

CARGA DE TRABALHO DOCENTE E SUAS CONSEQUÊNCIAS À SAÚDE DURANTE A PANDEMIA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

TEACHER WORKLOAD AND ITS HEALTH CONSEQUENCES DURING PANDEMIC: A SYSTEMATIC REVIEW

Iraneide nascimento dos Santos¹

Guilherme de Andrade Ruela²

Érica Barbosa Magueta Silva³

Andressa Fernandes da Silva⁴

Ana Cleide da Silva Dias⁵

¹ Mestre em Patologia; Profa do Curso Téc. em Segurança do Trabalho; Instituto Federal de Pernambuco - Campus Ipojuca, PE, Brasil. E-mail: iraneide.nascimento@upe.br ORCID: [HTTPS://ORCID.ORG/0000-0001-8449-7840](https://orcid.org/0000-0001-8449-7840).

² Mestre em Saúde Pública - concentração em Epidemiologia (Universidade Federal de Minas Gerais). Especialização em: Epidemiologia; Epidemiologia em Saúde do Trabalhador; Geoprocessamento Aplicado; Vigilância em Saúde Ambiental; Micropolítica da Gestão e Trabalho em Saúde; Gestão Microrregional de Saúde; Gestão e Logística Hospitalar; Enfermagem do Trabalho; Gestão de Programas de Saúde da Família. Atualmente é Enfermeiro na Universidade Federal de Juiz de Fora - Campus Avançado Governador Valadares. Professor-Tutor da Faculdade UnYLeYa de pós-graduação Lato Sensu. Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Avançado Governador Valadares, Governador Valadares, MG, Brasil. E-mail: guilherme.ruela1986@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6976-8710>.

³ Mestre em Ciências Biológicas pela Universidade Vale do Rio Doce. Coordenadora do Curso de Graduação de Enfermagem da Universidade Vale do Rio Doce (2012/2013). Professora do Curso de Enfermagem UNIVALE de 2005 à 2014. Gestora do Setor de Saúde, Segurança e Bem-Estar da UFJF Campus Avançado Governador Valadares (2016-2019). Enfermeira do Sistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor Campus Governador Valadares (SIASS UFJF-GV). Professora do Curso de Enfermagem da Faculdade Pitágoras de Governador Valadares Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Avançado Governador Valadares, Governador Valadares, MG, Brasil. E-mail: ericabmagueta@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1482-2908>.

⁴ Instituto Nacional de Cardiologia – INC, Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: andressafdurso@gmail.com ORCID: [HTTPS://ORCID.ORG/0000-0002-1942-0860](https://orcid.org/0000-0002-1942-0860).

⁵ Pós doutora em Enfermagem pela Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo (USP)(2023); Doutora em Enfermagem e Saúde pelo Programa de Pós Graduação da Universidade Federal da Bahia-EEUFBA; Mestra em Ciências da Saúde e Biológicas pela Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF); Especialista em Saúde do Trabalhador e Auditoria em Saúde. Enfermagem Obstétrica e Neonatologia em andamento/finalizando. Graduada em Enfermagem e Obstetrícia pela Universidade Estadual da Paraíba (UEPB). Experiência Profissional em Equipe de Saúde da Família em UBS nas cidades de Juazeiro - BA e Petrolina - PE, na Docência na Graduação de Enfermagem e Educação Física e Pós-Graduação em Enfermagem, Enfermagem do Trabalho e Segurança do Trabalho. Atualmente é docente da Universidade Federal do Vale do São Francisco, responsável pela disciplina Saúde do Trabalhador, Estudos

RESUMO: A pandemia de COVID-19 colocou uma pressão sem precedentes sobre professores em todo o mundo, levantando sérias preocupações sobre suas cargas de trabalho e consequências como aumento de ansiedade e esgotamento. Objetivou-se identificar as consequências da carga de trabalho para a saúde do professor da educação básica durante a pandemia de COVID-19. Revisão sistemática cuja coleta ocorreu em fevereiro de 2023 em portais e bases de dados virtuais com estratégia elaborada através do PICO. Incluídos artigos acerca da temática, resultantes de estudos observacionais, sem filtro de idioma, publicados a partir do início da pandemia em 2020 até janeiro de 2023. A busca identificou 6.958 estudos, após triagem e seleção foram incluídos seis relatos na síntese. Os resultados mostraram que a carga de trabalho adicional evidenciada em tempos de pandemia, além de outros fatores como a falta de familiaridade com novas ferramentas e a carência de formação nesses meios, insuficiência de recursos tecnológicos, a preocupação excessiva com a questão do isolamento social, da privação do contato humano e do risco de contaminação e morte pelo vírus COVID-19, repercutiu na qualidade de vida e no aumento de condições como depressão, ansiedade, estresse, transtorno de pânico, insônia, medo, raiva e síndrome de *burnout*.

PALAVRAS-CHAVE: Carga de trabalho. Docentes. Pandemia.

1 INTRODUÇÃO

Nos dias atuais, o trabalho tem exigido menos esforços físicos e cada vez mais, os cognitivos, envolvendo atividades de planejamento, tomada de decisão e o monitoramento de tarefas, sobretudo, aquelas mais complexas e em operações que envolvem equipamentos informatizados (Iida; Magalhães, 2016).

Apesar dos altos investimentos das políticas públicas em integrar as tecnologias digitais, exercer a docência ainda é uma tarefa difícil (Prata-Linhares; Arruda, 2017), especialmente, no Brasil. Os professores realizam tarefas além do escopo da sala de aula, como corrigir testes, preparar aulas e atividades demoradas e na maior parte do tempo, precisam ser concluídas em casa, além disso, atualização, capacitação, aperfeiçoamento

de Saúde III e Práticas Médicas no curso de Medicina Universidade do Vale do São Francisco, Petrolina - PE, Brasil. Contato: anacleide.dias@univasf.edu.br ORCID: [HTTPS://ORCID.ORG/0000-0002-4125-2963](https://orcid.org/0000-0002-4125-2963).

é uma necessidade constante. Altos níveis de trabalho administrativo são uma fonte notável de estresse para os professores, mais do que longas horas de ensino em sala de aula (OCDE, 2020). E mesmo com todo este esforço, estes trabalhadores são mal remunerados ou nem mesmo reconhecidos pela sociedade (Codo; Vasques-Menezes, 1999), e atuam sem condições suficientes para valorização social e prática docente.

Esteve (1999) identificou o impacto negativo dessas condições de trabalho na saúde dos professores como uma característica do "mal-estar docente". Este fenômeno social de desvalorização profissional está relacionado à crescente demanda profissional em um ambiente de trabalho (escola) caracterizado pela violência e indisciplina (Araújo; Pinho; Masson, 2019). As exposições às condições de trabalho inadequadas que podem conferir uma carga psicofisiológica, em maior ou menor grau, necessitam ser compreendidas, assim como suas consequências na vida dos laboriosos (Longen; Pereira; Mattia Junior, 2016). A carga de trabalho é um termo ambíguo que pode se referir ao nível de demanda de uma tarefa em um determinado momento, ou às consequências dessa tarefa (Falzon; Sauvagnac, 2007).

As cargas de trabalho externas caracterizam-se pelas exigências do ambiente de trabalho, ou seja, pelos fatores de risco químicos, físicos, biológicos e mecânicos. As cargas internas compreendem as fisiológicas relacionadas aos esforços físicos para execução das tarefas e as psíquicas atreladas à tensão, ao estresse, ao ritmo imposto, à cobrança por produção, à atenção permanente na atividade de trabalho (Rocha, 2015). Estas são analisadas através dos métodos e das técnicas da ergonomia cognitiva, aplicadas para trabalhos que apresentam muito esforço cognitivo, a exemplo da tomada de decisão, solução de problemas, memória, atenção e julgamento (Iida; Magalhães, 2016).

A sobrecarga de trabalho pode impactar o bem-estar e a saúde mental através de dois processos paralelos: as demandas de trabalho (aspectos do trabalho que podem ser fisicamente ou psicologicamente caros; por exemplo, carga de trabalho, conflito de funções, desempenho, avaliação) e os recursos de trabalho (aspectos do trabalho que podem amortecer os efeitos das demandas de trabalho e promover conquistas e crescimento; por exemplo, apoio social e autonomia de trabalho), conforme o modelo de demandas de trabalho-recursos (Bakker; Demerouti, 2016). Exemplos de demandas de

trabalho e recursos de trabalho, dentro desta estrutura, são cargas de trabalho e suporte social, respectivamente. Um indicador de carga de trabalho é o número de horas. O estresse é uma das consequências do desequilíbrio entre as demandas recebidas e seus recursos para atendê-las (Sapolsky, 2004).

Antes da pandemia, o ensino já era reconhecido como uma ocupação altamente estressante. Durante a pandemia de COVID-19, as mudanças no contexto social repercutiram na rotina e nos hábitos laborais, a exemplo da carga de trabalho, principalmente em virtude do regime de teletrabalho imposto, no qual o professor foi forçado a trabalhar em locais diferentes de sua rotina, apreciando diferentes recursos de trabalho, como também, fornecendo e recebendo apoio social através de novas maneiras estratégicas (García-Carmona; Marín; Aguayo, 2019; Dabrowski, 2020). A carga de trabalho adicional e as expectativas trazidas pela pandemia aumentaram os níveis de estresse dos professores, colocando-os em maior risco de ansiedade e esgotamento, do que antes da pandemia. E, a despeito da relevância deste debate, ainda são poucos os estudos que se dedicam a pesquisar sobre a temática, utilizando a “carga de trabalho” como variável nos estudos com abordagem quantitativa.

Diante do exposto, objetivou-se identificar as consequências da carga de trabalho para a saúde do professor da educação básica durante a pandemia da COVID-19. Assim, este estudo auxiliará a qualificação do cuidado da população dos professores, profissional imprescindível, sobretudo durante a pandemia, e gerará um *corpus* de conhecimento que servirá para embasar o trabalho de pesquisadores e outros profissionais, os quais devem estar engajados na produção de evidências científicas sobre a saúde desse trabalhador.

2 MATERIAIS E MÉTODO

Trata-se de um estudo de natureza aplicada e de finalidade exploratória, por meio da técnica de revisão sistemática da literatura, conduzida por dois autores, com intuito de resumir evidências empíricas de forma precisa e confiável, que se enquadram em critérios de elegibilidade pré-especificados para responder a uma pergunta específica de pesquisa, de acordo com as recomendações previstas no quadro de Itens dos Relatórios

Preferenciais para Revisão Sistemática e Meta-Análises no PRISMA *Statement* (Page *et al.*, 2021).

Quanto a essa temática, não existe protocolo de revisão publicado e este estudo foi cadastrado na plataforma PRÓSPERO sob registro de nº CRD42021271754.

Após a identificação do tema, a partir do acrônimo PICo (População, Interesse e Contexto), em que “P” corresponde à população: professor da Educação Básica, de qualquer faixa etária e gênero/etnia; “I” à variável de interesse: carga de trabalho; e “Co” o contexto: na pandemia da COVID-19, formulou-se a seguinte investigação: Quais as consequências da exaustiva carga de trabalho para a saúde do professor da Educação Básica, durante a pandemia da COVID-19?

A busca nas bases de dados ocorreu no mês de fevereiro de 2023, via consulta ao Portal de Periódico da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES)/Ministério da Educação (MEC), nos portais e bases de dados virtuais: PubMed (biblioteca de medicina americana), *ERIC* (base de dados norte-americana dedicada a pesquisas em educação), *SciELO* (portal de revistas brasileiras que organiza e publica textos completos de revistas na internet), *Web of Science* (base de dados que possibilita acesso a artigos de períodos de diversas áreas do conhecimento), BVS (Biblioteca Virtual em Saúde) e *Scopus*.

Os termos utilizados na busca advindos dos *Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)* e *Medical Subject Headings (MeSH)* foram: *(Teaching OR Teacher OR Teach* OR Education*) AND (Workloads OR “Work Load” OR “Work Loads” OR “Teacher Load”) AND (“COVID-19 virus disease” OR COVID-19 OR “SARSCoV-2 infection” OR “2019-nCoV infection” OR Pandemics)*.

Adotaram-se como critérios de inclusão artigos resultantes de estudos observacionais, sem filtro de idioma, publicados a partir do início da pandemia (março de 2020 a janeiro de 2023), evidenciando as implicações para a saúde do professor da carga de trabalho durante a pandemia de COVID-19. Na base ERIC, utilizando o filtro data de publicação, foram selecionados artigos publicados desde 2019, dados estes constando no fluxograma deste artigo. Foram excluídos estudos qualitativos, livros, monografias,

dissertações e teses ou outros documentos que não no formato de artigos, além dos textos que não se relacionaram com escopo/tema proposto, tais como artigos repetidos.

O processo de seleção de estudos, ou seja, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos na revisão sistemática, ocorreram em duas etapas. A primeira foi realizada por uma dupla de revisores independentes, através de uma triagem a partir da leitura de títulos e resumos. Em caso de divergências, um terceiro revisor seria consultado, porém não foi necessário. A segunda etapa constituiu-se da avaliação da elegibilidade pela leitura na íntegra do manuscrito. Como forma de garantir a inclusão do número máximo de estudos, foi realizada também a busca nas referências dos artigos, previamente selecionados nesta fase e que não tenham surgido na busca eletrônica.

Foram encontrados um total de 6.958, 450 no PubMed, 4.717 artigos no *ERIC*, nenhum na base *SciELO*, 594 na base *Web of Science*, 292 no portal BVS e 905 no *Scopus*. Dentre esses artigos, após aplicar o critério preestabelecido, foram selecionados cinco artigos (**Figura 1**).

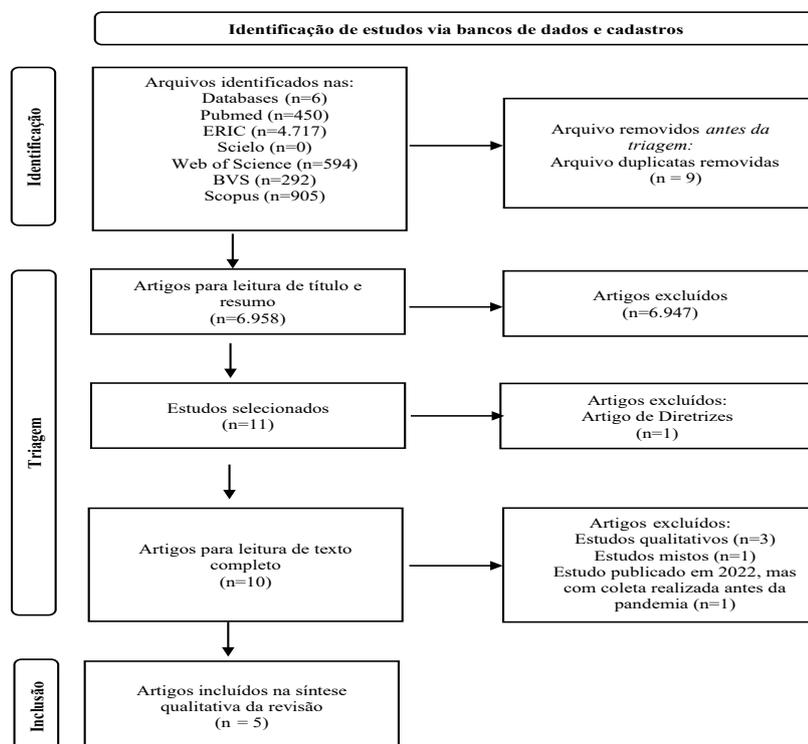


Figura 1 – Fluxograma de seleção de artigos nas bases de dados.

Fonte: Elaborados pelos autores, 2023.

Dados extraídos dos artigos selecionados: 1. Dados do estudo (ano de publicação; localização da população estudada; autores; periódico em que foi publicado; metodologia; instrumento de coleta de dados); 2. Dados descritivos (tamanho da amostra; idade; sexo; raça/etnia e critérios de elegibilidade); 3. Consequências para a saúde da carga de trabalho (depressão, ansiedade, estresse, transtorno de pânico, insônia, medo, raiva, entre outros).

A Escala *Newcastle Ottawa* adaptada para estudos observacionais transversais (Modesti *et al.*, 2016) foi utilizada para análise da qualidade dos estudos. Esta escala de avaliação de qualidade possui três parâmetros, nomeadamente a seleção, a comparabilidade e os resultados. Podem pontuar, no máximo, cinco estrelas para os critérios de seleção, duas estrelas para os critérios de comparabilidade e três estrelas para os critérios de resultado, totalizando um máximo de dez estrelas. Essa mensuração foi apresentada numericamente, sendo que cada asterisco (*) correspondeu a um ponto. Para classificar os estudos transversais incluídos e determinar a validade interna, validade externa dos estudos e o risco de viés, foram utilizados critérios previamente definidos na literatura considerando pontuações de 0-4 como qualidade baixa, 5-6 qualidade moderada e ≥ 7 qualidade alta (Wang *et al.*, 2017).

Os direitos autorais referentes aos estudos primários foram considerados ao preservar o conteúdo exposto pelos autores e ao referenciar as informações extraídas dos artigos disponíveis em domínio público, por isso, também não necessitou de autorização de comitê de ética em pesquisa.

3 RESULTADOS

O desenho metodológico predominante foi o transversal e os estudos foram desenvolvidos com professores das seguintes localidades: Alemanha, Japão, Chile, Marrocos e América Latina.

Os materiais utilizados para avaliar as consequências da carga de trabalho pelos autores dos relatos selecionados foram: Escala Pesquisa Internacional de Ensino e Aprendizagem realizada pela *Organisation for economic co-operation and development* – OCDE; Modelo de Demandas-Recursos, para identificar as demandas do trabalho

(aspectos do trabalho que podem ser fisicamente ou psicologicamente caro) e recursos de trabalho (aspectos do trabalho que podem amortecer os efeitos das demandas de trabalho e promovem realizações e crescimento); *Short Form Health Survey - SF-36* com 36 itens que englobam oito componentes: capacidade funcional (10 itens), aspectos físicos (4 itens), dor (2 itens), estado geral de saúde (5 itens), vitalidade (4 itens), aspectos sociais (2 itens), aspectos emocionais (3 itens), saúde mental (5 itens) e mais uma questão de avaliação comparativa entre as condições de saúde atual com a de um ano atrás.

Outro instrumento utilizado foi um questionário de 37 perguntas com coeficiente de validade de conteúdo de Hernández-Nieto de 0,99 e coeficiente de estabilidade temporal de 0,91; questionário de 15 itens mediu quatro dimensões em uma escala likert de 1 a 4: sobrecarga de trabalho com 4 itens; o conflito de papéis entre o ensino a distância e as responsabilidades da família com 4 itens, o uso e desenvolvimento de habilidades em novas tecnologias de informação e comunicação (NICT) com 4 itens e apoio social da hierarquia, colegas e familiares com 3 itens. E a carga de trabalho extra causada pela pandemia de COVID-19 foi avaliada com dois indicadores únicos. A pergunta inicial foi: "Desde o início do ano letivo: Você sente que o cotidiano escolar sob a pandemia de COVID-19 leva a um trabalho extra em seu trabalho?" As respostas variando de 1 = não a 4 = significativamente. Em seguida, os participantes foram convidados a indicar quantas horas por semana eles trabalharam mais, considerando o contexto pandêmico.

A carga de trabalho extra causada pela pandemia de COVID-19 foi avaliada em um dos estudos. por meio de dois indicadores únicos, a partir da pergunta inicial: "Desde o início do ano letivo: Você sente que o cotidiano escolar sob a pandemia de COVID-19 leva a um trabalho extra em seu trabalho?". Os participantes classificaram o item em uma escala de 4 pontos que varia de 1 = não a 4 = significativamente. Em segundo lugar, os participantes foram convidados a indicar quantas horas por semana eles trabalharam mais, como resultado da pandemia.

Elaborou-se um quadro síntese, contemplando as seguintes informações: numeração do artigo em ordem decrescente; título; periódico; objetivo e resultados, conforme Quadro 2.

Quadro 2 - Demonstrativo dos artigos que integram a Revisão Sistemática, Brasil, 2023.

N/Autor/Ano	Título	Periódico	Objetivos	Resultados
Klusmann (2023)	<i>Teachers' emotional exhaustion during the Covid-19 pandemic: Levels, changes, and relations to pandemic-specific demands.</i>	<i>Teaching and Teacher Education</i>	Identificar os níveis e as mudanças na exaustão emocional experimentada por professores e diretores durante a pandemia de COVID-19 e estressores e recursos relacionados à pandemia.	Indicaram que as preocupações com a saúde e a carga de trabalho foram positivas e o apoio social, negativamente relacionado à exaustão emocional. Análises adicionais de uma pergunta de resposta aberta confirmaram que professores e diretores experimentaram seu trabalho durante a pandemia de COVID-19 como predominantemente estressante.
Hojo (2021)	<i>Association between student-teacher ratio and teachers' working hours and workload stress: evidence from a nationwide survey in Japan.</i>	<i>BMC Public Health</i>	Examinar a associação entre a proporção aluno/professor, horas de trabalho e estresse do professor.	A proporção aluno-professor foi positivamente correlacionada a um total de horas de trabalho e sobrecarga do trabalho docente. Professores que trabalhavam em escolas com alta proporção de alunos por professor, passaram mais tempo em tarefas demoradas, como marcar ou corrigir o trabalho do aluno e comunicação com os pais ou responsáveis. As estimativas do coeficiente sugeriram que, em média, a redução da proporção aluno-professor em cinco foi associada a 2,8 horas a menos de jornada de trabalho por semana ($p < 0,001$), pode reduzir o estresse e as longas horas de trabalho dos professores.
Lizana, Vega-Fernandez (2021)	<i>Teacher Teleworking during the COVID-19 Pandemic: Association between Work Hours, Work-Family Balance and Quality of Life</i>	<i>International Journal of Environmental Research and Public Health</i>	Avalia a associação entre horas de trabalho, equilíbrio trabalho-família e qualidade de vida (QV) dos professores durante a emergência sanitária chilena do COVID-19 pandemia.	Os professores com faixa etária ≤ 44 anos mostraram menores riscos de deterioração do componente físico do questionário SF-36 (OR: 0,54) do que aqueles ≥ 45 anos. Simultaneamente, o grupo mais jovem (≤ 44 anos) apresentou um risco maior (OR: 2,46) de deterioração do componente mental do que professores com mais de 45 anos. Um total de 78,7% dos professores relatou ter aumentado suas horas de trabalho durante a pandemia COVID-19 devido ao teletrabalho e 86% indicaram efeitos negativos

				no equilíbrio entre trabalho e família. O aumento de trabalho pandêmico e do equilíbrio trabalho-família representaram risco negativo de reduzir do Componente Mental (OR: 1,902; OR: 3,996, respectivamente).
Amri (2021)	<i>Assessment of burnout among primary teachers in confinement during the COVID-19 period in Morocco: case of the Kenitra</i>	<i>The Pan African Medical Journal</i>	Avaliar os resultados de magnitude do <i>burnout</i> e fatores associados entre os professores do ensino fundamental em Kenitra, no Marrocos, durante este período de confinamento.	A análise de regressão logística mostrou a carga horária relacionada à educação a distância ($p \leq 0,05$); ao uso e ao desenvolvimento de habilidades em novas tecnologias de informação e comunicação ($p < 0,05$); ao conflito trabalho/família ($p < 0,05$) e ao apoio social ($p < 0,05$), que são fatores de risco para o <i>burnout</i> durante o período de confinamento pandêmico.
Medina-Guillen et al. (2020)	<i>Workload in a group of Latin American teachers during the COVID-19 pandemic</i>	<i>Uniciência</i>	Analisar a carga horária de professores da América Latina, em três níveis educacionais diferentes, durante a pandemia COVID-19 em junho e julho de 2020.	Os professores perceberam um aumento na carga de trabalho, devido a fatores pessoais, técnicos, institucionais e de ocupação espacial avaliados, entrelaçados com um aumento na deserção de alunos. A mudança abrupta da modalidade do ensino presencial para o virtual gerou uma reorganização da vida profissional e familiar, o teletrabalho a partir de casa.

Fonte: Elaborado pelos autores, 2023.

A análise da qualidade interna e controle de viés realizada por meio da escala “Newcastle - Ottawa Quality” variou entre quatro e oito para os estudos com delineamento transversal. Considerando que uma maior pontuação representa melhor qualidade e menor risco de viés, os estudos analisados nesta revisão sistemática mostraram-se com qualidade de baixa a alta. A qualidade metodológica dos estudos incluídos foi classificada como de alta qualidade em apenas um artigo (Hojo, 2021), moderada qualidade para quatro estudos (Lizana; Vega-Fernandez, 2021; AMRI et al., 2021) e baixa qualidade para um relato (Medina-Guillen et al., 2020).

4 DISCUSSÃO

A rotina de trabalho dos professores envolve, além da prática de ensino, várias outras atividades, entre as quais podem-se destacar: planejamento individual das atividades escolares; participação em reuniões e conselhos de classe; elaboração e correção de atividades de ensino; aconselhamento de estudantes, por meio de mentoria, supervisão; atividades de desenvolvimento profissional; comunicação com os pais, responsáveis e as rotinas administrativas em geral.

Hojo (2021), correlacionou a proporção de alunos e professor com as atividades realizadas, comumente, na docência no Japão. Os autores encontraram uma correlação positiva entre a proporção de alunos do Ensino Fundamental e Médio e professores com a carga de trabalho (amostra de 5.767 docentes). Dessa forma, professores que trabalham em escolas, com alta proporção de alunos, tendem a despender muito tempo não só ao ensino, mas também em outras tarefas, como a correção de trabalhos, aconselhamento e comunicação com pais ou responsáveis. Foi verificado também que o aumento da carga de trabalho está, positivamente, correlacionado a maiores níveis de estresse no local de trabalho.

De fato, executar as atividades ocupacionais no próprio ambiente doméstico, em tempo integral, não tem sido tarefa fácil para os professores, principalmente, com a necessidade de balancear sua função laboral com os serviços domésticos e a família, podendo ocasionar consequências pouco exploradas para a sua saúde. Adicionalmente, o ensaio científico de Souza *et al.* (2020) mostra que esses trabalhadores já sustentavam, por longo período, esse híbrido entre os compromissos concernentes ao ofício e os afazeres da vida cotidiana.

Corroborando com esses resultados, a pesquisa desenvolvida por Lizana e Fernandes (2021) avaliou a associação entre a jornada de trabalho, equilíbrio trabalho - família e qualidade de vida dos professores do Ensino Fundamental e Médio do Chile, durante a emergência sanitária da pandemia da COVID-19. A amostra total consistiu em 336 professores, sendo 79% mulheres. Na análise sociodemográfica, foi observada associação significativa entre idade e estado civil, com uma maior prevalência de solteiros no grupo (≤ 44 anos) e o tipo de contrato, no qual os professores ≥ 45 anos anos tinham

um maior percentual de contratos por tempo indeterminado. Em relação à qualidade de vida, os professores tiveram um baixo escore associado à idade. Os professores que tinham ≤ 44 anos de idade, mostraram menores riscos de deterioração em relação ao resumo do componente físico, do que a faixa etária ≥ 45 anos. Ao mesmo tempo, o grupo mais jovem (≤ 44 anos) teve um risco maior de deterioração no componente mental. Além disso, a maioria dos professores relataram ter aumentado suas horas de trabalho durante a pandemia causada pela COVID-19, devido ao teletrabalho e indicaram efeitos negativos no trabalho. Isso gerou conflitos de equilíbrio entre trabalho e família e resultou em um efeito negativo nos componentes mentais da qualidade de vida dos professores.

Nesse sentido, estudo realizado com 326 professores, com idade média de 43,01 anos e 87,12% do sexo feminino, do Ensino Fundamental em Mato Grosso - Brasil, evidenciou que os domínios de qualidade de vida destes podem ser influenciados de forma significativa por características do trabalho e socioeconômicas, e sobretudo, pelas mudanças na saúde, percebidas através de distúrbios vocais, transtornos mentais comuns e queixas de sintomatologia osteomuscular (Santos; Espinosa; Marcon, 2020). Acredita-se, portanto, que a necessidade de um equilíbrio contínuo da qualidade de vida (física, psicológica, social e ambiental) afeta áreas gerais da vida, incluindo a satisfação pessoal e comunitária, a experiência, as relações sociais e o bem-estar (Fleck, 2008).

Frente a isso, uma pesquisa na Inglaterra, através de uma mistura de codificação indutiva e dedutiva, analisou o impacto na saúde mental e bem-estar de 24 professores de escolas públicas (6 homens e 18 mulheres, cuja experiência docente variava de 1 a 32), as entrevistas em três momentos distintos, entre os meses de abril, julho e novembro de 2020 e, constataram que o impacto na saúde mental e bem-estar dos professores parecia ter diminuído ao longo da pandemia, especialmente, para líderes de escolas primárias. Além disso, seis demandas de trabalho contribuíram de forma negativa, no impacto na saúde mental e bem-estar dos professores como, incerteza, carga de trabalho, percepção negativa da profissão, preocupação com o bem-estar dos outros, lutas de saúde e múltiplos papéis. Apenas três recursos contribuíram positivamente para o impacto na saúde mental e bem-estar dos professores: apoio social, autonomia de trabalho, e estratégias de enfrentamento. Portanto, os pesquisadores concluíram que os legisladores e profissionais podem apoiar o impacto na saúde mental e bem-estar dos professores através do

engajamento de uma comunicação mais colaborativa e garantir maior acessibilidade a fontes de apoio social (Kim; Oxley; Asbury, 2021).

Independente da pandemia, o apoio social é imprescindível para promoção e recuperação da saúde física e mental, sendo considerado um aspecto relevante para a qualidade de vida. Nesse ínterim, pesquisa transversal com 476 docentes do Ensino Infantil e Fundamental da Bahia - Brasil, constatou que o grupo de 118 professores com baixo apoio social teve prevalência de transtornos mentais comuns, duas vezes maior, comparando-se ao grupo com alto apoio, depois de ajustados, tornam-se potenciais confundidores (Camada; Araújo; Porto, 2016).

Outro estudo verificou fatores ocupacionais associados ao trabalho de alta exigência entre 842 professores da educação básica da rede pública estadual na cidade de Londrina, Paraná (Brasil) e se as associações variavam segundo o apoio social. O labor de alta exigência associou-se à carga horária >40 horas/semana, violência na escola e percepções negativas quanto ao equilíbrio entre a vida profissional e pessoal, salário e número de alunos em sala de aula. Após análise estratificada, a carga horária e as percepções negativas do número de alunos em cada turma, só são significativas nas turmas com menor apoio social. Trabalho de alta exigência está relacionado às condições específicas de ensino e trabalho, e o apoio social pode exercer um papel moderador em algumas dessas associações (Birolim *et al.*, 2019).

Vale ratificar que a pandemia, causada pela COVID-19, trouxe profundas mudanças na dinâmica de trabalho docente, incluindo alterações das práticas relacionadas à metodologia de ensino-aprendizagem, com a adoção da modalidade de ensino remoto. No estudo conduzido por Medina-Guillen e colaboradores (2021), foi possível analisar o impacto exercido por este evento na carga horária de 887 professores latino-americanos de anos primários, secundários e universitários dos países: México, Guatemala, Honduras, Costa Rica, Colômbia, Equador, Argentina e Chile. De modo geral, os profissionais indicaram que o ensino remoto resultou em aumento da intensidade do trabalho, e 67% (212) dos professores primários, objeto deste estudo, consideraram que esta mudança de modalidade oscilou entre, muito frequentemente a frequentemente, um impacto negativo em sua dinâmica familiar. Entre os aspectos relacionados ao aumento

da sobrecarga, evidenciou-se a jornada de trabalho não estabelecida, que se estende por grande número de horas diárias, resolução de dúvidas postadas por alunos ou pais fora do horário de trabalho, além das responsabilidades acrescidas da vida doméstica que também são de responsabilidade deste profissional.

Além disso, outro impacto gerado pela implantação do ensino remoto foi a necessidade de adaptar o conteúdo acadêmico para a modalidade virtual. À vista disso, o estudo de Medina-Guillen e colaboradores (2021) revelou que os professores dedicavam mais de 8 horas diárias para desenvolver as adaptações necessárias ao ensino *on-line*. Contudo, essas adaptações nem sempre foram acompanhadas de treinamento e capacitação, uma vez que apenas 7% (21 no primário e 27 no secundário) dos professores receberam formação necessária. Apenas 8% (26) dos professores do Ensino Fundamental (básico/primário) e 7% (26) do Ensino Médio receberam ferramentas e plataformas necessárias para o ensino *on-line*. Não só isso, mas também chamou a atenção, o não fornecimento de serviço de internet, planos de dados ou conexão de dados para o desenvolvimento das atividades pelos professores. Os fatores apresentados, atrelados às características do trabalho a distância, o uso das tecnologias digitais de informação e comunicação, bem como, considerando as condições laborais domiciliares, frequentemente improvisadas, poderiam afetar diretamente a qualidade de vida dos professores, que se esforçavam para garantir o processo ensinar e aprender (Santos *et al.*, 2021).

Além da qualidade de vida, aspectos relacionados à saúde mental dos professores e o ensino remoto, durante a pandemia de COVID-19, devem ser considerados, principalmente, mediante a incidência e prevalência do esgotamento profissional, também conhecido por *burnout*, considerado um distúrbio emocional com manifestação nos níveis físico, cognitivo e emocional do indivíduo, causado por situações de trabalho desgastantes (MERCES *et al.*, 2017) e exaustão extrema. Amri e colaboradores (2021), avaliaram e determinaram a prevalência e os fatores de risco associados ao *burnout* na população docente, constatando que estressores associados ao ensino a distância são fatores preditores do esgotamento. Este estudo transversal realizado com 125 professores de Marrocos, cuja idade média era 38,6 anos, identificou que 55,23% (n = 69) dos participantes perceberam o aumento na carga de trabalho, 56% (n = 70) declararam

ocorrência de conflito trabalho-família, 48,8% (n = 61) tiveram dificuldade no desenvolvimento de atividades usando as tecnologias de informação e 81,6% (n = 102), referiram pouco apoio de sua chefia, dos seus colegas e mesmo dos seus familiares. Quanto às dimensões relacionadas à *burnout*, a exaustão emocional e a despersonalização foram prevalentes em 24,0% e 15,2% dos professores, respectivamente. A redução do senso de realização pessoal esteve presente em 39,0% dos participantes. O estudo revelou que 68 professores (54%) foram vítimas de *burnout* e os preditores atrelados ao agravo foram associados à necessidade do uso e desenvolvimento de novas competências em tecnologias de informação e comunicação; o conflito entre o trabalho a distância e a responsabilidade familiar; o baixo suporte social (hierarquia, colegas, família) e a carga de trabalho.

A maior carga de trabalho extra causada pela pandemia de COVID-19 foi, significativamente, associada a uma maior exaustão na pesquisa de Klusmann (2023), com 2.157 professores na Alemanha (escolas primárias, secundárias e para alunos com necessidades especiais). Como esperado, neste estudo, o apoio social percebido pelos colegas estava relacionado a níveis mais baixos de exaustão emocional. Adicionalmente, uma pesquisa com 2.657 professores chilenos também evidenciou que esses profissionais apresentaram *burnout* em um nível, significativamente maior do que outras profissões, devido à transição forçada do teletrabalho com engajamento reduzido ao longo da pandemia (Fundación-Chile, 2020).

A prevalência da síndrome de *burnout* - SB em professores foi percebida, antes mesmo da pandemia, como pode ser observado no estudo transversal analítico realizado em Minas Gerais - Brasil por Magalhães e outros autores (2021), que realizou coleta de dados sociodemográficos e ocupacionais e avaliou a SB, no ano de 2016, em amostra composta por 745 docentes da educação básica de escolas públicas de município de médio porte (Montes Claros). A prevalência geral da SB foi de 13,8% (IC95%: 11,3-16,3%), com 9,0% apresentando SB sem níveis altos de sentimento de culpa e 4,8% a SB grave. A prevalência de SB foi maior entre os docentes mais jovens, com emprego efetivo, sem filhos, insatisfeitos no trabalho, com desejo de trocar de profissão e com falta de apoio da direção escolar. Outro estudo realizado com 749 professores e profissionais da educação básica australianos com objetivo de desenvolver uma compreensão mais profunda dos

fatores intrapessoais e ambientais que podem contribuir para o desenvolvimento do estresse e *burnout*, com um foco particular na regulação emocional, bem-estar subjetivo e carga de trabalho, verificou em análises de processos condicionais a importância da regulação emocional, da carga de trabalho e do bem-estar subjetivo no desenvolvimento do estresse docente e de algumas formas de *burnout* (Carroll *et al.*, 2022).

5 CONCLUSÃO

A presente revisão sistemática contribuiu para um maior conhecimento sobre a extensão das consequências da sobrecarga de trabalho de professores durante a pandemia de COVID-19.

A precarização do trabalho docente, pautada pela industrialização e pela globalização, pôde ser evidenciada em tempos de pandemia, devido ao aumento da carga de trabalho, incluindo outros fatores como a falta de familiaridade com novas ferramentas, a carência de formação específica para lidar com esses meios, ou mesmo a insuficiência de recursos tecnológicos, devido às condições financeiras, a preocupação excessiva com a questão do isolamento social, a privação do contato humano e o risco de contaminação e morte pelo vírus COVID-19. Tudo isso repercutiu na qualidade de vida e no aumento de condições como depressão, ansiedade, estresse, transtorno de pânico, insônia, medo, raiva e SB. Esta síndrome ganhou relevância como um problema de saúde, apontado pelos estudos como consequência da sobrecarga de trabalho.

Os resultados alertaram para a importância de prevenir o *burnout* em professores, principalmente, no início da carreira, para evitar que queiram abandonar a profissão. Também foi importante destacar, antes mesmo da pandemia, quão relevante foi e continua sendo o apoio social dentro da escola, sobretudo, no momento atual, em que as instituições educacionais devem monitorar a saúde mental de seus profissionais, pois estes profissionais podem apresentar sintomatologia da SB, enquanto continuam em exercício funcional, podendo agravar o quadro da doença e, conseqüentemente, impactar nos variados processos da área educacional. Diante dos resultados obtidos, julgou-se pertinente e oportuno sugerir a continuidade e aprofundamento desta pesquisa, ou novos

estudos a serem realizados com abordagem quantitativa sobre a carga de trabalho do professor, pois de 6.958 artigos, apenas seis foram encontrados.

Deve-se considerar que o Ensino Básico, em virtude de seus atributos, pode ser considerado como ação emancipatória, contudo, não deveria refletir em seus protagonistas, os docentes, visto que a mediação da aprendizagem dos estudantes repercute, substancialmente, na saúde dos profissionais que se dedicam a esta nobre ocupação. Portanto, é necessário que sejam feitos investimentos de recursos para garantir a prática docente saudável, com modificações nas condições de trabalho visando à redução do estresse, já que é uma das principais causas de aumento da carga de trabalho do professor. Além disso, é importante que as instituições preocupem-se com a satisfação dos professores pela função exercida, que sejam capazes de lecionar as disciplinas de que gostam, para as quais foram habilitados e têm afinidade, ao mesmo tempo que dispõem dos recursos necessários para atender às demandas que lhes são impostas.

SANTOS, Iraneide nascimento dos; RUELA, Guilherme de Andrade; SILVA, Érica Barbosa Magueta; SILVA, Andressa Fernandes da; DIAS, Ana Cleide da Silva Teacher workload and its health consequences during pandemic: a systematic review. *EDUCAÇÃO EM REVISTA*, v. 24, Fluxo Contínuo, 2023, e023006. <https://doi.org/10.36311/2236-5192.2023.v24.e023006>.

ABSTRACT: The COVID-19 pandemic has placed unprecedented pressure on teachers worldwide, raising serious concerns about their workloads and consequences such as increased anxiety and burnout. We aimed to identify the consequences of workload on basic education teacher health during the COVID-19 pandemic. A systematic review was carried out in February, 2023 in portals and virtual databases with a strategy developed through the PICo, including articles about the theme, resulting from observational studies, without language filter, published from the beginning of the pandemic in 2020 until January, 2023. The search identified 6,958 studies, after screening and selection six reports were included in the synthesis. The results showed that the additional workload evidenced in times of pandemic, in addition to other factors such as lack of familiarity with new tools and lack of training in these means, insufficient

technological resources, excessive concern with the issue of social isolation, deprivation of human contact, and the risk of contamination and death by the COVID-19 virus, had repercussions on quality of life and the increase of conditions such as depression, anxiety, stress, panic disorder, insomnia, fear, anger, and burnout syndrome.

KEYWORDS: Workload. Teaching. Pandemics.

REFERÊNCIAS

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

Araújo, T. M.; Pinho, P. S.; Masson, M. L. V. Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 35, 2019.

Bakker, A. B; Demerouti, E. Job demands-resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, v. 22, n. 3, p. 273-285, 2017.

Birolim, M. M. *et al.* Trabalho de alta exigência entre professores: associações com fatores ocupacionais conforme o apoio social. *Ciência & Saúde Coletiva [on-line]*, v. 24, n. 4, p. 1255-1264, 2019.

Camada, I. M.; De Araújo, T. M.; Porto, L. A. Trabalho docente e saúde mental: A importância do apoio social. *Cadernos de Educação*, n. 54, 2016.

Carroll, A. *et al.* Teacher stress and burnout in Australia: examining the role of intrapersonal and environmental factors. *Social Psychology of Education*, v. 25, n. 2-3, p. 441-469, 2022.

Codo, W.; Vasques-Menezes, I. O que é burnout. *Educação: carinho e trabalho*, v. 2, p. 237-254, 1999.

Dabrowski, A. *Teacher wellbeing during a pandemic: surviving or thriving?* 2020.

Esteve, J. M. *O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde do professor*. São Paulo: Bauru, 1999.

Falzon, P.; Sauvagnac, C. Carga de trabalho e estresse. In: Falzon, Pierre. (Ed.). *Ergonomia*. São Paulo: Blucher; 2007.

Fleck, M. P. de A. *A avaliação de qualidade de vida: guia para profissionais da saúde*. Porto Alegre: Artmed; 2008.

Ferenhof, H. A.; Fernandes, R. F. Desmistificando a revisão de literatura como base para redação científica: método SSF. *Revista ACB [Internet]*. v. 21, n. 3, p. 550-563, 2016.

Fundación-Chile. *Engagement and exhaustion in chilean teachers: a look from the Covid-19 reality*. 2020. Disponível em: <https://fch.cl/wp-content/uploads/2020/09/final-estudio-engagement-docentes.pdf> Acesso em: 14 nov. 2021.

García-Carmona, M.; Marín, M. D.; Aguayo, R. Burnout syndrome in secondary school teachers: A systematic review and meta-analysis. *Social Psychology of Education*, v. 22, p. 189-208, 2019.

Hojo, M. Association between student-teacher ratio and teachers' working hours and workload stress: evidence from a nationwide survey in Japan. *BMC Public Health*, v. 21, n. 1, p. 1-8, 2021.

Lizana, P. A.; Vega-Fernandez, G. Teacher teleworking during the covid-19 pandemic: Association between work hours, work-family balance and quality of life. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 18, n. 14, p. 7566, 2021.

Longen, W. C.; De Matos Pereira, D.; Junior, N. M. A dimensão humana do serviço de amarração da armadura de laje de concreto armado: contribuições da ergonomia. *REEC-Revista Eletrônica de Engenharia Civil*, v. 12, n. 1, 2016.

Klusmann, U. *et al.* Teachers' emotional exhaustion during the Covid-19 pandemic: Levels, changes, and relations to pandemic-specific demands. *Teaching and Teacher Education*, v. 121, p. 103908, 2023.

Kim, L.; Oxley, L.; Asbury, K. My brain feels like a browser with 100 tabs open: a longitudinal study of teachers' mental health and wellbeing during the COVID-19 pandemic in 2020. *British Journal of Educational Psychology*, 2021.

Magalhães, T. A. *et al.* Prevalência e fatores associados à síndrome de burnout entre docentes da rede pública de ensino: estudo de base populacional. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional* [on-line], v. 46, e11, 2021.

OECD. *TALIS 2018 Results (Volume II): Teachers and School Leaders as Valued Professionals*. OECD Publishing, Paris. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1787/19cf08df-en> Acesso em: 03 fev. 2023.

Page, M. J. *et al.* The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *Bmj*, v. 372, 2021.

Medina-Guillen, L. F. *et al.* Carga de trabalho em um grupo latino-americano de docentes durante a pandemia da COVID-19. *Uniciência*, v. 35, n. 2, p. 223-236, 2021.

Merces, M. C. *et al.* Prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental* [on-line], v. 9, n. 1, p. 208-214, 2017.

Modesti, P. A. *et al.* Panethnic differences in blood pressure in Europe: a systematic review and meta-analysis. *PloS one*, v. 11, n. 1, p. e0147601, 2016.

Prata-Linhares, M. M.; Arruda, R. D. Inovação e integração das tecnologias digitais na docência universitária: conceitos e relações. *Reflexão e Ação*, v. 25, n. 2, p. 250-268, 2017.

Rocha, L. P. *et al.* Cargas de trabalho e acidentes de trabalho em ambiente rural. *Texto & Contexto-Enfermagem*, v. 24, p. 325-335, 2015.

Sapolsky, R. M. *Why zebras don't get ulcers – Revised Edition* (3rd ed.). Times Books; 2004.

Santos, E. C.; Espinosa, M. M.; Marcon, S. R. Quality of life, health and work of elementary school teachers. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 33, 2020.

Santos, I. N. Ensino remoto: análise das implicações para a saúde do docente em tempos de pandemia de covid-19. *Educação: sociedade civil, estado e políticas educacionais* 7. Organizador Américo Junior Nunes da Silva. Ponta Grossa - PR: Atena, 2021.

Saraiva, S. A. L.; Zepeda, J; Liria, A. F. Componentes do apoio matricial e cuidados colaborativos em saúde mental: uma revisão narrativa. *Ciência & Saúde Coletiva [online]*. v. 25, n. 2, pp. 553-565, 2020.

Souza, K. R. *et al.* Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia. *Trabalho, Educação e Saúde*, v. 19, 2020.

Wang, J. *et al.* Mobile phone use and the risk of headache: a systematic review and meta-analysis of cross-sectional studies. *Scientific Reports*, v. 7, n. 1, p. 1-7, 2017.

Recebido em 06/02/2023.

Aprovado em 24/05/2023.

EDUCAÇÃO EM REVISTA, v. 24, 2023. Fluxo Contínuo

DOI: <https://doi.org/10.36311/2236-5192.2023.v24.e023006>



Este trabalho está licenciado sob uma licença Creative Commons Attribution 4.0 International License