecionadas. Todos os diretores contatados autorizaram a participação das escolas na pesquisa. Nesse momento, foi apresentado o projeto e, então, agendou-se a data para a assinatura dos termos de autorização das escolas. Em continuidade, foi realizado contato com os professores e, mediante convite para participar do estudo, as entrevistas foram marcadas de acordo com a disponibilidade de cada professor.

As entrevistas ocorreram nos meses de agosto e setembro de 2023, *in loco*, quer dizer, na própria escola em que o professor atuava. As entrevistas duraram, em média, de 15 a 20 minutos. Contou-se, nesse processo, com o auxílio de um aparelho de celular, usado para gravar as entrevistas. Todos assinaram, em duas vias, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). As entrevistas ocorreram de forma isolada, isto é, individualmente, em horário conforme à disponibilidade do participante.

Em seguida, as entrevistas foram transpostas para um computador do tipo *notebook*, a fim de dar início às transcrições na íntegra. Na sequência, fizeram-se as análises das informações.

## 5.5 Instrumento de coleta de dados

A coleta de dados foi realizada por meio de uma entrevista semiestruturada. O roteiro de entrevista, segundo Silvia, Oliveira e Neves (2021), propicia ao pesquisador um diálogo com os participantes, visando relatar aspectos particulares do contexto investigado. Esclarece-se, também, que a entrevista deve estar alinhada aos objetivos da pesquisa e, no tocante ao modo de realizar, estão associadas às escolhas metodológicas do pesquisador.

Assim, o roteiro de entrevista aplicado nesta pesquisa foi construído a partir da literatura que fundamenta este estudo e tendo como premissa os objetivos propostos. O roteiro deste estudo foi dividido em dois blocos de questões, sendo oito perguntas voltadas aos objetivos da

pesquisa, e seis perguntas referentes ao perfil dos participantes (idade, sexo, estado civil, formação acadêmica, tempo de atuação e horas de trabalho) (Apêndice B).

## 5.6 Análise dos dados

A análise dos dados ocorreu por meio de Análise Temática, segundo o modelo de Minayo (2008). Para a autora, a Análise Temática é uma técnica de análise que tenciona identificar, interpretar e categorizar os temas presentes nos dados qualitativos. Análise Temática compreende três etapas: pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados

Na fase da pré-análise realizou-se a organização das informações e a sistematização das ideias iniciais, mediante a elaboração de um quadro. Procedeu-se uma leitura flutuante, ou seja, o contato exaustivo do material, destacando elementos principais com a finalidade de identificar unidades de registro (palavras-chave). Na segunda etapa, explorou-se o material que resultou na codificação, classificação e agregação dos dados com base nas categorias pré-existentes. A seguir, foram identificadas as categorias emergentes responsáveis pela especificação do tema. Na última etapa, procedeu-se ao tratamento dos resultados e interpretação.

A partir do roteiro de entrevista aplicado junto aos professores, elaborou-se o quadro a seguir, que organiza as categorias e as questões relacionadas à pesquisa.

Quadro 5 – Categorias e questões relacionadas à pesquisa

(continua)

<b>Categoria</b>	<b>Questões relacionadas</b>	<b>Descrição</b>
Qualidade de Vida	Q1: Na sua percepção o que é qualidade de vida para você?	Percepção da QV dos professores, abrangendo diferentes aspectos como saúde física, mental, social e emocional.
Desafios e Enfrentamentos	Q4: Sabemos que, em 2020, vivemos um cenário desafiador na sociedade diante da Pandemia da Covid-19, na prática docente, você enfrentou alguns desafios? Se sim, você poderia falar sobre esses desafios? Q5: Referente ao uso das tecnologias, quais foram os maiores desafios que você encontrou? Q6: Considerando o ensino remoto e o retorno às aulas presenciais, quais foram os momentos mais desafiadores para você e por quê?	Aborda os desafios e obstáculos que os professores enfrentaram durante a Pandemia da Covid-19, incluindo aspectos como a adaptação ao ensino remoto e a sobrecarga de trabalho.
A Prática Docente no Contexto da Pandemia	Q7: Como o distanciamento social impactou na sua prática profissional? Quais fatores foram os principais?	Análise da prática docente durante o período da Pandemia da Covid-19, considerando as estratégias de ensino, as ferramentas

Quadro 5 – Categorias e questões relacionadas à pesquisa

(conclusão)

<b>Categoria</b>	<b>Questões relacionadas</b>	<b>Descrição</b>
		tecnológicas utilizadas e as mudanças nas dinâmicas de sala de aula.
Impacto na Qualidade de Vida do Professor	Q2: Com o cenário da Pandemia da Covid-19, houve mudanças na sua qualidade de vida? Se houve, você poderia falar sobre essas mudanças? Q3: Você considera que estas mudanças e desafios que você citou impactaram sua qualidade de vida? Se sim, poderia falar sobre na Q8: Considerando o que conversamos sobre a sua qualidade de vida, quais fatores você considera que impactaram na sua qualidade de vida? Por quê?	Avaliação do impacto da Pandemia da Covid-19 na QV dos professores, relacionando os desafios enfrentados, a prática docente e as consequências para a saúde e bem-estar dos docentes.

Fonte: Elaborado pela autora (2023)

### 5.7 Aspectos éticos

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), parecer nº 69491823200005352, e segue os pressupostos da Resolução nº 510/2016, que trata das normas aplicáveis às pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. Em relação aos princípios éticos das pesquisas em Ciências Humanas e Sociais, a referida Resolução enumera, em seu capítulo II, art. 3:

- I - reconhecimento da liberdade e autonomia de todos os envolvidos no processo de pesquisa, inclusive da liberdade científica e acadêmica;
- II - defesa dos direitos humanos e recusa do arbítrio e do autoritarismo nas relações que envolvem os processos de pesquisa;
- III - respeito aos valores culturais, sociais, morais e religiosos, bem como aos hábitos e costumes, dos participantes das pesquisas;
- IV - empenho na ampliação e consolidação da democracia por meio da socialização da produção de conhecimento resultante da pesquisa, inclusive em formato acessível ao grupo ou população que foi pesquisada;
- V - recusa de todas as formas de preconceito, incentivando o respeito à diversidade, à participação de indivíduos e grupos vulneráveis e discriminados e às diferenças dos processos de pesquisa;
- VI - garantia de assentimento ou consentimento dos participantes das pesquisas, esclarecidos sobre seu sentido e implicações;
- VII - garantia da confidencialidade das informações, da privacidade dos participantes e da proteção de sua identidade, inclusive do uso de sua imagem e voz;
- VIII - garantia da não utilização, por parte do pesquisador, das informações obtidas em pesquisa em prejuízo dos seus participantes;
- IX - compromisso de todos os envolvidos na pesquisa de não criar, manter ou ampliar as situações de risco ou vulnerabilidade para indivíduos e coletividades, nem acentuar o estigma, o preconceito ou a discriminação; e
- X - compromisso de propiciar assistência a eventuais danos materiais e imateriais, decorrentes da participação na pesquisa, conforme o caso sempre e enquanto necessário (Brasil, 2016, p. 3).

Primeiramente, as escolas foram contatadas, solicitando autorização para realização desta pesquisa. Compete dizer que todas as escolas deram anuência positiva. Vencida esta etapa, realizou-se uma visita in loco, com o intuito de fazer um mapeamento dos professores por área do conhecimento. Na sequência, entrou-se em contato com os professores, comunicando sobre a pesquisa e verificando a disponibilidade para participação.

Foi assegurada a autonomia dos participantes, garantindo a liberdade em não aceitar participar da pesquisa. O participante também poderia suspender sua participação a qualquer momento, sem qualquer tipo de consequência ou penalidade. Foi garantida, ainda, a confidencialidade dos participantes, bem como o resguardo das informações, privacidade e proteção de sua identidade.

Com a finalidade de manter o sigilo dos participantes, utilizaram-se os seguintes códigos para identificar os participantes: P1, P2, P3... A participação se deu por meio de uma entrevista, que foi gravada e após transcrita na íntegra. Para tanto, foi lido e assinado o TCLE (Apêndice A) em duas vias – uma ficou com a pesquisadora e outra com o participante.

A presente pesquisa apresentou riscos mínimos, sem possibilidade de causar algum dano à dimensão física, psíquica, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual do ser humano em qualquer fase da pesquisa e dela decorrente. No entanto, se houvesse qualquer possível risco, teria sido minimizado.

Em relação aos benefícios do estudo, esses podem ser diretos ou indiretos. Indiretamente, o estudo fornece subsídios para as escolas planejarem ações de promoção da saúde com vistas a possibilitar uma melhor QV aos gestores e aos professores. Ademais, esta pesquisa traz subsídios para elaboração de Políticas Públicas de Saúde no contexto escolar com foco na saúde docente.

Após a defesa, será organizada uma roda de conversa com os professores das referidas escolas para devolução dos resultados e, na oportunidade, realizar-se-á um momento de reflexão sobre a importância da promoção saúde para uma melhor QV. Também será elaborado um *folder* com uma síntese dos principais resultados da pesquisa, que será distribuído gratuitamente nas escolas que participaram desta pesquisa.

Acerca dos materiais e documentação da pesquisa, serão arquivados pela pesquisadora por um período de cinco anos e, ao final desse período, serão descartados de acordo com a norma ambiental vigente.

Não houve nenhum custo aos participantes relacionado a este estudo, de igual maneira, não houve remuneração, pagamento ou recompensa pela participação, sendo voluntária. No

entanto, eventuais despesas decorrentes da sua participação, como alimentação e transporte, foram ressarcidas integralmente pela pesquisadora.

## 6 ACHADOS DA PESQUISA

*É quando eu consigo alinhar o meu trabalho, com a minha família, e com a minha história pessoal (P10).*

### 6.1 Qualidade de vida do professor: mudanças e desafios frente à Pandemia da Covid-19

A amostra foi constituída por 15 professores, sendo que 40% pertencia a faixa 49 a 50 anos. Entre os participantes, 80% se declararam do sexo feminino e 80% casada/casado. Em relação à formação acadêmica, 13% é da área da língua portuguesa, 6,7% de artes, 6,7% da educação física, 6,7 de inglês, 6,7% de história, 20% de geografia, 20% de ciências, 20% de matemática. Entre os participantes, 66,6% possuíam especialização e 33,4% mestrado. No que tange ao tempo de atuação 46,6% trabalhava há um período de 11 a 20 anos e 66,6% disseram trabalhar 30 horas semanais.

A seguir, são apresentados os resultados das categorias temáticas: Qualidade de Vida; Desafios e Enfrentamentos: A Prática Docente no Contexto da Pandemia e Impacto na Qualidade de Vida do Professor.

### 6.2 Qualidade de vida

*[...] é viver bem, tanto na vida pessoal, profissional... Ter calma, ter uma família que apoia... É [...] eu imagino viver calma, tranquila... (P12).*

Essa categoria tem como foco a percepção da QV dos professores e sua interface com a saúde física, mental, social e emocional. Ao analisar as falas dos participantes do estudo, evidenciou-se a abrangência da QV, demonstrando uma conexão entre vários elementos vitais, como trabalho, saúde, família e lazer. Notou-se, ainda, que QV para os professores esteve interligada à capacidade de realizar atividades desejadas, desfrutar de interações sociais e familiares satisfatórias, ter acesso à alimentação adequada, ter uma habitação estável e encontrar equilíbrio entre trabalho e vida pessoal. Além disso, a presença de um ambiente agradável e tranquilo também foi referida como fundamental para o bem-estar geral e para manter a saúde física e mental e, por conseguinte, manter um nível desejável de QV.

A QV tem uma definição ampla e abrangente, nesse sentido, Miranda (2021) preconiza que a definir não é fácil, visto que engloba um conceito amplo, complexo, de difícil conceituação e vem sofrendo modificações ao longo do tempo, dependendo do objetivo e

interesse das áreas de investigação. Tal afirmação é confirmada pela investigação ora apresentada, pois, a partir da pesquisa de campo realizada, foi possível identificar que, na percepção dos participantes, a QV abarca fatores como saúde, lazer, atividade física, família, atividade profissional, condição financeira, saúde física.

As falas a seguir ilustram o que foi dito:

*É a gente ter condições de fazer o que a gente quer, sair passear, ter saúde [...]Fazer exercício, encontrar a família (P1).*

*[...] é você estar bem de forma integral, tanto físico, mental, social, e... no trabalho [...] é você está ééé... bem em todos os aspectos da vida (P5).*

*[...] é poder se alimentar bem, né? É... Ter uma casa para morar, né? Viajar quando quiser, né? Está de bem com a vida... (P9).*

*É quando eu consigo alinhar o meu trabalho com a minha família, e com a... a minha história pessoal (P10).*

*Ah, primeiro, um ambiente, né? Tem que tá o mais agradável possível. Mentalmente, fisicamente... (P13).*

Diante do exposto, relacionando QV e saúde, conforme a percepção dos participantes do estudo, há uma concepção multidimensional. Em razão disso, recorre-se à definição trazida pela OMS (2012, p. 1405): “Qualidade de Vida é a percepção do indivíduo sobre a sua posição na vida, no contexto da cultura e dos sistemas de valores nos quais ele vive, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Percebe-se que, por sua própria definição, a QV imprime um aspecto subjetivo. Vasconcelos *et al.* (2020) afirmam que, por este aspecto, as dimensões da QV incluem saúde física, estado psicológico, nível de independência, interações sociais com o meio ambiente e crenças religiosas, entre outros aspectos.

Com base nas falas dos entrevistados, a saúde despontou como um dos principais fatores para o bem-estar e QV. Ressalta-se que a definição de saúde também é ampla e envolve a saúde física, emocional e mental. Esse achado é ratificado por Avelar, Lima e Baptista (2022), nas palavras dos autores, a QV, sobretudo na Pandemia da Covid-19, estava ligada à saúde física, mental e social dos indivíduos; no caso dos professores, esses foram fatores tanto afetados pela Pandemia da Covid-19, como pela intensificação do trabalho.

As falas a seguir comprovam essa constatação:

*Ah, primeiro, um ambiente, né? Tem que tá o mais agradável possível. Mentalmente, fisicamente [...], além do físico, bem de saúde, tem que ter o aspecto também ambiental, materiais (P12).*

*[...] envolve um amplo aspecto, porque você associa trabalho, é, saúde, família, lazer e tudo englobado [...] tempo pra você sair, pra você se distrair, é, você trabalha, você tem a sua família, você sai, é, você tem um tempo livre pra fazer o que você gosta, é, preocupar com a saúde, com uma alimentação equilibrada, cuidado com... Com a saúde, né (P14).*

*[...] é você ter uma condição financeira estável e ter uma saúde mental e física estável também [...] (P15).*

Outro aspecto atinente à QV na percepção dos participantes diz respeito ao lazer. O lazer, por definição, compreende, conforme Cembranel *et al.* (2021) a entrega das pessoas para repousar, divertir, recrear ou se entreter. Ainda na percepção dos autores, o lazer também está associado a atividades de interesse, pela participação voluntária. Stênico e Paes (2016) reforçam que o lazer engloba muito mais que tempo livre, visto que seu entendimento permeia a dimensão cultural que lhe confere diferentes formas de conceituação e valorização na história.

*[...] você sentir-se bem no seu trabalho, né? Ter momentos de lazer e conseguir arcar com todas as suas despesas tranquilamente (P7).*

*[...] envolve um amplo aspecto, porque você associa trabalho, é, saúde, família, lazer e tudo englobado [...] tempo pra você sair, pra você se distrair, é, você trabalha, você tem a sua família, você sai, é, você tem um tempo livre pra fazer o que você gosta, é, preocupar com a saúde, com uma alimentação equilibrada, cuidado com... Com a saúde, né [...] (P14).*

No presente estudo, as falas dos professores apresentaram uma visão multidimensional da QV, que abrange elementos como trabalho, saúde, família e lazer. Eles enfatizaram a importância de reservar tempo para atividades prazerosas e de cuidar da saúde, incluindo uma alimentação equilibrada. Destacaram também a relação direta entre a estabilidade financeira e a saúde mental e física, sublinhando a relevância de uma condição financeira sólida na promoção do bem-estar geral. Essas perspectivas acentuam a complexidade da QV dos professores e a necessidade de abordar de maneira holística, reconhecendo a interdependência entre as diferentes esferas da vida para promover um bem-estar geral (Lopes-Pereira, 2023).

Observou-se, ademais, na fala dos participantes, a saúde física e sua conexão com a percepção de QV. A prática regular e sistemática da prática de atividade física confere aos indivíduos inúmeros benefícios como melhora do sono, diminuição do estresse, melhora da composição corporal, aumento da disposição para atividades cotidianas entre outros. Nesse tom, Zamai *et al.* (2011) asseguram que atividade física é um elemento essencial no tocante à aquisição e manutenção de uma boa QV. Os autores recomendam que essas práticas devem ser implementadas, maiormente, em momentos de lazer e horários de trabalho. Tal resultado é evidenciado na fala a seguir:

*É a gente ter condições de fazer o que a gente quer, sair passear, ter saúde [...] fazer exercício, encontrar a família (P1).*

Na fala deste professor, a QV está intrinsecamente ligada à liberdade de realizar atividades que proporcionem felicidade e bem-estar, como passeios, exercícios físicos e interações familiares. Essa ótica ressalta a pertinência de levar em consideração o aspecto subjetivo da QV ao avaliar e melhorar o bem-estar das pessoas, reconhecendo que o que contribui para a QV pode variar amplamente entre diferentes indivíduos (Borsoi; Pereira, 2013).

Em continuidade, foi identificado, a partir das falas dos participantes, que a família exerce papel primordial na QV. Esse achado converge com o que diz Polsin (2012), para quem a família constitui uma organização de apoio, limite, proteção e socialização de seus integrantes. A família é o porto seguro das relações sociais, é onde se desenvolvem valores que norteiam o indivíduo, conforme as falas que seguem:

*[...] ela tem um amplo significado, mas quando eu penso no meu trabalho, qualidade de vida para mim, é um ambiente com uma boa estrutura onde eu possa desenvolver é o meu trabalho [...] é ser valorizada enquanto docente, ser respeitada, ter esse reconhecimento da sociedade [...] amanhecer bem, ter básico pra eu me manter, pra eu sobreviver, é saber dos filhos ver que todos saudáveis, que estão numa situação confortável [...] (P8).*

*[...] é o indivíduo poder trabalhar feliz, podendo ao término do trabalho voltar pra sua residência, estar feliz com a sua família (P11).*

Por fim, averiguaram-se temáticas emergentes nas falas dos professores, que a atividade profissional e condição financeira integram a percepção de QV. De fato, ao olhar-se mais profundamente, é compreensível que a atividade profissional impacta na QV dos indivíduos, dado que, em linhas gerais, a maioria das pessoas passam de oito a 12 horas do seu dia no ambiente laboral. Rossi (2002, p. 3) asseveram que “o entendimento sobre qualidade de vida no trabalho é de que ela envolve não só os aspectos físicos e ambientais, mas também o bem-estar do trabalhador dentro e fora do local de trabalho”.

Ne sequência, algumas as falas que indicam a importância da QV no contexto da atividade profissional:

*[...] mas é você está [...], bem com os seus colegas de trabalho[...] (P3).*

*[...] saber administrar o tempo que a gente tem [...] o trabalho tem o seu tempo [...] (P4).*

*Ah, primeiro, um ambiente, né? Tem que tá o mais agradável possível. [...]tem que ter o aspecto também ambiental, materiais (P13).*

*[...]é você estar bem de forma integral, tanto físico, mental, social, e...no trabalho [...] é você está ééé... bem em todos os aspectos da vida (P5).*

Com base nas falas dos professores, vislumbra-se a necessidade de manter boas relações interpessoais no ambiente de trabalho, bem como a relevância de uma gestão eficaz de tempo para equilibrar as demandas profissionais e pessoais. Os participantes enfatizaram a influência positiva de um ambiente agradável e bem equipado, considerando não apenas o aspecto ambiental e material na promoção do bem-estar geral e no suporte à QV.

Os respondentes destacaram a necessidade de se sentirem valorizados em seu papel como docentes e de desfrutar de um ambiente de trabalho adequado, equilibrando as demandas do trabalho com a vida familiar. Isso demonstra como a QV é influenciada por fatores, tanto profissionais quanto pessoais, frisando a complexidade dessa equação (Aguiar *et al.*, 2023).

Ainda no tocante à condição financeira, esta se relaciona com a QV visto que traz segurança, conforto, realização pessoal, proporciona maior autonomia e certa liberdade. De acordo com Vissotto Junior e Navarro (2013), o bem-estar financeiro minimiza as preocupações e melhora a sanidade mental por meio da redução do estresse e outras doenças crônicas de natureza psicológica. Ainda, consoante o autor, uma boa condição financeira aumenta, no indivíduo, a sua sensação de bem-estar, tornando-se um membro mais ativo na sociedade, com predisposição, por exemplo, para a prática de esportes.

Avultam-se as falas dos professores que revelaram que a saúde financeira influencia na QV:

*[...] é conseguir administrar todos os campos que a gente tem, né? A vida profissional, a família, vida financeira (P6).*

*[...] é você ter uma condição financeira estável e ter uma saúde mental e física estável também (P15).*

As falas dos participantes do estudo revelaram que a saúde financeira impacta na QV, posto que, quando essa parte da vida está afetada, as pessoas tendem a ter preocupações e, no geral, privam-se mais. Tudo isso pode desencadear uma série de problemas que podem afetar diretamente a vida física ou emocional das pessoas. Fica claro que ter uma boa administração dos recursos financeiros e, até mesmo materiais, pode significar uma vida sem problemas, nesse quesito.

### 6.3 Desafios e enfrentamentos

*[...] O maior desafio de todos foi a perda do contato físico com os estudantes ... nós tivemos que trabalhar muito por meio de tecnologia digital [...] (P5).*

Essa categoria tem como objetivo explorar os desafios e enfrentamentos dos professores frente à Pandemia da Covid-19. As falas dos professores refletiram um conjunto de desafios que enfrentaram e/ou enfrentam no cotidiano escolar, tais como: alteração de rotina de trabalho, dificuldades com o uso das tecnologias; os problemas estruturais; o isolamento; a solidão; a frustração; a insegurança; e, ainda, os desafios relacionados à própria saúde psicológica, emocional e física.

De acordo com Trindade e Pessanha (2023), a Pandemia da Covid-19 provocou uma série de desafios inéditos no campo educacional, exigindo uma rápida transição para o ensino remoto e transformando significativamente a dinâmica tradicional da sala de aula. Durante a pandemia, os desafios enfrentados pela sociedade, de modo geral, foram sem precedentes, por exemplo, o distanciamento social, o isolamento, a remodelagem de atividades básicas do dia a dia, a própria questão de lidar com o medo de contaminação por uma doença totalmente desconhecida (Trindade; Pessanha, 2023).

Na educação, os desafios impostos pela Pandemia da Covid-19 também se acentuaram na atuação do professor, um dos indivíduos mais impactados na prática. Para Santos, Oliveira e Soares (2021), os professores enfrentaram uma série de desafios e sentiram a necessidade de se reinventar, buscando soluções viáveis para evitar a paralisação e negligência do processo educacional. Entre os desafios encontrados pelos autores, sobressaem-se: a adaptabilidade e flexibilidade interligadas a novos métodos de ensino e aprendizagem e o uso ferramentas tecnológicas de ensino, gerando muita insegurança, dúvidas e sobrecarga de trabalho, a motivação do aluno e participação no ambiente virtual, as dificuldades enfrentadas pelos alunos também afetaram a relação de ensino.

No presente estudo, foram notabilizados resultados semelhantes, como a alteração de rotina de trabalho, dificuldades com a tecnologia, frustração, insegurança, ilustrados na seguinte fala.

*[...] Com a pandemia você tava elaborando em casa, formando tudo em casa, preparando tudo em casa. Dando aula dentro de casa também. Então eu tive que adaptar a casa, um ponto só pras aulas, que não poderia ter muito barulho (P3).*

Nesse panorama, os professores se depararam com uma gama de obstáculos complexos, demandando resiliência, flexibilidade e adaptação. Desde lidar com a falta de infraestrutura tecnológica adequada, até buscar formas inovadoras de manter o engajamento dos alunos, os educadores precisaram superar uma diversidade de dificuldades para assegurar a continuidade do processo educacional e o bem-estar dos estudantes.

Tais achados corroboram como a presente pesquisa e são realçados na fala a seguir:

*O maior desafio foi ter que [...] desenvolver um método para o qual eu não fui formada... ninguém sabia que estava acontecendo. Então, de repente eu tive que me ver agendando reunião on-line para atender os alunos, fazendo o material em PowerPoint, e cogitando estratégia de trabalho que eu nunca precisei [...] (P10).*

Em consonância com Frandaloso e Leite (2023), o sistema educacional brasileiro está muito pautado no tradicionalismo em que o professor ainda assume o papel principal do processo ensino e aprendizagem. Nesse sentido, é costume de muitos professores ministrarem suas aulas a partir de turnos de trabalhos definidos, contarem com recursos pedagógicos como quadro e giz/pincel. Nesta investigação, a Pandemia da Covid-19 mudou essa realidade dos professores, impactando diretamente na rotina do professor, que teve que se valer de novos recursos, novos horários, nova rotina de trabalho e, sem dúvida, tudo isso refletiu numa sobrecarga de trabalho ao professor.

*Sim. Na prática docente mudou nossa realidade, né? [...] A gente teve que atender esse aluno de longe, muitas vezes, o aluno não mostrava, na realidade, as dificuldades dele. [...] Então a gente perdeu muito, e eu acredito que o aluno também teve muita defasagem. Aumentou a defasagem do aluno, [...] muitas vezes, nós tivemos casos de um aluno, uma família ter um celular só, e ele ter, o aluno, às vezes acontecia, a irmã tava no sexto, e o outro estava no nono, e aí tinha que dividir e, às vezes, não dá para participar no mesmo momento, tive esse caso. Muitos não tinham a internet, teve que pegar a apostilado e aí ele tentava fazer em casa sozinho. Então nós passamos por toda essa situação, tá? (P1).*

*[...] tivemos que fazer apostila pros meninos fazer em casa e eles devolviam sem fazer uma linha. Aí a gente tinha que pegar aquelas apostilas com um certo receio também, que era papel, podia ter, estar contaminado com o vírus, tinha que corrigir aquilo lá tudo [...] (P14).*

Essas falas sinalizam que a pandemia da Covid-19 trouxe alterações de rotina ao professor, obrigando-o a se adaptar à nova realidade, sem distinção clara do que era vida profissional e do que era vida pessoal. Esse achado vai ao encontro da fala de Anastácio, Antão e Cramês (2022), ao afirmarem que os professores sofreram alterações abruptas nas suas práticas e rotinas, tanto profissional quanto pessoal. Acrescido a isso, veio o isolamento social. A nova realidade exigiu do docente uma adaptação em tempo recorde. A realidade trazida pela

Pandemia da Covid-19, no que toca aos professores, é que estes profissionais viram, também, à prova, sua competência emocional, tendo de gerir as suas reações emocionais às circunstâncias.

Outro ponto observado nas falas dos professores quanto aos desafios e enfrentamento da Pandemia da Covid-19 foi a dificuldade dos professores com a tecnologia. Durante este período, o setor educacional enfrentou vários desafios tecnológicos significativos. A transição para o ensino on-line denotou disparidades no acesso à internet e dispositivos adequados, afetando especialmente estudantes de comunidades carentes e de áreas rurais (Oliveira; Dias; Almeida, 2020). Nesta dissertação, também ficaram comprovadas as dificuldades dos alunos com as falas dos participantes.

*[...] os maiores desafios encontrei por parte dos próprios alunos, porque, sobre o uso dessas tecnologias, eu me adaptei bem rápido. Na questão da tecnologia, agora, com os alunos, foi o principal desafio, porque muitos deles não tinham esse conhecimento de lidar com a tecnologia. Então, a gente tinha problemas de postagem de trabalho, postagem de prova, atividades, alunos postavam atividades, porque a gente primeiro iniciou com teens e depois foi migrando para outras plataformas, e o que acabou dificultando ainda o trabalho. Então, assim, foi desafiador nesse sentido com relação aos alunos e adaptação deles com a tecnologia (P15).*

*[...] todo mundo mexe em computador, celular. Só que dar aula on-line foi complicado. Tínhamos a plataforma, tinha que aprender a mexer e anexar as coisas, as atividades, colocar. Alguns alunos usavam apenas o celular. Tivemos casos, aqui, que eles tinham um celular pra dois irmãos, quando um assistia aula, o outro não assistia. Eles tiveram dificuldade. Porque caía a internet ou eles estavam sem internet na casa deles, ou a gente na nossa casa. Depois, teve um período que a gente veio pra escola e a internet não suportava todos os professores conectando (P14).*

Além disso, a adaptação dos educadores ao uso eficaz de ferramentas tecnológicas de aprendizado remoto foi um obstáculo, exigindo treinamento e suporte adequados. Tais achados estão em consonância com Lima (2021), pois, em sua pesquisa, realizada em 2020, identificou que 90% dos professores nunca tiveram experiência com aulas remotas e 42% seguiam sem treinamento. Ou seja, o momento pandêmico exigia afastamento e isolamento e, no cenário educacional, houve a tentativa de amenizar a situação de isolamento com as tecnologias, requerendo dos docentes conhecimento e desenvoltura para tal, contudo, não houve preocupação na formação destes profissionais para esse contexto.

Os desafios tecnológicos enfrentados pelos professores na educação ainda persistem, embora com algumas diferenças, por exemplo, a falta de habilidade dos docentes em manusear estas tecnologias. Esses problemas poderiam ser minimizados com programas de formação continuada, tais ações poderiam garantir uma constante atualização acerca das últimas ferramentas tecnológicas e métodos educacionais, proporcionando maior coerência entre o

fazer docente e as demandas e evolução social. Ainda existe a questão do acesso desigual à tecnologia entre os alunos, que demanda maiores esforços para promover a equidade educacional e garantir que todos os estudantes tenham oportunidades iguais de aprendizado.

Nesse âmbito, pode-se inferir que, de modo geral, muitos professores não estavam preparados para momentos atípicos ou excepcionais. Isso é um reflexo da deficiência da formação inicial do professor, desvelando uma negligência concernente à formação continuada e capacitação destes profissionais.

Durante a pandemia, os problemas estruturais também se tornaram desafios significativos aos professores devido à rápida transição para o ensino remoto e às restrições impostas pelas medidas de distanciamento social. A falta de infraestrutura adequada, como o acesso à tecnologia e recursos digitais, assim como a falta da formação continuada para uso de tecnologias e das plataformas de aprendizagem on-line, dificultou a transição do trabalho presencial para o virtual. Muitos docentes enfrentaram dificuldades para adaptar o método de ensino e oferecer conteúdo e materiais de qualidade haja vista a falta de acesso a cursos específicos, internet estável, softwares educacionais, carência de um espaço físico ou virtual que tivesse as condições ideais para um processo de ensino eficaz.

*Com a pandemia você tava elaborando em casa, formando tudo em casa, preparando tudo em casa. Dando aula dentro de casa também... eu tive que adaptar a casa, um ponto só pras aulas que não poderia ter muito barulho (P3).*

*A internet [...] essa oscilação de internet, é esse movimento de você manter uma constância no que você tá fazendo. Preparar apostila, fazer com que o aluno esteja presente [...] desenvolver aulas atrativas, assim, de uma forma que você consiga jogar isso virtualmente pro aluno e o aluno te dê um feedback do que tá pegando [...] às vezes tá conectando no celular o celular é da mãe, a mãe precisa pra alguma coisa. Então, assim, por mais que ele fala [...] universalizar o ensino não alcançou todo mundo. Não alcançou (P8).*

*O pior para mim foi quando nós dividimos a escola em sistema de bolhas, eu tinha quatro turmas de nono ano [...] então foi uma loucura! Aí em uma você detalhe uma coisa, na outra você passa por cima. Por mais que você tenha um roteiro e você saiba o que você tá explicando, a fala não vai sair oito vezes igual. Então, era muito cansativo nesse sentido. Sem falar que eu passava muito tempo sem ver os alunos! Porque se ele faltasse naquela bolha, quanto tempo depois eu iria reencontrar esse aluno? Até ele pegar o fio da meada de novo... às vezes ele nem lembrava quem eu era mais. [...] Que foi a possibilidade da época! Foi a estratégia que se traçou na época e nem um momento eu acho que ela foi eficiente, como deveria ser uma sala de aula convencional (P10).*

As falas acentuaram os desafios enfrentados por professores durante a pandemia ao adaptar sua casa em locais de trabalho, garantir um lugar silencioso, enfrentar problemas de conectividade, oscilação na internet e lidar com estratégias de ensino complexas. Salientaram

o desafio de administrar múltiplas turmas em um sistema de bolhas, apontando para a complexidade de manter a consistência no ensino e a falta de contato com o aluno. Essas observações demonstraram as adaptações e dificuldades enfrentadas por professores ao longo da Pandemia da Covid-19, bem como as limitações do ensino remoto em comparação com o ensino tradicional de sala de aula.

No presente estudo, os professores tiveram outros desafios durante o período pandêmico e, nesse viés, pode-se citar a frustração. De acordo com Moura (2008), a frustração é compreendida como a representação de um objeto impeditivo da realização de uma necessidade, algo externo ao sujeito, ou seja, um obstáculo ou evento. Ao se analisar a QV dos professores, notou-se, entre outros fatores, a frustração desses profissionais em relação à sua profissão. O professor teve que dominar recursos de aprendizagem em um curto espaço de tempo, o que desencadeou sentimento de frustração. As seguintes falas dos professores ilustram essa sensação:

*Olha eu...eu tenho sentido, desde a pandemia para cá, um desgaste muito grande. É um desgaste psicológico, que às vezes a gente sente como se fosse uma dor física mesmo [...] Eu me senti, muitas vezes é... falha na minha função. Eu me senti muitas vezes, deixando a desejar. E isso veio me incomodando de uma forma muito intensa, porque eu me avalio todos os dias quando eu termino uma aula. Por que que uma aula dá certo em uma turma, por que que não dá certo na outra? O que que faltou de mim naquele momento? e eu fui fazendo essa cobrança em cima da minha função, e chegou num momento que eu entrei no quadro de exaustão (P8).*

*Ah, sim. Nesse período, sim. Hoje, acredito que até hoje está, é, acredito que ainda tá repercutindo isso aqui [...] Que tem uma defasagem muito grande. Então, agora, ainda, nós temos isso aqui pra tentar dar conta de resolver essa defasagem que esses meninos tiveram. [...] Isso gera estresse, frustração pra gente (P14).*

Ao analisar a QV dos professores, constatou-se a frustração desses profissionais acerca de sua profissão no cenário de crise sanitária. Uma das maiores realizações para um professor é ter certeza de que seu trabalho é eficiente e eficaz, atingindo seu objetivo final, que é o desenvolvimento e aprendizado do estudante. Na Pandemia da Covid-19, o professor não tinha esse controle ou retroalimentação, quando muito, sabia apenas que os conteúdos eram disponibilizados para os educandos, porém, não podiam acompanhar de perto o envolvimento deste com o conteúdo. Essa situação gerou muita frustração e insegurança. A frustração também é referida por Troitinho *et al.* (2021) ao informarem que esse sentimento está dentro dos aspectos que afetam o estresse dos professores, ademais, o estresse é definido como uma experiência de emoções desagradáveis e negativas, que pode incluir raiva, ansiedade, tensão, frustração ou depressão, resultantes de algum aspecto do seu trabalho como professor.

Ainda no rol dos desafios que os professores tiveram que enfrentar durante a Pandemia da Covid-19, a insegurança foi referenciada. A insegurança está relacionada diretamente ao medo e à morte causada pelo vírus. Logo, no contexto pandêmico, a insegurança e o medo, podem ser atribuídos ao risco de contaminação, ao medo da morte que foi intensificada pela pressão social e pela triste realidade da falta de infraestrutura dos hospitais, uma vez que não estavam dando conta de atender as demandas, dada a rápida expansão do vírus.

Abaixo, algumas falas que ilustram a sensação de insegurança dos docentes na pandemia.

*Sim. Principalmente bem no início da pandemia, quando nós ficamos naqueles primeiros dias distantes da sala de aula né? Gerou uma certa ansiedade! [...] E... essa ansiedade mesmo, desse afastamento do, do trabalho repentinamente, sem ter certeza do retorno, muita insegurança (P7).*

*[...], em relação à família também, é, todo mundo muito estressado por causa do medo, né, insegurança que a gente teve durante um período. Sair, lavar, limpar, lavar mão, e volta pra casa correndo, aí... Sabe, aquele stress [...] Família, saúde, muitas coisas, muito [...] terrível, então, isso aí... Abalou a estrutura de muita gente (P2).*

O relato dos participantes revela o quão desafiador foi o período da Pandemia da Covid-19, trazendo à tona diversos problemas no tocante à saúde para diversos indivíduos da sociedade. Tal achado respalda Souza e Fernandes (2023), para quem a educação, no decorrer do período pandêmico, tornou-se um desafio, levando em consideração os novos tipos de ensino, como o remoto emergencial, ocorrendo a privação das relações interpessoais de modo presencial. Conforme as autoras, as exigências exacerbadas e a sensação de não conseguir atender às demandas, devido à falta de preparo para as mudanças, deixaram os professores mais vulneráveis, resultando em sofrimento e, conseqüentemente, problemas de saúde como ansiedade, estresse emocional e a privação de sono (Souza; Fernandes, 2023).

Assim como a saúde que, no contexto em tela, mostrou-se um desafio aos professores, outros fatores também ganharam ênfase neste rol, caso do distanciamento social e falta de interação presencial, que afetaram negativamente a saúde emocional, originando sentimentos de solidão, ansiedade e frustração. A pressão adicional de manter um certo padrão de desempenho escolar e de atender às necessidades dos alunos ampliou os desafios dos professores, culminando em desgaste emocional, físico, psicológico, familiar e social.

## 6.4 A prática docente no contexto da Pandemia da Covid-19

*[...] A gente sente a falta da presença, esse contexto de tá falando, tá conversando, tá perguntando. Então a gente sentiu muito (P1).*

Essa categoria visa analisar a prática docente durante o período da Pandemia da Covid-19, considerando as mudanças impostas pela crise sanitária e a transição do ensino presencial para o remoto emergencial. A partir do estudo empírico e das análises das entrevistas realizadas, as mudanças nas práticas docentes estiveram relacionadas ao distanciamento social, à defasagem de aprendizado, à adaptação de metodologia, à saúde emocional e ao equilíbrio entre vida profissional e pessoal, melancolia e solidão.

Como já destacado, a pandemia trouxe à luz uma série de fatores que impactaram as atividades docentes, desde a adaptação ao ensino remoto até a necessidade de lidar com questões de saúde emocional e equilíbrio entre vida profissional e pessoal. De todos os segmentos sociais, a educação está entre os mais afetados pelas consequências da crise sanitária; de tal maneira a prática docente, nesse contexto, foi muito impactada e estes profissionais tiveram que se reinventar e praticamente remodelar todos os seus saberes e práticas pedagógicas. O distanciamento social proveniente da pandemia impôs transformações significativas à prática dos educadores, exigindo uma rápida transição do presencial para o remoto e a adoção de métodos de ensino virtual. Isso afetou a dinâmica tradicional da sala de aula, requerendo uma adaptação rápida às novas ferramentas e plataformas de ensino on-line.

Os professores enfrentaram/enfrentam dificuldades pertinentes à interação pessoal com os alunos, dificultando o processo de ensino e de aprendizagem. A falta de interação presencial obrigou os docentes a encontrar novas formas de oferecer suporte de aprendizagem e incentivar o engajamento dos alunos durante este período de distanciamento físico.

Para Paulino e Sousa (2021), a atuação do professor se tornou ainda mais abrangente durante a Pandemia da Covid-19, envolvendo adaptações relevantes para lidar com os desafios do ensino remoto. O contexto social, juntamente com as demandas educacionais emergentes, incentivou os educadores a repensarem suas práticas pedagógicas, buscando estratégias inovadoras e eficazes para garantir o engajamento dos alunos no ambiente virtual de aprendizagem pedagógicas inovadoras. Assim, a Pandemia da Covid-19 introduziu uma série de mudanças para a prática docente, redefinindo o modo como os professores abordam o ensino e interagem com os alunos.

Estas mudanças abrangeram/abrangem várias dimensões, cada uma apresentando suas próprias complexidades. Nesta investigação, entre as mudanças impostas na prática docente,

evidenciou-se, na fala dos participantes, a defasagem de aprendizado como um elemento importante, conforme as falas:

*[...]Ajudar, um ajudava o outro, mas essa foi a dificuldade maior, a defasagem maior que a gente sofreu do aprendizado. Foi, cada um tentar se virar da melhor maneira possível [...] Então a gente sentiu muito [...] (P1).*

*[...] foi a questão dessa defasagem...Porque exige que os nossos alunos sejam protagonistas do seu próprio ensino. E isso é muito interessante, muito bonito, mas analisando culturalmente e socialmente, eles não estão preparados para isso...eles não tinham um amadurecimento pra entender que eles tinham que ser o protagonista nesse período, porque não tinha o professor ali, do lado dele, como tem na sala de aula presencial [...] (P4).*

É inquestionável que, mesmo valendo-se de todos os recursos disponíveis, a aprendizagem do aluno teve muita deficiência e os fatores que justificam isso foram diversos. A título de exemplo, pode-se mencionar a falta de responsabilidade do aluno no processo de aprendizagem, a falta de recursos tecnológicos e até mesmo a restrição de acesso à internet e a assistência do professor mais pontual ao aluno (Nova; Barbosa; Guimarães, 2023). Sendo assim, os professores notaram um alto índice de defasagem escolar e baixa compreensão dos conteúdos em virtude do distanciamento entre o professor e seu aluno. No decurso da Pandemia da Covid-19, o ensino remoto impactou de forma desigual o processo de aprendizagem dos alunos, distinguindo disparidades sociais. Aqueles com recursos financeiros tiveram maior acesso às aulas on-line e puderam receber suporte adequado dos responsáveis, enquanto os menos privilegiados enfrentaram dificuldades significativas, resultando em defasagem de aprendizado.

Nas falas dos professores, houve alusão à dificuldade de enfrentarem essa defasagem e a necessidade de os alunos buscarem soluções por conta própria, sobrelevando a falta de preparo dos alunos para esse protagonismo. A análise cultural e social ressalta que a mudança para um papel mais ativo no aprendizado foi um obstáculo significativo para muitos alunos, que estavam acostumados à presença constante do professor em sala de aula presencial. Essa mudança destacou as disparidades na preparação dos alunos para a educação independente, evidenciando a precisão de apoio e estratégias que promovam a autonomia do aluno, principalmente durante crises que exigem ensino remoto. A defasagem de aprendizado e a necessidade de orientar os alunos em seu papel de protagonistas representam adversidades cruciais a serem abordadas na educação durante e pós-pandemia (Forneck *et al.*, 2022).

O retorno ao ensino presencial descortinou um desnível de conhecimento entre os alunos, requerendo estratégias de recuperação de aprendizagem. A falta de estímulo familiar

levou a um acomodamento dos alunos, o que afetou a prática docente na Pandemia da Covid-19 (Pereira, 2022).

Um dos tópicos que pode ser relacionado à defasagem no aprendizado do aluno diz respeito ao distanciamento social, que resultou em vários impactos na prática docente, incluindo a necessidade de adaptação rápida ao ensino remoto, a dificuldade de manter o engajamento dos alunos em um ambiente virtual, a falta de interação direta em sala de aula, afetando a dinâmica educacional e a saúde mental dos professores devido ao isolamento prolongado. Além disso, o distanciamento social também levou a desafios quanto à acessibilidade tecnológica para os alunos e à demanda de repensar estratégias de ensino para garantir uma educação de qualidade em um ambiente virtual. Francisco e Araújo (2016) divisam a relevância da relação entre professor e aluno em todas as etapas do ensino, considerando-a um fator determinante para o sucesso do processo ensino e de aprendizagem, assinalando a importância de currículos sólidos, métodos de ensino eficazes e recursos adequados. Frisam que atitudes específicas podem influenciar positiva ou negativamente essa interação. O cerne desse relacionamento reside na interação e nos valores humanos, destacando a pertinência do contato direto entre o professor e o aluno, reafirmando o quanto o professor é essencial para orientar, inspirar e mediar o conhecimento no tocante ao desenvolvimento do aluno. Tais achados são evidenciados a partir das falas dos professores.

*[...]o distanciamento social, eu tenho um problema sério com isso, porque eu gosto de estar no meio dos meus alunos [...] e dizia assim, gente tou com saudade dos meus alunos, tou com vontade de chegar, mexer nas carteiras, colocar os alunos (P3).*

*[...] em casa, por exemplo, eu era professora e eu era mãe. Então é complicado você diferenciar, separar essas duas situações. Então na questão de distanciamento social você perde muito. você fica num mundo muito isolado ali. Então aquilo ali atrapalha até o seu jeito mesmo de lidar com a situação. Então você fica num ambiente muito fechado. Então filhos com idades diferentes, alunos com idades diferentes, então isso tudo foi complicado para se adapta (P13).*

No decorrer da prática docente, no período da Pandemia da Covid-19, constatou-se, também, a falta dos alunos, tanto no ambiente físico, quanto no virtual, resultando em mudanças substanciais para a continuidade do processo educativo. Dessa forma, foi importante buscar meios para manter o vínculo do aluno com o professor e a escola, ampliando a qualidade de propostas mais significativas e pontuais. Os meios utilizados para manter o vínculo com o professor e a escola incluíram o uso de plataformas de ensino on-line, videoconferências para aulas interativas, a criação de grupos de WhatsApp, o desenvolvimento de material didático

adaptado ao ambiente virtual, além da implantação de estratégias de comunicação frequente e clara com os alunos e suas famílias.

Elencam-se, aqui, as falas dos entrevistados sobre a falta dos alunos durante o distanciamento:

*[...] é o calor dos alunos que a gente sente falta. Às vezes a gente vinha para a escola [...] e aí a gente ficava uma em cada sala, sabe quando você fica na sala e você olha assim e você não ver ninguém, só as carteiras vazias? E vim na tua mente aquelas crianças conversando, você chamando a atenção de um, a atenção de outro. Então eu sentia falta disso. Do calor dos alunos (P3).*

*Impactou mais na socialização com os alunos. Então a gente via que a gente tinha um distanciamento do aluno para o professor (P15).*

Os relatos dos professores ressaltaram a importância da presença e do contato direto entre professores e alunos no ambiente escolar, acentuando o impacto do distanciamento físico. Essa falta de contato presencial afetou profundamente a dinâmica da sala de aula, deixando o vazio nas salas de aula e a ausência do “calor dos alunos”, gerando o distanciamento.

As declarações frisaram, também, o desafio de manter a conexão entre docentes e discentes no ensino remoto, tal como a relevância da interação presencial na educação. Essa falta de contato afetou a dinâmica da sala de aula, a interação entre professores e alunos, evidenciando a necessidade de estratégias para promover o engajamento e a socialização em ambientes de ensino a distância (Souza; Simão; Souza, 2023).

Durante a Pandemia da Covid-19, foram feitas muitas adaptações metodológicas para garantir a continuidade das atividades educacionais e profissionais. Isso incluiu a adaptação das aulas práticas para o teórico, no caso das aulas de Educação Física, que antes eram 100% práticas e, no momento da pandemia, precisou se reinventar quanto às adaptações materiais. As adaptações materiais no processo de aprendizagem abrangeram a implementação de tecnologias digitais, a confecção de apostilas, o uso de celular para grupos de WhatsApp, plataformas de ensino on-line, recursos interativos, ocasionando uma sobrecarga de trabalho.

Estes resultados são identificados na fala a seguir.

*Impactou nesse sentido mesmo! Então acho que deu para responde, porque os estudantes eles tiveram... eles desgostaram mais da prática! Dessa prática mediana! E aí quando eu retorno, eu me vejo diante desse desafio! Como reformular minha prática de maneira a atender esses estudantes? A integrar! [...] Os grandes, os maiores desafios foram esses mesmo assim. Foi trazer de forma geral esses meninos a fazer... meninos e meninas com que eles tivessem vontade novamente participar das aulas práticas de educação física ou de prática esportiva (P5).*

A fala do professor acima relata que foi necessário reformular a prática pedagógica para envolver os alunos, sobremaneira nas aulas práticas de Educação Física. A ausência física dos alunos gerou um desafio significativo na forma como as aulas são ministradas.

Durante a prática docente, os professores do presente estudo vivenciaram e/ou ainda vivenciam uma sobrecarga de trabalho de forma intensa, dadas às novas demandas da transição repentina para o ensino remoto. Além das responsabilidades tradicionais de planejamento e ensino, muitos tiveram que adaptar seus materiais para plataformas on-line, fornecer suporte técnico aos alunos, lidar com desafios relacionados à conectividade e acesso à tecnologia. A demanda adicional por atenção individualizada e a necessidade de equilibrar a vida pessoal e profissional também contribuíram para a sobrecarga geral dos professores durante esse período (Viana *et al.*, 2023).

Enfatizam-se todos estes fatores com a fala do professor a seguir.

*[...] na prática profissional foi a questão de estar sem o estudante ali do lado, a frente, pra ensinar...no que mais a gente fica assim indignada, é que muitos disseram que a gente não trabalhou nesse período, e foi o período que a gente mais trabalhou. Eu não quero jamais voltar a esta época em que eu tinha que ensinar os alunos por apostilado. A gente ficava horas no computador, adquiri LER no braço, na mão direita de tanto de digitar. É... a gente, então, assim, teve experiências assim, horríveis. As pessoas achavam que esses dois anos nós não trabalhamos, que nós ficamos em casa. A gente ficou em casa na frente de um computador, na frente de um celular. O tempo todo, no horário normal atendendo o aluno, montando apostilas com todo carinho, com toda a organização tem que ser feita, pra que o aluno pudesse entender lá na casa dele como que ele tinha que fazer atividade, sem o professor (P2).*

Foi destacado também o excesso de trabalho imposto ao longo do ensino remoto. Os professores tiveram que fazer adaptação de materiais pedagógicos e a criação de apostilas, juntamente com o atendimento on-line aos alunos, levaram a uma carga excessiva de trabalho e problemas de saúde como a Lesão por Movimento Repetitivo (LER). Os educadores enfrentaram a falta de reconhecimento e entendimento da sociedade acerca do trabalho árduo que realizaram nesse período, consoante os relatos acima. Esses resultados são semelhantes aos achados de Viana *et al.* (2023) em seu estudo, o qual diz que, na pandemia, os professores tiveram que despender de maiores esforços para manter o ensino, ao mesmo tempo em que assinalou os desafios que enfrentaram no processo de adaptação e na tentativa de envolver os alunos no ensino a distância

A prática docente, no contexto da Pandemia da Covid-19, para os professores, no presente estudo, representou fatores multifacetados, envolvendo saúde emocional, equilíbrio entre vida profissional e pessoal, melancolia e solidão. O afastamento físico dos alunos e dos colegas de trabalho, combinado com a transição súbita para o ensino remoto, deixou os

professores sentindo-se isolados e desconectados. A ausência de interações presenciais e a falta de contato físico contribuíram para uma sensação de vazio emocional, enquanto o esforço para manter o engajamento dos alunos a distância aumentou a pressão e o estresse (Ribeiro, 2021).

Nesse ambiente desafiador, o equilíbrio entre a vida profissional e pessoal se tornou uma tarefa complexa na prática docente durante a Pandemia da Covid-19. Com a fusão do espaço doméstico e do ambiente de trabalho, muitos professores enfrentaram dificuldades para estabelecer limites entre suas demandas profissionais e o tempo dedicado à família e autocuidado. Realçam-se todos os fatores com as falas dos professores.

*No primeiro momento, a sensação que eu tive é que eu não sentia muito. Mas, depois, eu comecei... assim, quando eu desligava o computador eu senti uma sensação assim, de uma melancolia, um vazio sabe... parecia assim que dava uma certa solidão. E dava! Então isso me gerou uma ansiedade, que eu tive que tratar... Trato até hoje (P7).*

*[...] em casa, por exemplo, eu era professora e eu era mãe. Então, é complicado você diferenciar, separar essas duas situações. Então, na questão de distanciamento social, você perde muito, você fica num mundo muito isolado ali. Então, aquilo ali atrapalha até o seu jeito mesmo de lidar com a situação. Então, você fica num ambiente muito fechado. Então, filhos com idades diferentes, alunos com idades diferentes, então, isso tudo foi complicado pra se adapta (P13).*

Os relatos dos professores descrevem a sensação de melancolia e solidão que surgiu após as aulas remotas e que, eventualmente, levaram a ansiedade. Isso destaca a carga emocional que os professores experimentaram ao se adaptar ao ensino remoto e à separação dos alunos. Por outro lado, salienta as dificuldades de equilibrar a vida profissional e pessoal ao trabalhar em casa, maiormente para aqueles que são pais e professores ao mesmo tempo. O distanciamento social, o isolamento e a sobrecarga de responsabilidades pessoais e profissionais criaram um ambiente desafiador e afetaram a capacidade de lidar com a situação de maneira eficaz (Ribeiro, 2021).

## **6.5 Impacto na qualidade de vida dos professores**

*[...] a gente nunca sentiu na pele a questão da importância de que nós somos seres sociáveis... a gente é feito pra viver em sociedade, a gente não tinha noção dessa importância. Quando a gente vive, é diferente (P6).*

Essa categoria explorou o impacto na QV do professor durante o desafiador cenário da Pandemia da Covid-19. Diante disso, identificou-se, nas falas dos professores, que diversos fatores impactaram sua QV, dentre os quais, os mais prevalentes foram: o

isolamento/distanciamento social; a alteração na rotina de trabalho; sobrecarga de trabalho; defasagem de aprendizado; medo; ansiedade; solidão; estresse; saúde; atividade física; sedentarismo; ganho de peso; morte/luto. Faz-se necessário ressaltar que devido à dimensão da definição de QV, um fator aqui identificado permeia por todas as categorias, que é a saúde.

Face a tudo o que foi vivido no decurso da crise sanitária, é sabido que a QV foi um dos aspectos mais afetados, principalmente ao se considerar todas as implicações de uma pandemia, como o isolamento, o distanciamento social, medidas de biossegurança etc. Entre os fatores que impactaram a QV dos professores, nesta pesquisa, fica claro que o ponto crítico foi o isolamento e o distanciamento social imposto, segundo as falas que seguem:

*[...] foi mesmo o isolamento que teve que ter nesse período. Também é... o distanciamento das pessoas. A própria doença. Que nos causava medo. O sentimento de inerte. Sem poder fazer uma atividade física, encontrar com os colegas, bater um papo, tá em contato com os estudantes, com a escola...Essa rotina que a escola tem e que só a gente conhece. Que faz parte da cultura escolar (P2).*

*O que mais impactou na minha qualidade de vida foi falta do convívio social. Então eu passei a conviver ali, dentro da minha casa, só com as telas de computadores, com os familiares mais próximos. E... o distanciamento social mesmo, que nós enfrentamos (P7).*

*Ah... eu acho que esse isolamento, ele não fez bem para ninguém, sabe? Ele foi necessário, mas ele trouxe prejuízo assim. Que eu acho que a gente continua vivendo esse impacto até os dias de hoje. Essas coisas não melhoraram. A gente ainda tá colhendo os frutos dessa pandemia (P8).*

*[...] o isolamento... O fato de você não ter a possibilidade de aproximar das pessoas [...] mas aí no caso, eu acho que as pessoas passaram a ficar mais frias, mais distantes... Essa pandemia parece que veio pra distanciar um pouco mais as pessoas (P11).*

Os achados indicam que, entre os fatores que impactaram a QV dos professores no presente estudo, o elemento crítico foi o isolamento e distanciamento social imposto pela Pandemia da Covid-19. Tais resultados revelam o quanto o ser humano é um ser social, o quanto há dependência uns dos outros para se viver socialmente. O isolamento ou o distanciamento causou sensação de solidão e medo. Foi um período muito difícil, que chegou a ser considerado como um dos períodos de maior experimento psicológico do mundo (Lima, 2020). Outrossim, colocou à prova a capacidade humana de extrair sentido do sofrimento e desafiou indivíduos e sociedade inteiras a promoverem formas de coesão que amortecessem o impacto de experiências-limite na vida mental (Lima, 2020).

Outro fator de grande impacto na QV dos professores foi a alteração de rotina e sobrecarga de trabalho desses profissionais. Nesse período, os docentes tiveram um excesso de trabalho, não tinha distintivamente horário de trabalho e horário de lazer e descanso, visto que

precisavam atender alunos praticamente a todo momento e em diversos contextos. Nesse cenário, a casa do docente se transformou em sala de aula, celulares e computadores se tornaram quadro branco e quadro negros. Os sábados e domingos passaram a ser reservados para atender o aluno ou para preparar matéria escolar, conforme relatos dos participantes:

*Impactaram no sentido, assim, de a gente estar sempre alerta, né? [...] Com a pandemia você tava elaborando em casa, formando tudo em casa, preparando tudo em casa, né? Dando aula dentro de casa também. Então você... eu tive que adaptar a casa, um ponto só pras aulas que não poderia ter muito barulho (P3).*

*Eu acho que impactou nessa qualidade de vida, essa questão mesmo de excesso de trabalho, muito trabalho que a gente tinha e você não ter os seus momentos de lazer, um momento pra você. Que você fala assim: ah eu quero ter o momento em casa, pra mim, você não tinha, porque o momento que você estava em casa, era... você dormia, como eu falei pensando em trabalho, produzindo trabalho e acordava pensando em trabalho e produzindo trabalho (P4).*

*[...] A minha relação com o meu filho ficou muito desgastada, eu quase não tinha tempo para ele, que o tempo todo eu tinha que estar lidando com o celular, com o computador, eu tinha que gastar muito mais tempo planejando as coisas, fazendo material, pensando como é que eu ia trabalhar num cenário daquele. E se o meu serviço é parte importante do meu dia, essa sobrecarga, super excessiva de trabalho, comprometeu totalmente a minha qualidade de vida. Quando acabava eu já tava exausta! Eu não queria mais sair, eu não queria fazer nada, até porque nem podia sair. Eu não tinha vontade mais de fazer as coisas que normalmente me deixavam feliz (P10).*

*[...] é a questão da sobrecarga, né? Que onde você tem uma certa dificuldade de separar, trabalho, família, lazer, né? Que a gente praticamente não tinha. Era sábado, domingo... de segunda a domingo atendendo aluno [...] não tivemos o respeito com o horário de trabalho. E aí a gente acabou sobrecarregando. Muita atividade, muita função e pouca ajuda, pouca ajuda, por parte da própria Seduc assim também de nos amparar, porque os professores também adoecem [...] E na roça a gente já tem um isolamento por si só (P3).*

Os relatos dos professores focalizam os impactos negativos resultantes da alteração de rotina e da sobrecarga de trabalho. Eles mencionaram a necessidade de se adaptar a uma nova dinâmica de trabalho remoto, que resultou em dificuldades em separar o tempo para si mesmos e para a família, bem como em uma perda significativa de momentos de lazer. A sobrecarga de trabalho constante, combinada com a ausência de limites claros entre trabalho e vida pessoal, levou à exaustão física e emocional, resultando em uma redução na QV e no bem-estar geral. Isso é corroborado por Santos *et al.* (2023), ao afirmarem que exaustão física e mental resultante desse acúmulo de tarefas impactou negativamente a QV, gerando perda de prazer em atividades anteriormente gratificantes.

A defasagem da aprendizagem dos alunos também impactou na QV dos professores, que, durante a pandemia, tiveram que despender maiores esforços a fim de dar continuidade no processo de ensino, fizeram seu melhor, dentro de suas possibilidades e estrutura, no entanto,

não lograram êxito no aprendizado e desenvolvimento dos alunos, pois, com o retorno das aulas presenciais, as lacunas dos aprendizados são nitidamente visíveis. Tudo isso causou/causa no professor uma sensação de incompetência, ineficiência e frustração. Não obstante, sabe-se que este não é um processo unilateral. Embora o professor seja um agente importante no processo de ensino e aprendizagem, a maior responsabilidade recai sobre o aluno, sendo este o principal protagonista de seu processo.

As falas a seguir confirmam este contexto.

*[...] a gente nunca sentiu na pele a questão da importância do... que nós somos ser sociável... a gente é feito pra viver em sociedade, a gente não tinha noção dessa importância. Quando a gente vive, é diferente. Então o maior desafio que eu encontrei foi realmente o processo ensino-aprendizagem né? Os alunos estavam muito defasados em relação o que deveria ser a fase em que eles estão...é colocá-los nessa condição de acompanhar as habilidades, os conteúdos da disciplina e da turma, talvez tenha sido maior desafio. Além também da própria questão de biossegurança (P6).*

*... eu acho que os fatores que mais impactaram são em relação a esse desgaste, mesmo, que os alunos não tiveram aproveitamento. Pra nós, tá impactando até hoje, tá, tá impactando até hoje essa defasagem que eles tiveram. [...]. Teve distanciamento...Agora, um fator que continua “enraizado” na gente é essa defasagem do aprendizado (P14).*

Nessas declarações, os entrevistados refletem sobre a experiência impactante da Pandemia da Covid-19 e a importância vital da interação social no desenvolvimento humano. Referenciam a preocupação com a biossegurança, indicando que a segurança dos alunos era uma preocupação adicional. Os professores ponderaram a respeito do impacto da defasagem no aprendizado do aluno como um fator preocupante. Os alunos estavam defasados em relação ao que se esperava para a fase em que estavam, convertendo-se em um desafio ajudá-los a alcançar as habilidades e conteúdos esperados. Os docentes destacaram a complexidade e os desafios do processo de ensino e de aprendizagem durante a pandemia; reafirmaram a importância, na educação, da interação social para os desafios enfrentados pelo aluno em manter o ritmo de aprendizagem e os impactos a longo prazo dessa defasagem. Essas observações refletem as preocupações e dificuldades que muitos educadores e alunos enfrentaram durante esse momento de mudanças no sistema educacional (Melo; Dias; Volpato, 2020).

Diante do cenário da Pandemia da Covid-19, o medo foi um fator que impactou na QV do professor, causando pressão psicológica, dado o medo de contrair o vírus ou transmitir a doença para as pessoas próximas. Tudo isso mudou a percepção de segurança em atividades que antes eram consideradas normais, como encontrar amigos e manter práticas de higiene

(Malhão, 2021). Essa mudança de comportamento denotou o impacto psicológico da crise sanitária na população, que, em muitos casos, deu origem a um estado de alerta constante.

As falas a seguir demonstram a profunda influência do medo e da preocupação dos professores com a Pandemia da Covid-19 em sua vida e nas atitudes cotidianas.

*[...] o medo de você sair encontrar os amigos, se fosse de uma idade mais avançada, tivesse algum problema de saúde, você ficar com medo de você levar o vírus ou receber esse vírus. Então, a gente ficava nesse medo constante, diante esse período da Covid (P1).*

*Com certeza! Impactou porque... eu acredito que hoje, a gente tem um pouco mais de medo, a gente tem um pouco mais de cuidado, né na nossa saída, encontrar com as pessoas... que a gente antes não tinha todo esse cuidado, né? [...] a parte de higiene também se cuida mais [...] Depois do vírus, a gente ficou com esse medo, né? De tá trazendo ou levando para algum local (P1).*

Com base nas falas dos professores, ficou claro que o medo afetou suas interações e hábitos dos professores, passou-se a ter o desafio de gerenciar o impacto duradouro da pandemia na saúde mental e no comportamento social. Tendo em vista os relatos dos participantes, é essencial considerar o apoio e o aconselhamento emocional para lidar com essas preocupações em longo prazo e para construir um novo senso de normalidade no pós-pandemia (Barbosa, 2023).

A ansiedade também foi um fator que impactou a QV do professor. Nesse sentido, os docentes desenvolveram crises de ansiedade acarretadas pela preocupação com a saúde de familiares e a necessidade de adaptar-se às mudanças drásticas na vida pessoal e profissional. As declarações dos professores notabilizaram a influência da Pandemia da Covid-19 na saúde mental e bem-estar emocional, segundo as comprovações abaixo.

*[...] ah, especialmente na questão, é... de saúde. Eu tive crise de ansiedade [...] Passei por essa questão da crise de ansiedade [...] a própria atividade física ficou impossível de ser realizada, o contato com outras pessoas é... ficaram restritos (P2).*

*Sim, claro, pra caramba. Tanto é que eu tive que fazer uso de medicamento para ansiedade, algo que eu nunca pensei em fazer, né? Impactou na questão social, na interação com os colegas, na família. [...] Então, tudo aquilo mexia com nosso emocional e acabava interferindo na, na minha qualidade de vida (P2).*

*[...] assim, é... você ficava muito ansiosa... Assim, pensando na família. Embora ninguém, pegou Covid em casa, mas você ficava apreensiva. Aí eu ficava nervosa, né? Esse era o maior problema. Fiquei muito ansiosa. E mais por causa da família, de dentro de casa, tá mais perto (P9).*

*[...] as aulas on-line, essa preparação, tudo novo, então, o problema de saúde, deu o problema de [...] ansiedade. Tive que tomar medicamentos de ansiedade. Tudo por causa de, da expectativa... não... aí não consegue terminar as atividades, e aquilo ali foi acarretando problemas de saúde. É, tendinite, é... me deu lesão numa mão por*

*causa de trabalhar com o mouse do computador, então algumas coisas mais significativas e sequelas até hoje né (P13).*

Conforme as falas acima, os sintomas de ansiedade e estresse que surgiram durante esse período foram desafiadores e afetaram a QV dos professores, levando-os a procurar ajuda médica e medicamentos. Esses relatos enfatizam a necessidade de considerar não apenas os aspectos físicos da pandemia, mas também as consequências na saúde mental e emocional das pessoas (Kunrath *et al.*, 2023).

O fenômeno da solidão também afetou a QV dos professores, emergindo como uma das consequências mais significativas das medidas de distanciamento social e isolamento impostas em todo o mundo. O distanciamento social, embora necessário para conter a propagação do vírus, provocou uma desconexão física, que desencadeou uma série de implicações psicológicas e sociais. A solidão prolongada, por sua vez, teve impactos diretos na saúde mental, com um aumento notável em casos de depressão e ansiedade. Entretanto, a tecnologia desempenhou um papel crucial na atenuação desses efeitos negativos, permitindo que as pessoas se mantivessem conectadas virtualmente, embora a desigualdade digital tenha abalado o acesso de algumas pessoas a essas ferramentas (Faria, 2023).

Alguns professores demonstraram resiliência e adaptabilidade, buscando maneiras criativas de combater a solidão por meio de interações virtuais, aprendizado de novas habilidades e foco no autocuidado. No entanto, as consequências, a longo prazo, da solidão durante a pandemia, continuam a ser uma preocupação, uma vez que muitos podem ter desenvolvido padrões de isolamento que persistem mesmo com o relaxamento das restrições (Faria, 2023). No geral, a pandemia sublinhou a necessidade de apoiar a saúde mental e promover a conscientização sobre a solidão, sendo assim, segue a fala sobre esta temática.

*Principalmente no que envolve qualidade emocional. A gente ficar isolado, trancado, sem ter contato com o meio social [...] sou uma pessoa que gosta muito de ter prática de lazer, sou uma pessoa que gosta muito de praticar esporte, e de caminhar, de jogar um vôlei, por exemplo, e ficar trancado dentro de casa, sem poder sair, com medo e aí é aquele receio que há qualquer momento você pode perder a sua vida [...] E profissionais também teve as mudanças por conta de um método de ensino. Mas quanto a essa questão de mudanças, questões emocionais me senti muito abalado, questões financeiras, preocupação e o isolamento, a solidão. Não a solidão de você curtir a sua companhia, mas chegou num momento de solidão, de se sentir sozinho e precisar ver pessoa, de precisar sair, de ter um momento de lazer, de um momento de paz, sem você ter me... sem você não ter medo das coisas, sem você não estar aflito o tempo inteiro (P4).*

A fala do participante evidenciou uma série de impactos emocionais e psicológicos enfrentados durante a crise sanitária, como o isolamento social e a solidão. Assinalou-se a

importância do contato social e das atividades de lazer para o bem-estar emocional, atividades que foram severamente impactadas devido ao medo e às restrições relacionadas à pandemia. Ademais, as preocupações financeiras e o estresse decorrente da mudança no método de ensino não podem ser esquecidas. Esse relato ilustra como a pandemia afetou não apenas a saúde física das pessoas, mas também sua QV e saúde mental. O medo constante e a ansiedade acerca da própria segurança e a situação do mundo criaram uma sobrecarga emocional que precisa ser abordada de maneira adequada. Esse impacto na saúde emocional enfatiza a relevância de medidas de apoio psicológico e estratégias para promover o bem-estar mental em situações de crise, como a Pandemia da Covid-19 (Faria, 2023).

O estresse experimentado durante esse período impactou a QV dos professores no presente estudo. A combinação de incerteza, mudanças abruptas na rotina, preocupações com a saúde e a segurança, distanciamento social, isolamento e outras pressões associadas à Pandemia da Covid-19 contribuíram para o aumento dos níveis de estresse em muitas pessoas e, inclusive, nos professores. O impacto na saúde mental foi significativo, com o estresse excessivo, podendo levar a problemas como a ansiedade e depressão, causando sentimentos de medo, insegurança e desespero. As mudanças na rotina, incluindo o trabalho em casa e a educação remota, criaram um senso de desequilíbrio e perda de controle (Souza; Fernandes, 2023).

As preocupações com a saúde, tanto pessoal, quanto dos familiares e dos amigos, geraram ansiedade adicional. O isolamento, em razão do distanciamento social, afetou a interação social e a falta de apoio emocional, contribuindo consideravelmente para o estresse. A sobrecarga de informações da mídia ampliou a sensação de aumento do estresse decorrente da dificuldade em lidar com a quantidade excessiva de informações relevantes e irrelevantes, trazendo uma sensação avassaladora de ansiedade e exaustão mental. A necessidade de filtrar e processar continuamente as atualizações midiáticas tornou-se uma tarefa árdua, contribuindo para um estado de sobrecarregamento emocional e mental entre os indivíduos expostos a essa avalanche de informação. Contudo, muitas pessoas demonstraram resiliência e adaptabilidade, encontrando modos de lidar com o estresse, como buscar apoio social e práticas de relaxamento

É importante reconhecer que os efeitos do estresse podem persistir a longo prazo, ficando evidente a precisão de atenção à saúde mental e apoio emocional para promover o bem-estar durante e pós- pandemia (Souza; Fernandes, 2023). As falas a seguir apresentadas são essenciais para esse debate:

*O trabalho, na escola, mudou totalmente, nossa rotina. Nós tivemos que fazer aulas on-line. E, onde nós não tínhamos, é a participação dos alunos. Então, foi muito estressante, realmente. [...] E, em relação à família também, é, todo mundo muito estressado por causa do medo, né, insegurança que a gente teve durante um período. Sair, lavar, limpar, lavar a mão, e volta pra casa correndo, aí... Sabe, aquele stress (P14).*

*Ah, sim. Nesse período, sim. Hoje, acredito que até hoje está, é, acredito que ainda tá repercutindo isso aqui [...] Que tem uma defasagem muito grande. Então, agora, ainda, nós temos isso aqui pra tentar dar conta de resolver essa defasagem que esses meninos tiveram. [...] Isso gera estresse pra gente (P4).*

*[...]Então isso faz com que a gente... o estresse ali, do dia a dia, da atividade laboral parece que fica acumulado [...] remoendo o cansaço, o estresse do dia a dia, é como se você não descansasse. Como se você estivesse ali 24 horas sobre aquele... aquela situação de estresse (P5).*

*No meu caso diretamente, não foi. Mas com a minha esposa [...] ela tinha ataque de pânico, ela tinha crise de ansiedade, e isso acarretou um estresse muito grande, porque nós somos só nós dois aqui na cidade, né? [...] Além disso, tinha o nosso filho, né? O nosso bebezinho, que nasceu aí, em meio à pandemia, né? [...] Então, você imagina o nível de estresse que a gente passou aí. Então, impactou, sim (P15).*

Essas explicações mostraram que os professores enfrentaram um aumento drástico no estresse, afetando sua QV. Com jornada de trabalho de trabalho extensas, a transição para o ensino on-line, as alterações na rotina escolar, a defasagem de aprendizado e a falta de participação dos alunos nas aulas remotas, houve altos níveis de estresse, que se estendiam para a esfera familiar devido ao medo e às inseguranças generalizadas. A experiência de ver a jornada de trabalho triplicar sem aviso prévio, o medo e a insegurança em relação à exposição ao vírus e a necessidade de seguir protocolos de higiene rigorosos acrescentaram uma camada adicional de estresse a essa experiência (Souza; Fernandes, 2023).

O contexto da saúde dos professores durante a Pandemia da Covid-19 foi desafiador e impactou sua QV. Muitos professores enfrentaram uma série de questões quanto à saúde física e emocional. Na linha de frente da pandemia, houve preocupações sobre a exposição ao vírus, aumentando o estresse e a ansiedade (Cardoso, 2023). A adaptação a novas formas de ensino, a sobrecarga de trabalho, a necessidade de lidar com tecnologias desconhecidas e a extensão do horário de trabalho para o ambiente doméstico resultaram em uma sobrecarga significativa (Cardoso, 2023). A falta de atividade física regular, a má postura e o tempo excessivo na frente das telas também levaram a problemas de saúde física. Além disso, o medo de contrair ou transmitir o vírus intensificou o estresse e a preocupação (Moccellin *et al.*, 2023). Em resumo, os professores enfrentaram múltiplos desafios à sua saúde, tornando fundamental o fornecimento de apoio, recursos e estratégias para gerenciamento de estresse, a fim de proteger sua saúde durante esse período difícil.

As falas a seguir testificam tais achados:

*Principalmente de saúde, né? [...] Esses... as aulas on-line, esse... preparação tudo novo, então, o problema de saúde, deu o problema estomacais, gastrite, úlcera nervosa, ansiedade. Tive que tomar medicamento de ansiedade. Tudo por causa de, de a expectativa... não... aí não consegue terminar as atividades, e aquilo ali foi acarretando problemas de saúde. É, tendinite, é... me deu lesão numa mão por causa de trabalhar com o mouse do computador, então algumas coisas mais significativas e sequelas até hoje né (P13).*

*Sim, com certeza. [...] já tive depressão há alguns anos atrás e foi um gatilho, [...] eu consegui, na pandemia, entender o quanto a terapia me ajudava, o quanto o autoconhecimento, o autocontrole [...] Porque como eu moro sozinho, eu ficava naquela questão de ficar dentro de casa sozinho, não tinha ninguém pra conversar, ou era no meio tecnológico que eu tinha pra conversar, e sair você saía com receio, com medo, tipo assim, se uma pessoa tossisse do seu lado, espirrasse do seu lado, você já ficava: meu Deus do céu! [...] questão psicológica, emocional, tipo, eu tenho asma, tenho bronquite, se eu pegar eu vou morrer e fica naquela... e isso vai gerando uma ansiedade e minha saúde mental, emocional nesse período me abateu muito nessa questão. E foi aonde eu tentava procurar o trabalho como forma de gatilho [...] porque era o momento que eu conversava com os alunos nas aulas on-line [...] acabava a aula me dava uma tristeza, porque eu estava sozinho em casa, não tinha com quem conversar (P4).*

*[...] os impactos seria mais a questão da saúde física mesmo que, como eu me sinto mais sedentária, é... faço menos atividade física, automaticamente ganhei mais peso, né? [...] Tenho menos disposição. É... coisas mais ligadas ao físico [...] Então, isso faz com que a gente... o estresse ali, do dia a dia, da atividade laboral parece que fica acumulado, né [...] remoendo o cansaço, o estresse do dia a dia, é como se você não descansasse. Como se você estivesse ali 24 horas sobre aquela situação de estresse (P5).*

As falas dos professores validam que sofreram impactos graves em sua saúde física e mental durante a Pandemia da Covid-19. Os desafios associados às aulas on-line e à preparação de novos conteúdos levaram a problemas de saúde como gastrite, úlcera nervosa, ansiedade, tendinite e lesões decorrentes do uso excessivo de tecnologia (Moccellin *et al.*, 2023). Esses problemas de saúde são uma manifestação direta das tensões e desafios enfrentados pelos naquele momento.

Guimarães *et al.* (2022) apontam uma elevada prevalência de dor musculoesquelética nos professores durante o período de ensino remoto. A coluna lombar, cervical, torácica, punhos e mãos foram as regiões com maior prevalência das dores. Os professores que apresentavam dor musculoesquelética relataram maiores níveis de estresse e houve uma correlação positiva entre a intensidade da dor musculoesquelética e níveis elevados de estresse ocupacional. O isolamento social causou sofrimento psicológico, exacerbando condições pré-existentes como depressão e aumentando a ansiedade devido ao medo de contrair o vírus. O sedentarismo resultante da mudança de rotina contribuiu para o ganho de peso e a redução da disposição

impactando a saúde física dos professores. Muitos professores ainda enfrentam dificuldades de saúde, mesmo após o término do período de ensino remoto.

Ao longo da Pandemia da Covid-19, a atividade física foi outro aspecto impactado, conforme os professores relataram. Dessa forma, na visão de Souza e Silva *et al.* (2023), muitas pessoas tiveram suas rotinas de atividade física alterada ou suspensas. Com isso, muitos problemas vieram à tona, como o ganho de peso, que se tornou uma preocupação comum. Souza e Silva *et al.* (2023) afirmaram que isso se deu pela combinação de menos exercício e hábitos alimentares menos saudáveis, levando a problemas de saúde, como obesidade, diabetes e doenças cardiovasculares.

Além disso, outro fator que chamou atenção diz respeito ao sedentarismo, que abalou a QV do professor e tornou-se um problema crescente, posto as restrições de mobilidade, o isolamento social e as mudanças nas rotinas diárias. O aumento do tempo gasto em comportamentos sedentários, como assistir televisão e usar dispositivos eletrônicos, teve implicações sérias para a saúde, incluindo o risco elevado de obesidade, doenças cardiovasculares e problemas de saúde mental.

Nesse contexto, a falta de atividade física regular resultou em perda de condicionamento físico, força muscular e flexibilidade (Souza e Silva *et al.*, 2023), cooperando para níveis elevados de estresse e ansiedade e, também, prejudicando a qualidade do sono, afetando a saúde mental, reduzindo a sensação de bem-estar geral e tendo ganho de peso durante esse período desafiador. As falas a seguir revelam os problemas provenientes da falta de atividade física.

*[...] a gente ficar isolado, trancado, sem ter contato com o meio social [...] sou uma pessoa que gosta muito de ter prática de lazer, sou uma pessoa que gosta muito de praticar esporte, e de caminhar, de jogar um vôlei, por exemplo, e ficar trancado dentro de casa, sem poder sair, com medo e aí é aquele receio que há qualquer momento você pode perder a sua vida [...] (P4).*

*[...] a pandemia fez com que nós ficássemos mais em casa, né? Então, uma das grandes mudanças foi até o movimento corporal em si. É... eu fiquei é mais sedentária né [...] a diminuição da prática da atividade física e de repente ficar um pouco mais reservada em relação as suas a... social mesmo, amigos (P5).*

*[...] foi o ganho de peso. Isso para mim impacta até hoje. Não só a questão de saúde, mas a questão da autoestima também, então eu tinha uma vida muito saudável, eu praticava exercícios, eu ia na academia, praticava natação, praticava futebol e hoje e... depois da pandemia, isso tudo parou, né? Então, isso acarretou ... Na degradação da minha saúde. Então, eu sinto, sim. Eu não sinto muito essa questão de ansiedade, né? Mas em relação ao que aconteceu pela pandemia, né? Que foi o ganho de peso, então, isso aí, pra mim foi o maior impacto que eu tive (P15).*

Como é possível observar, no que tange à prática de atividade física, configurou-se como um dos elementos impactados, em conformidade com o que afirmaram os professores.

Tal fato afetou expressivamente a QV desses docentes. Lanferdini e Rosa (2021) ratificam que a paralisação da prática de atividades físicas teve e ainda tem muitos impactos na vida das pessoas que cultivam esse hábito, de modo que essa interrupção pode desembocar no agravamento de doenças, além da possibilidade de desenvolver quadros preocupantes de ansiedade, depressão e sedentarismo, que pode culminar em doenças cardiovasculares.

Nos impactos da pandemia na prática de atividade física e em coerência com o relato dos professores, houve o súbito fechamento de academias e a restrição das atividades ao ar livre levaram a uma diminuição da atividade física, obrigando as pessoas a ficarem mais tempo em casa e, na maioria das vezes, só tinham as telas para tentar distrair. As consequências disso, para Souza e Silva *et al.* (2023), foram o aumento do tempo em casa e o estresse emocional, gerando aumento do consumo de alimentos, incluindo opções menos saudáveis e tendo como consequência o ganho de peso.

Ainda sobre os fatores que impactaram a QV dos professores, citaram a morte/luto vivenciados neste período, trazendo sentimentos de angústia, ansiedade e sofrimento. Sem dúvida, a pandemia fez despontar diversos sentimentos e sensações, por exemplo, a morte, a sensação de perda e o próprio sentimento de luto. Dantas *et al.* (2020) manifestam que a pandemia afetou drasticamente o bem-estar emocional e físico de milhões de pessoas em todo o planeta, lançando sobre os indivíduos, em maior ou menor grau de intensidade, um processo de luto.

Na percepção dos autores, o processo de luto, além da morte física, abarca a perda da liberdade de circular livremente, momentos de reunião com familiares e amigos, o distanciamento usual com relação à morte, entre outros. Ademais de adaptar-se a novas formas de ensino, tiveram que lidar com situações emocionalmente complexas, como alunos perdendo familiares e eles próprios enfrentando perdas pessoais. Essa pressão adicional de trabalhar o aspecto emocional dos alunos e de suas famílias, ao lado das demandas regulares do ensino, teve um impacto enorme na saúde mental dos professores (Baptista; Martins; Escalda, 2023). A necessidade de fornecer apoio psicológico e lidar com o luto e o distanciamento social adicionou uma dimensão emocional ao seu papel, tornando essencial o reconhecimento e o suporte adequado à saúde mental dos educadores durante a pandemia (Pessalacia; Moreira; Luchesi, 2023). As falas a seguir mostram o quanto o medo da morte impactou a QV do professor.

*[...] Porque como eu moro sozinho, eu ficava naquela questão de ficar dentro de casa sozinho, não tinha ninguém pra conversar, ou era no meio tecnológico que eu tinha pra conversar, e sair você saía com receio, com medo, tipo assim, se uma pessoa*

*tossisse do seu lado, espirrasse do seu lado, você já ficava: meu Deus do céu! [...] questão psicológica, emocional, tipo, eu tenho asma, tenho bronquite, se eu pegar eu vou morrer e fica naquela... e isso vai gerando uma ansiedade e minha saúde mental, emocional nesse período me abateu muito nessa questão. E foi aonde eu tentava procurar o trabalho como forma de gatilho [...] porque era o momento que eu conversava com os alunos nas aulas on-line [...] acabava a aula me dava uma tristeza, porque eu estava sozinho em casa, não tinha com quem conversar (P4).*

*Olha, fatores emocionais, principalmente. Porque foi uma época bem complicada. Além de lidar com essa questão de aulas, tudo, é lidar com situações que infelizmente a gente teve que lidar com alunos perdendo familiares, a gente perdendo familiares. Então você tinha que lidar com a situação de luto, distanciamento, trabalhar o psicológico desse aluno, trazer essa família. Então acho que tudo assim, psicológica (P13).*

As declarações indicaram que a morte e o luto impactaram profundamente a QV dos professores. Viver sozinho intensificou a solidão, gerando ansiedade, haja vista às preocupações com a saúde e ao medo do contágio. A busca por trabalho serviu como um modo de lidar com a angústia, proporcionando interações nas aulas on-line. Os desafios emocionais foram acentuados ao lidar não apenas com a complexidade do ensino remoto, mas também com situações difíceis, como a perda de alunos e familiares. Essas experiências emocionais tornaram a pandemia um período particularmente difícil à saúde mental e emocional dos professores. Por fim, tem-se a reflexão de que todas as tensões vividas durante a pandemia culminaram em medo, sobretudo diante das fatalidades (morte). Os professores, por vezes, além de lidar com seus próprios medos, desempenhavam papel importante no acompanhamento de seus alunos e, em alguns casos, familiares também.

## 7 CONCLUSÃO

Este estudo teve como objetivo compreender a percepção dos professores sobre a QV, as mudanças e os desafios vivenciados durante a Pandemia da Covid-19 em escolas estaduais de Rondonópolis/MT, com vistas a identificar quais fatores apresentaram maior impacto na QV.

A conclusão desta pesquisa são os pontos de convergência das discussões realizadas ao longo do estudo sobre QV no trabalho do professor em meio aos desafios e mudanças desencadeados pela Pandemia da Covid-19. O tema escolhido revelou-se de grande relevância diante do cenário educacional que, assim como a sociedade em geral, foi profundamente impactado pela crise da pandemia.

Ao analisar-se a percepção da QV dos professores, através de uma pesquisa qualitativa, evidenciou-se que, para os professores, QV está relacionada a diversos elementos, principalmente relacionados a saúde, levando a compreender a complexidade de mensurar a QV. Para os professores que vivenciaram situações difíceis no período da Pandemia da Covid-19, falar de QV remete à relação com desfrutar de interações sociais e familiares, ter acesso à alimentação adequada, encontrar equilíbrio entre trabalho e vida pessoal e ter estabilidade financeira. Além disso, viver e trabalhar em um ambiente saudável.

Quanto aos desafios e enfrentamentos durante a pandemia, verificou-se que os principais foram a alteração de rotina de trabalho, dificuldades com o uso das tecnologias, os problemas estruturais, o isolamento, a solidão, a frustração, a insegurança e, ainda, os desafios associados à própria saúde psicológica, emocional e física. Por seu turno, a prática docente no contexto da pandemia foi impactada, principalmente, pela alteração de rotina, adaptação de metodologias, falta de estrutura tecnológica, falta de contato com os alunos e pela insegurança na eficiência, eficácia e efetividade do seu trabalho.

Ao se avaliar os fatores que impactaram a QV dos professores, identificou-se que prevaleceram: o isolamento/distanciamento social; a alteração na rotina de trabalho; sobrecarga de trabalho; defasagem de aprendizado; medo; ansiedade; solidão; atividade física; sedentarismo; estresse; saúde; ganho de peso; morte/luto. Ao recapitular o percurso desta pesquisa, reforça-se a importância de se aprofundar na compreensão das implicações da pandemia no cotidiano dos professores, dada sua função crucial na formação de cidadãos e no desenvolvimento da sociedade.

Os resultados da pesquisa refletiram as adversidades que marcaram o cotidiano dos professores que se depararam com sobrecarga de trabalho, estresse, medo, alterações de rotina,

as preocupações constantes com a saúde, ansiedade e a dificuldade com tecnologias que contribuíram para uma alteração substancial na QV dos professores.

As contribuições deste trabalho, na formação da pesquisadora, são significativas. A pesquisa proporcionou um entendimento mais profundo das realidades enfrentadas pelos professores, reforçando a importância do cuidado da saúde física e mental e da QV no ambiente de trabalho. Essas reflexões têm o potencial de informar práticas pedagógicas futuras, políticas educacionais abrangentes e programas de apoio aos profissionais da educação.

Em síntese, esta pesquisa discutiu uma lacuna de conhecimento, fornecendo possibilidades de reflexão sobre a QV dos professores durante a Pandemia da Covid-19. Os resultados evidenciaram os desafios enfrentados e os impactos na saúde física e mental dos docentes, salientando a relevância de políticas de apoio à saúde no contexto escolar. Portanto, não apenas contribuiu para a formação da pesquisadora, como também avançou os conhecimentos na área da Educação, oferecendo subsídios à construção de um ambiente de trabalho mais saudável e sustentável para os professores.

## REFERÊNCIAS

- AGUIAR, Sara Fabiana Bittencourt de *et al.* O teletrabalho e as mulheres: percepções da conciliação da vida profissional e familiar. **Cadernos EBAPE. BR**, Rio de Janeiro/RJ, v. 20, n. 6, p. 836-850, 2023. DOI 10.1590/1679-395120210244.
- ALVARENGA, Robson *et al.* Percepção da qualidade de vida de professores das redes públicas e privadas frente à pandemia do Covid-19. **Revista Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida (CPAQV)**, [S. l.], v. 12, n. 3, p. 1-8, 2020.
- ANASTÁCIO, Zélia Ferreira Caçador; ANTÃO, Celeste; CRAMÊS, Maria Luísa. Professores/educadores em pandemia Covid-19: percepções de saúde, rotinas pessoais e competências profissionais. **Contexto & Educação**, Ijuí/RS, v. 37, n. 117, p. 24-37, 2022. DOI 10.21527/2179-1309.2022.117.13000.
- ARAUJO, Hugo Leonardo Ferreira. **Docência no ensino superior em um contexto pandêmico: um estudo sobre qualidade de vida no trabalho de professores da Universidade Estadual do Maranhão**. 2022. 87 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal do Maranhão, São Luís/MA, 2022.
- AVELAR, Luciane; LIMA, Veridiana Mota Moreira; BAPTISTA, Tadeu João Ribeiro. A pandemia de COVID-19 e a saúde de professores de educação física escolar. **Revista Fluminense de Educação Física**, Niterói/RJ, v. 3, n. 1, p. 1-24, 2022.
- BAPTISTA, Cremildo João; MARTINS, Alberto Mesaque; ESCALDA, Patrícia Maria Fonseca. Fatores associados a altos escores de saúde mental de professores universitários durante a pandemia de COVID-19. **Saúde e Pesquisa**, Maringá/PR, v. 16, n. 1, p. e-11419, 2023. DOI 10.17765/2176-9206.2023v16n1.e11419.
- BARBOSA, Marta Ramalhosa. **Resistência à mudança e stress percebido em relação à Covid-19**. 2023. 60 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) – Universidade Lusíada, Porto/Portugal, 2023.
- BARROS, Kaíza Rafaelle Lucas Martins. **Síndrome de Burnout, suporte social no trabalho e conflito trabalho-família em docentes no contexto da pandemia da Covid-19**. 2022. 70 f. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Saúde) – Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande/PA, 2022.
- BEZERRA, Narjara Peixoto Xavier; VELOSO, Antonia Pereira; RIBEIRO, Emerson. Ressignificando a prática docente: experiências em tempos de pandemia. **Revista do PEMO**, Fortaleza/CE, v. 3, n. 2, e323917, 2021.
- BISOGNO, Jean Carlos Rodrigues. **Qualidade de vida dos professores das escolas do ensino médio do município de São Gabriel/RS durante Pandemia do Covid-19**. 2022. Dissertação (Mestrado Profissional em Ciências da Saúde e da Vida) – Universidade Franciscana, Santa Maria/RS, 2022.

BORSOI, Izabel Cristina Ferreira; PEREIRA, Flavilio Silva. Professores do ensino público superior: produtividades, produtivismo e adoecimento. **Universitas Psychologica**, [S. l.], v. 12, n. 4, p. 1211-1233, 2013. DOI 10.11144/Javeriana.UPSY12-4.peps.

BRASIL. Portaria ABMES n. 345, de 19 de março de 2020. Altera a Portaria MEC n. 343, de 17 de março de 2020. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília/DF, n. 54-D, p. 1, 19 mar. 2020.

BRASIL. Resolução n. 510, de 07 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais cujos procedimentos metodológicos envolvam a utilização de dados diretamente obtidos com os participantes ou de informações identificáveis ou que possam acarretar riscos maiores do que os existentes na vida cotidiana. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília/DF, n. 98, p. 44-46, 24 maio 2016.

BROOKS, Samantha K. *et al.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **Lancet**, Reino Unido, v. 395, p. 912-920, 2020.

CANELLAS, Bruna Garcia da Cruz. **Ser/estar professor? Eis a questão - vivências dos docentes de uma escola da rede estadual pública do rio de janeiro durante a pandemia do Covid-19**. 2022. 75 f. Dissertação (Mestrado em educação) – Universidade Federal Fluminense, Niterói/RJ, 2022.

CARDOSO JÚNIOR, Welton. **Qualidade de vida e adoecimento docente: A pós-graduação no contexto da pandemia da Covid-19**. 2022. 154 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Vitória da Conquista/BA, 2022.

CARDOSO, Francisco dos Santos. Lições da pandemia COVID-19. Confinamento, a importância da percepção de controle-descontrole e risco de manifestação de depressão, de ansiedade e de stress. **Revista Territorium**, [S. l.], v. 30, n. 1, p. 45-59, 2023. DOI 10.14195/1647-7723\_30-1\_4.

CEMBRANEL, Priscila *et al.* Lazer e qualidade de vida em tempos de pandemia. **Pista: Periódico Interdisciplinar**, Belo Horizonte/MG, v. 3, n. 2, p. 35-46, ago./nov. 2021.

COSTA, Ester de S.; MORITA, Ione; MARTINEZ, Miguel A. R. Percepção dos efeitos do trabalho em turnos sobre a saúde e a vida social em funcionários da enfermagem em um hospital universitário do Estado de São Paulo. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro/RJ, v. 16, n. 2, p. 553-555, abr./jun., 2000.

CUQUETTO, Eduardo Benincá; PORTELA, Ellen Maria Santos; VIEIRA, Yolanda Aparecida de Castro Almeida. Ensino remoto e qualidade de vida docente em cenário de pandemia. **Temas em Educação e Saúde**, Araraquara/SP, v. 18, p. e022003, 2022. Disponível em: <https://periodicos.fclar.unesp.br/tes/article/view/15883>. Acesso em: 21 jan. 2023.

DANTAS, Clarissa de Rosalmeida *et al.* O luto nos tempos da COVID-19: desafios do cuidado durante a pandemia. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, São Paulo/SP, v. 23, n. 3, p. 509-533, set. 2020. DOI 10.1590/1415-4714.2020v23n3p509.5.

FARIA, Ana Rita Pereira. **Papel das TIC face à solidão e depressão em adultos, durante a pandemia COVID-19**. 2023. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde) – Universidade Católica Portuguesa, Porto, 2023.

FETTERMANN, Joyce Vieira; TAMARIZ, Annabell Dell Real. Ensino remoto e ressignificação de práticas e papéis na educação. **Texto Livre: Linguagem e Tecnologia**, Belo Horizonte/MG, v. 14, n. 1, p. 1-10, 2021. DOI 10.35699/1983-3652.2021.24941.

FÉLIX, Ana *et al.* Qualidade de vida em crianças e jovens: relevância da escola, família e grupo de pares. *In: CONGRESSO INTERNACIONAL GALEGO-PORTUGUÊS DE PSICOPEDAGOGIA*, 16., 2021. **Anais [...]**. Braga/Portugal: Universidade do Minho, 2021. p. 871-880.

FLECK, Marcelo Pio de Almeida *et al.* Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo/SP, v. 34 n. 2, p. 178-183, 2000.

FLECK, Marcelo Pio de Almeida. O instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100): características e perspectivas. **Revista Ciências & Saúde coletiva**, Rio de Janeiro/RJ, v. 5, n. 1, p. 33-38, 2000.

FORNECK, Kári Lúcia *et al.* Ensino Remoto em Cenário de Pandemia: o que Dizem os Professores. **Revista de Ensino, Educação e Ciências Humanas**, Londrina/PR, v. 23, n. 2, p. 324-329, 2022.

FRANCISCO, Dandara Ferreira; ARAÚJO, Rosenéri Lago de Sousa. A importância da relação professor-aluno. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, [S. l.], v. 2, n. 1, p. 1-13, 2016.

FRANDALOSO, Jean Marcos; LEITE, Maria Alzira. A Democratização da Educação em uma Perspectiva Tecnológica do Conhecimento Significativo:(Re) orientações para as Práticas de Aprendizagens. **Revista Interacções**, Santarém/Portugal, v. 19, n. 66, p. 1-20, 2023.

FREIRE, Maria Eliane Moreira *et al.* Qualidade de vida relacionada à saúde de pacientes com câncer em cuidados paliativos. **Revista Texto contexto - enfermagem**, Florianópolis/SC, v. 27, n. 2, p. e5420016, 2018. DOI 10.1590/0104-070720180005420016

FREITAS, Ronilson Ferreira *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**, Rio de Janeiro/RJ, v. 70, n. 4, p. 283-292, 2021.

FRITZ, Marina. **Qualidade de vida, afetos positivos e negativos e estratégias adaptativas dos docentes de ensino fundamental durante a Pandemia de Covid-19**. 2023. 58 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Feevale, Novo Hamburgo/RS, 2023.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. ed. São Paulo/SP: Editora Atlas, 2017.

GUIMARÃES, Bruno *et al.* Pandemia de COVID-19 e as atividades de ensino remotas: riscos ergonômicos e sintomas musculoesqueléticos dos docentes do Instituto Federal Catarinense. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo/SP, v. 29, n. 1, p. 96-102, 2022. DOI 10.1590/1809-2950/21020229012022PT.

HARARI, Yuval Noah. **Notas sobre a pandemia e breves lições para o mundo pós-coronavírus**. São Paulo/SP: Companhia das Letras, 2020.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Estados e Cidades**. Rondonópolis/MT, 2022. Disponível em: <https://www.estadosecidades.com.br/mt/rondonopolis-mt.html>. Acesso em: 18 out. 2022.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua - PNAD Contínua**. 2018. Disponível em: [ibge.gov.br/estatisticas/sociais/trabalho/9171-pesquisa-nacional-por-amostra-de-domicilios-continua-mensal.html](http://ibge.gov.br/estatisticas/sociais/trabalho/9171-pesquisa-nacional-por-amostra-de-domicilios-continua-mensal.html). Acesso em: 10 jan. 2023.

JUSTINO, Aline de Souza. **Percepção dos professores da rede pública de ensino sobre sua saúde no contexto da pandemia da Covid-19 em um estado do Nordeste**. 2021. 85 f. Dissertação (Mestrado em Saúde e Comunidade) – Universidade Federal do Piauí, Teresina/PI, 2021.

KOSCHECK, Arcelita; TIMM, Jordana Wruck. Formação docente no contexto da pandemia: ressignificação da prática pedagógica. **Horizontes**, Itatiba/SP, v. 40, n. 1, p. 1-23, 2022. DOI 10.24933/horizontes.v40i1.1350.

KUNRATH, Bruna *et al.* Ansiedade e agressividade em adolescentes durante a pandemia Covid-19. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 9, n. 9, p. 1913-1921, 2023.

LAMIN-GUEDES, Valdir. **A educação na Covid-19: a voz do docente**. São Paulo/SP: Editora Raiz na mão, 2020.

LANFERDINI, Fábio Juner; ROSA, Rodrigo Gomes da. Impacto da pandemia de Covid-19 sobre o treinamento esportivo. *In*: VAGO, Tarcísio Mauro; LARA, Larissa Michelle; MOLINA NETO, Vicente. **Educação física e ciências do esporte no tempo presente: desmonte dos processos democráticos, desvalorização da ciência, da educação e ações em defesa da vida**. Maringá: EDUEM, 2021. p. 348-372.

LEAL, Paulo Souza. A educação diante de um novo paradigma: ensino à distância (EaD) veio para ficar! **Revista Gestão & Tecnologia Faculdade Delta**, Goiânia/GO, v. 1, n. 30, p. 41-43, jan./jun. 2020.

LIMA, Clarêncio Eduardo dos Santos. Desafio tecnológico dos professores nas aulas remotas durante a pandemia. **Research, Society and Development**, Vargem Grande Paulista/SP, v. 10, n. 15, p. e168101522666, 2021.

LIMA, DeJane dos Santos; CAVALCANTI, Ágata Laisa Laremborg Alves C. Os desafios enfrentados pelos professores do campo no ensino remoto, da escola municipal João Borges

Ferreira, em Nazaré do Piauí-PI. *In: Congresso Nacional De Educação, 6., 2019, Campina Grande/PB. Anais [...].* Campina Grande/PB, 2019. p. 1-10.

LIMA, Emmanoela de Almeida Paulino. **Qualidade de vida e medo da COVID-19 em professores do Ensino Superior.** 2021. 85 f. Dissertação (Mestrado em Modelos de Decisão e Saúde) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa/PB, 2021.

LIMA, Rossano Cabral. Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro/RJ, v. 30, n. 2, p. e300214, 2020. DOI 10.1590/S0103-73312020300214.

LOPES-PEREIRA, Ana Paula *et al.* Preditores associados à qualidade de vida no trabalho de docentes da universidade pública. **Revista de Salud Pública**, Bogotá/Colombia, v. 22, n. 5, p. 544-551, 2023. DOI 10.15446/rsap.V22n5.75923.

LUDOVICO, Francieli Motter *et al.* Covid-19: desafios dos docentes na linha de frente da educação. **Interfaces Científicas – Educação**, Aracaju/SE, v. 10, n. 1, p. 58-74, 2020. DOI 10.17564/2316-3828.2020v10n1p58-74.

MACEDO, Laiz Mara Meneses; NEVES, Luiz Eduardo de Oliveira. Práticas de Educação Física na pandemia por Covid-19. **Ensino em perspectivas**, Fortaleza/CE, v. 2, n. 3, p. 1-5, 2021.

MALHÃO, Rafael. “Estamos falando de quem chega a ter bi, eles não têm medo de pegar o coronavírus”: as festas e a pandemia, o que classe tem a ver com a percepção do que é um risco?. **Antropolítica-Revista Contemporânea de Antropologia**, Niterói/RJ, n. 53, p. 195-221, 2021. DOI 10.22409/antropolitica2021.i53.a49557.

MATIAS, Nyvea Maria de Souza *et al.* Correlation between musculoskeletal pain and stress levels in teachers during the remote teaching period of the COVID-19 pandemic. **Fisioterapia em Movimento**, Curitiba/PR, v. 35, p. e35140, 2022.

MELO, Maria Tais de; DIAS, Simone Regina; VOLPATO, Arceloni Neusa. **Impacto dos fatores relacionados à pandemia de COVID 19 na qualidade de vida dos professores atuantes em SC.** Florianópolis/SC: Contexto Digital, 2020.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.** São Paulo/SP: Hucitec, 2008.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.** 14. ed. Rio de Janeiro/RJ: Editora Hucitec, 2014.

MIRANDA, Rogerio Mariano de. **Qualidade de vida e estresse ocupacional de professores durante Pandemia da COVID-19.** 2021. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal de Mato Grosso, Cuiabá/MT, 2021.

MOCCELLIN, Marcia Cristina *et al.* Emoções docentes e pandemia por coronavírus. **RECIMA21-Revista Científica Multidisciplinar**, Jundiaí/SP, v. 4, n. 8, p. e483740-e483740, 2023.

MOURA, Cristiane Faiad de. **Reação à frustração: construção e avaliação de medida de proposta de um perfil de reação.** 2008. 169 f. Tese (Doutor em Psicologia Social, do Trabalho e das Organizações) – Universidade de Brasília, Brasília/DF, 2008.

NOVA, Eloah de Lacerda Vila; BARBOSA, Laura Efigênia Pereira; GUIMARÃES, Luiza Angélica Paschoeto. Pandemia e seus aspectos: uma relação vinculada à aprendizagem. **Simpósio**, [S. l.], n. 11, p. 1, 2023.

OLIVEIRA, Cláudia Ester de; DIAS, Maria Luiza; ALMEIDA, Rafael Santos de. Desafios do ensino remoto emergencial nas escolas públicas durante a pandemia. **Brazilian Journal of Development**, São José dos Pinhais/PR, v. 6, n. 12, p. 102816-102821, 2020. DOI 10.34117/bjdv6n12-684.

OLIVEIRA, Sérgio de Freitas. Pedagog@s e professor@s em tempos de pandemia. **Pedagogia em Ação**, Belo Horizonte/MG, v. 13, n. 1, p. 37-42, 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Avaliação da qualidade de vida: documento de posição da Organização Mundial da Saúde. **Social Science Medicine**, [S. l.], v. 41, n. 10, p. 1403-1409, 2012.

PAULINO, Maria Janorma da Silva; SOUSA, Felipe Neris Torres de. A Prática Docente em Tempos de Pandemia: desafios do Ensino Remoto na Educação Infantil. **ID on line Revista de Psicologia**, Jaboatão dos Guararapes/PE, v. 15, n. 57, p. 261-268, 2021. DOI 10.14295/idonline.v15i57.3204.

PEDROSO, Edivane *et al.* Impacto da pandemia de COVID-19 na qualidade de vida e no estresse de docentes de uma instituição federal. **Research, Society and Development**, Vargem Grande Paulista/SP, v. 10, n. 4, p. e43110414298, 2021.

PEREIRA, Juliana Montanher. **Defasagem, aprendizagem e ensinagem apresentadas durante e após pandemia.** 2022. 43 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Pedagogia) – Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria/RS, 2022.

PESSALACIA, Juliana Dias Reis; MOREIRA, Adailson da Silva; LUCHESI, Bruna Moretti. (org.). **Produções sobre o luto na pandemia da COVID-19.** Campo Grande/MS: Ed. UFMS, 2023.

PINHO, Paloma de Sousa *et al.* Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da Covid-19. **Trabalho, Educação e Saúde**, Rio de Janeiro/RJ, v. 19, p. e00325157, 2021.

POLSIN, Fernanda Lievore. **A relação entre a interação familiar e a qualidade de vida no trabalho como provedora da satisfação para o colaborador.** Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Gestão de Pessoas e Coaching) – Centro Universitário de Brasília, Brasília/DF, 2012.

ROSA, Rosane Teresinha Nascimento da. Das aulas presenciais às aulas remotas: as abruptas mudanças impulsionadas na docência pela ação do Coronavírus - o COVID-19! **Revista Científica Schola**, Santa Maria/RS, v. 6, n. 1, p. 1-4, 2020.

RIBEIRO, Beatriz Maria dos Santos Santiago. Saúde mental e teletrabalhadores: revisão integrativa. **Revista Saúde e Meio Ambiente**, Três Lagoas/MS, v. 12, n. 2, p. 127-147, 2021.

ROSSI, Ana M. **Autocontrole**: uma nova maneira de controlar o stress. Rio de Janeiro/RJ: Rosa dos Tempos, 2002.

SÁ, Adrielle Lourenço de; NARCISO, Ana Lucia do Carmo; NARCISO, Luciana do Carmo. Ensino remoto em tempos de pandemia: os desafios enfrentados pelos professores. *In*: CILTEC, 14., 2020. **Anais do Encontro Virtual de Documentação em Software Livre e Congresso Internacional de Linguagem e Tecnologia Online**. Online, 2020. p. 1-8.

SANTOS, Boaventura de Sousa. **A cruel pedagogia do vírus**. Coimbra/Portugal: Editora Almedina, 2020.

SANTOS, Cássia R. G. **História da educação**. São Paulo/SP: Editora Senac, 2021.

SANTOS, Dayane Rodrigues dos; OLIVEIRA, Keila Fernandes; SOARES, Zilma Cardoso Barros. Desafios enfrentados pelos professores no cenário pandêmico e no pós pandemia: professores e os desafios encontrados em tempo de pandemia. **Research, Society and Development**, Vargem Grande Paulista/SP, v. 10, n. 15, p. 1-8, 2021.

SANTOS, Isabela Teodoro dos *et al.* Síndrome de Burnout em professores durante a pandemia da COVID-19. **Revista Psicologia em Pesquisa**, Juiz de Fora/MG, v. 17, n. 2, p. 1-24, 2023. DOI 10.34019/1982-1247.2023.v17.35535.

SANTOS, Matheus dos; SÁ, Bianca. Mudança de planos: A transição para o ensino remoto durante a pandemia do Covid-19 na escola de negócios e seguros (ENS). *In*: CONGRESSO INTERNACIONAL ABED DE EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA, 26, 2020. Rio de Janeiro/RJ. **Anais [...]**. Rio de Janeiro/RJ, 2020.

SANTOS, Rita de Cássia Grecco dos; VARGAS, Francisco Furtado Gomes Riet; VARGAS, Gabriela Caceres Riet. Educação em tempos de pandemia: uma narrativa da gripe espanhola à Covid-19. **Missões - Revista de Ciências Humanas e Sociais**, São Borja/RS, v. 6, n. 2, p. 3-18, 2020.

SHIGEMURA, Jun *et al.* Respostas públicas ao novo coronavírus 2019 (2019-nCoV) no Japão: consequências para a saúde mental e populações-alvo. **Psiquiatria e neurociências clínicas**, Porto/Portugal, v. 74, n. 4, p. 281-282, 2020.

SILVA, José Maria Cardoso da *et al.* Minimum costs to conserve 80% of the Brazilian Amazon. **Perspectives in Ecology and Conservation**, São Paulo/SP, v. 20, n. 3, p. 216-222, jul./set. 2022.

SILVA, Lorrane Stéfane; OLIVEIRA, Guilherme Saramago de; NEVES, Eliana Helena Corrêa. Entrevista na pesquisa em educação de abordagem qualitativa: algumas considerações teóricas e práticas. **Revista prisma**, Rio de Janeiro/RJ, v. 2, n. 1, p. 110-122, 2021.

SILVA, Vanessa Maria Costa Bezerra; SANTOS, Reinaldo Batista dos. A resignificação da prática pedagógica no ensino superior: relatos de experiência de docentes no contexto da

pandemia da Covid-19. In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO, 7., 2020, Maceió. **Anais [...]**. Maceió: Realize Editora, 2020.

SOUZA E SILVA, Nayra Suze *et al.* Comportamento sedentário antes e durante a pandemia da COVID-19 entre professores da educação básica. **Revista Unimontes Científica**, Montes Claros/MG, v. 25, n. 1, p. 1-15, 2023.

SOUZA Nathalie Silva de. **Saúde mental, estilo e qualidade de vida de professores do ensino superior de um centro universitário de São Paulo no contexto da Pandemia de Covid-19**. 2022. Dissertação (Mestrado Profissional em Promoção da Saúde) – Centro Universitário Adventista de São Paulo, São Paulo/SP, 2022.

SOUZA, Elmara Pereira de. Educação em tempos de pandemia: desafios e possibilidades. **Cadernos de Ciências Sociais Aplicadas**, Vitória da Conquista/BA, v. 17, n. 30, p. 110-118, 2020. DOI 10.22481/ccsa.v17i30.7127.

SOUZA, Ivan Nunes de; SIMÃO, Maria Olívia de Albuquerque Ribeiro; SOUZA, Jane Clea Santos de. Da sala de aula a conexão: desafios para o retorno ao ambiente escolar após a “primeira onda” da pandemia de Covid-19 em Manaus, AM. **DELLOS: Desarrollo Local Sostenible**, [S. l.], v. 16, n. 46, p. 2416-2436, 2023. DOI 10.55905/rdelosv16.n46-027.

SOUZA, Janicléia Pereira de; FERNANDES, Flávia Emília Cavalcante Valença. Os impactos na saúde dos professores da educação básica durante a pandemia da Covid-19: uma revisão de literatura. **Travessias**, Cascavel/PR, v. 17, n. 1, p. e30387, 2023. DOI 10.48075/rt.v17i1.30387.

STÊNICO, Joselaine Andréia de Godoy; PAES, Marcela Soares Polato. Lazer: Do Tempo Livre à Dimensão Cultural e as Novas Formas de Alienação. **Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, Belo Horizonte/MG, v. 19, n. 1, p. 327-355, 2016. DOI 10.35699/19813171.2016.1205.

TRINDADE, Regina Aparecida Correia; PESSANHA, Fabiana. Desafios do trabalho docente no Brasil em tempos de pandemia. **Educación y Humanismo**, Barranquilla/Colombia, v. 25, n. 44, p. 174-196, 2023. DOI 10.17081/eduhum.25.44.5295.

TROITINHO, Maria da Conceição Ribeiro *et al.* Ansiedade, afeto negativo e estresse de docentes em atividade remota durante a pandemia da Covid-19. **Trabalho, Educação e Saúde**, Rio de Janeiro/RJ, v. 19, p. e00331162, 2021. DOI 10.1590/1981-7746-sol00331.

VASCONCELOS, Lara Borges de *et al.* Qualidade de vida relacionada à saúde: análise dimensional do conceito. **Pesquisa Qualitativa em Saúde: avanços e desafios**, Aveiro/Portugal, v. 3, p. 226-238, 2020. Disponível em: <https://publi.ludomedia.org/index.php/ntqr/article/view/160>. Acesso em: 20 out. 2023

VERAS, Débora Maciel de Oliveira; OLIVEIRA, Carlos Alex Martins. Desafios enfrentados e estratégias desenvolvidas na realização de aulas remotas no período de quarentena ocasionada pelo covid-19: um relato de experiência. In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO, 7., 2021. **Anais [...]**. CONEDU: UEPB, 2021. p. 1-11. UFG, 2021.

VIANA, Letícia Fleury *et al.* Impacto do ensino remoto emergencial no processo de ensino-aprendizagem em uma perspectiva dos docentes. **Revista Eletrônica de Educação**, São Carlos/SP, v. 17, p. e6154053-e6154053, 2023. DOI 10.14244/198271996154.

VISSOTTO JUNIOR, Dornelles; NAVARRO, Fábio Alexandre Marcelino. Educação Financeira e a qualidade de vida. *In: SEMINÁRIO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA DA REGIÃO SUL*, 31., 2013. **Anais [...]**. Florianópolis/SC: UFSC, 2013. p. 1-4.

ZAMAI, Carlos Aparecido *et al.* Atividade física na promoção da saúde e da qualidade de vida: contribuições do Programa Mexa-se Unicamp. *In: GUTIERREZ, Gustavo Luís; VILARTA, Roberto; MENDES, Roberto Teixeira. (org.). Políticas públicas, qualidade de vida e atividade física*. Campinas/SP: Ipes, 2011. cap. 19, p. 179-193.

ZURAWSKI, Rafaela Luana; BOER, Noemi; SCHEID, Neusa Maria John. O professor e os novos contextos de ensino: uma abordagem teórico-metodológica em tempos de pandemia. **Ciências Humanas**, Santa Maria/RS, v. 21, n. 2, p. 81-93, 2020. DOI 10.37780/ch.v21i2.3446.

**APÊNDICE A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)****RESOLUÇÃO n. 510/2016 do Conselho Nacional de Pesquisa  
CAAE**

Título do Projeto: “Qualidade de vida dos professores: Desafios e mudanças frente à  
pandemia da Covid-19

Você está sendo convidado(a) a participar da pesquisa que tem como objetivo: Compreender, frente a pandemia da Covid-19, a percepção que os docentes possuem sobre a qualidade de vida (QV) e sobre as mudanças e os desafios vivenciados nas escolas estaduais de Rondonópolis/MT. É oportuno destacar que essa pesquisa busca também, identificar os desafios dos professores no enfrentamento da pandemia da Covid-19. A pesquisa é vinculada ao Programa de Pós-graduação em Educação da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões – Faculdade IBGE/Rondonópolis, sob a responsabilidade da mestrandia Eliane Lima Borges de Medeiros e orientadora Dra. Marines Aires.

Se você aceitar o convite, sua participação na pesquisa será por meio de uma entrevista, a qual será gravada e após transcrita na íntegra e um questionário que tem como objetivo medir o nível de estresse que um indivíduo pode estar experimentando no ambiente de trabalho. Usaremos a escala Job Stress que é composta por diversas questões relacionadas a diferentes aspectos da vida profissional, incluindo o relacionamento com colegas de trabalho, a carga de trabalho, o sentimento de controle sobre as tarefas e a percepção de suporte da organização.

O tempo de entrevista será de aproximadamente 30 minutos. Quanto ao questionário ele pode ser enviado ao participante de duas maneiras. As informações serão analisadas em conjunto com as de outros participantes, não sendo divulgada a identificação de nenhum participante. Dessa forma, será garantido a confidencialidade dos participantes, bem como o sigilo das informações. Os materiais e documentação coletados na pesquisa serão arquivados pela pesquisadora por um período de cinco anos e ao final desse período serão descartados de acordo com a norma ambiental vigente.

A presente pesquisa apresenta riscos mínimos, mas sem possibilidades de causar algum dano à dimensão física, psíquica, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual do ser humano, em qualquer fase da pesquisa ou dela decorrente. No entanto, se houver possíveis riscos, serão minimizados.

Em relação aos benefícios, o estudo fornece subsídios para as escolas planejarem ações de promoção da saúde, com vistas a possibilitar uma melhor QV aos gestores e aos professores. Ademais, o estudo em questão traz subsídios para elaboração de Políticas Públicas de Saúde no contexto escolar, com foco na saúde docente.

Você será informado pelo e-mail disponibilizado no momento da entrevista sobre a disponibilidade dos resultados obtidos pela entrevista.

Sua participação na pesquisa é totalmente voluntária, ou seja, não é obrigatória. Caso você decida não participar, ou ainda, desistir de participar e retirar seu consentimento, não haverá nenhum prejuízo ao atendimento que você recebe ou possa vir a receber na instituição.

Não está previsto nenhum tipo de pagamento pela sua participação na pesquisa e você não terá nenhum custo com respeito aos procedimentos envolvidos.

Os dados coletados durante a pesquisa serão sempre tratados confidencialmente. Os resultados serão apresentados de forma conjunta, sem a identificação dos participantes, ou seja, o seu nome não aparecerá na publicação dos resultados.

Caso você tenha dúvidas, poderá entrar em contato com o pesquisador responsável: ELIANE LIMA BORGES DE MEDEIROS, telefone: (66) 999845230, e-mail: elianelimaborges@hotmail.com, com a orientadora Dra. Marines Aires, e-mail maires@uri.edu.br, ou ainda com o Comitê de Ética em Pesquisa, que poderá ser contatado para esclarecimento de dúvidas através do telefone: (55) 3744-9000, ramal 306, das 08h às 11h30min.

**APÊNDICE B – Roteiro de Entrevista**

Idade: \_\_\_\_\_

Sexo: \_\_\_\_\_

Estado civil: \_\_\_\_\_

Formação acadêmica: \_\_\_\_\_

Possui especialização: ( ) Sim ( ) Não

Se sim, qual \_\_\_\_\_

Tempo de atuação: \_\_\_\_\_

Horas de Trabalho: \_\_\_\_\_

1) Na sua percepção o que é qualidade de vida para você?

---

---

2) Com a cenário da Pandemia da Covid-19 houve mudanças na sua QV? Se houve, você poderia falar sobre essas mudanças?

---

---

3) Você considera que estas mudanças e desafios que você citou impactaram sua qualidade de vida? Se sim, poderia falar sobre:

---

---

4) Sabemos que em 2020 vivemos um cenário desafiador na sociedade diante da Pandemia da Covid-19, na prática docente você enfrentou alguns desafios? Se sim, você poderia falar sobre esses desafios?

---

---

5) Referente ao uso das tecnologias, quais foram os maiores desafios que você encontrou?

---

---

6) Considerando o ensino remoto e o retorno às aulas presenciais, quais foram os momentos mais desafiadores para você e por quê?

---

---

7) Como o distanciamento social impactou na sua prática profissional? Quais fatores foram os principais?

---

---

9) Considerando o que conversamos sobre a sua QV, quais fatores você considera que impactaram na sua QV? Por quê?

---

---

## APÊNDICE C – Termo de autorização das escolas estaduais de Rondonópolis

Eu -----, sob o n. de CPF -----, Diretor(a) da Escola ----- autorizo Eliane Lima Borges de Medeiros, aluna do curso de Mestrado em Educação da Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI/Câmpus de Frederico Westphalen, sob a orientação da Dra. Marines Aires, a realizar a coleta de dados por meio de uma entrevista com quatro professores efetivos, sorteados por cada área de conhecimento do Ensino Fundamental 2, das Escolas Estaduais da cidade de Rondonópolis, para realização do projeto de pesquisa “Qualidade de vida dos professores: Desafios e mudanças frente à pandemia da Covid-19”. O objetivo da pesquisa é: Compreender, frente a pandemia da Covid-19, a percepção que os docentes possuem sobre a qualidade de vida (QV) e sobre as mudanças e os desafios vivenciados nas escolas estaduais de Rondonópolis/MT; Identificar quais os desafios enfrentados pelos professores no trabalho docente durante a pandemia da Covid-19 e; Conhecer os fatores que impactaram a QV dos professores na pandemia da Covid-19.

As pesquisadoras acima citadas se comprometem a:

- Iniciar a coleta de dados somente após o Projeto de Pesquisa ser aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisas da URI/Câmpus de Frederico Westphalen;
- Obedecer às disposições ética de protegerem os participantes da pesquisa, garantindo-lhes o máximo de benefícios e o mínimo de riscos;
- Devolver às escolas participantes os resultados, por meio de apresentação presencial em momentos de reunião e/ou formação dos profissionais;
- Assegurarem a privacidade das pessoas citadas ou contatadas diretamente, de modo a proteger suas imagens e que não utilizarão as informações coletadas em prejuízo dessas pessoas ou das instituições respeitando assim as Diretrizes Éticas da Pesquisa envolvendo Seres Humanos nos termos estabelecidos na Resolução n. 510/2016.

Rondonópolis/MT, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2023.

Assinatura, função e carimbo.