

Desafio em tempos de pandemia: Análise do enfrentamento de uma comunidade acadêmica diante das atividades remotas

Challenge in times of a pandemic: Analysis of the confrontation of an academic community in the face of remote activities

Karine Cardoso Lemos ^{1*}, Dimíttria Ribeiro Carvalho ¹, Fernanda Biscardi dos Santos ², Gabriella Cristina da Silva de Castro ³, Jennyfer Caroline Santos de Oliveira, Júlia Morisson Feltrini, Lucas Nunes da Silva.

RESUMO

Esse estudo tem por objetivo analisar o enfrentamento da comunidade acadêmica de uma instituição de ensino superior diante das atividades remotas durante a pandemia. Estudo descritivo, exploratório e prospectivo com abordagem quantitativa. Foram incluídos 20 docentes e 119 discentes. Quanto aos docentes, 12 (60%) alegaram sobrecarga profissional, 17 (85%) se sentiram saturados com o trabalho, e 11 (55%) sentiram-se, constantemente pressionados pelo trabalho e 9 (45%) sentem-se, frequentemente, cansados fisicamente e esgotados emocionalmente no trabalho. Quanto aos discentes, 60 (50%) tiveram a intenção de trancar a matrícula, 116 (96,7) se sentiram esgotados, em diferentes graus, pelos estudos, porém, 107 (89,2%) se sentiram confiantes com as tarefas e 97 (80,8%) passou a perceber a enfermagem como monótona e estressante. Torna-se necessário rastrear indicadores sobre as consequências advindas da pandemia, implementação de questionários específicos a fim de identificar as diferentes formas de sofrimento.

Palavras-chave: Docente de enfermagem; Burnout; Esgotamento do Estudante; Pandemia de Covid-19.

ABSTRACT

This study aims to analyze the confrontation of the academic community of a higher education institution in the face of remote activities during the pandemic. Descriptive, exploratory and prospective study with a quantitative approach. Twenty professors and 119 students were included. As for professors, 12 (60%) claimed professional overload, 17 (85%) felt saturated with work, and 11 (55%) felt constantly pressured by work and 9 (45%) often feel, physically tired and emotionally drained at work. As for the students, 60 (50%) had the intention to stop the enrollment, 116 (96.7) felt exhausted, to different degrees, by the studies, however, 107 (89.2%) felt confident with the tasks and 97 (80.8%) began to perceive nursing as monotonous and stressful. It is necessary to track indicators on the consequences arising from the pandemic, implementation of specific questionnaires in order to identify the different forms of suffering.

Keywords: Nursing teacher; Burnout; Student Burnout; Covid-19 pandemic.

¹ Escola Superior de Ciências da saúde.

*E-mail: karine.lemos@escs.edu.br.

INTRODUÇÃO

A acelerada e global disseminação do novo tipo de pneumonia – Coronavírus Disease 2019 (COVID-19) – levou a Organização Mundial de Saúde a declarar situação de pandemia em março de 2020, bem como a incentivar os países à adoção de diversas medidas para conter a propagação do vírus (MOTA et al., 2021). Dentre as ações que visam ao distanciamento social, destacam-se o fechamento de escolas e universidades (PORTUGAL et al., 2021). Essas medidas, entretanto, somadas ao impacto da própria pandemia, ao rápido avanço da doença e o excesso de informações disponíveis, algumas vezes discordantes, parecem ter influenciado negativamente na saúde mental da população e especialmente aqueles mais vulneráveis (DALPIAZ et al., 2021; MOTA et al., 2021).

Diante deste contexto, o estresse tem sido um fator de adoecimento psicológico não só para os profissionais de saúde, mas para todos que tiveram suas vidas afetadas, inclusive os estudantes e professores (GALVÃO et al., 2020). O medo de adoecer ou morrer, de perder algum ente querido, de transmitir o vírus para algum familiar, de perder os meios de subsistência, a limitação do ir e vir e a separação brusca do círculo social e familiar são questões que influenciam diretamente a saúde mental da população durante a pandemia (PORTUGAL et al., 2021).

Contudo, quando se trata do professor universitário, é necessário observar as exigências feitas a ele. Visto que, além de atuar em sala de aula colaborando no processo de ensino aprendizagem dos alunos, deve atentar-se para o tripé da educação, em especial da educação superior que é: o ensino, pesquisa e extensão. Além de atuar em sala de aula na graduação, na pós-graduação, precisa produzir pesquisas para publicações, seja de forma individual, seja orientando alunos. Fazendo com que este professor muitas vezes precise renunciar a cuidados pessoais, momentos de lazer ou tempo com a família, para cumprir com suas obrigações docentes (MOTA et al., 2021).

Consequentemente, as medidas para conter o novo vírus afetou diversos setores da sociedade, os quais tiveram que se reinventar, como é o caso da educação, onde tiveram que passar de um processo de ensino-aprendizagem presencial em sala de aula para uma realidade online, com recurso a plataformas eletrônicas, constituiu-se em uma resposta necessária para a continuidade da atividade letiva dos estudantes (LOURENÇO et al., 2021).

Em vista disso, especialistas alertam que o impacto letal da COVID-19 poderá repercutir no ensino superior por muito mais tempo, mesmo depois do possível controle da transmissibilidade. A educação formal continuará enfrentando desafios em longo prazo devido ao avanço da pandemia. Anos de cortes no orçamento e a falta de atendimento às necessidades básicas dos discentes e docentes tornam o ensino superior vulnerável e potencialmente despreparado para lidar com a atual crise (VISENTINI et al., 2021).

Além do exposto, o distanciamento familiar, a pressão por um bom desempenho acadêmico, o relacionamento com pessoas com formações distintas e a possível breve inserção no mercado de trabalho são fatores que podem desencadear adoecimento psíquico nos estudantes universitários. Com a pandemia, esses receios e sentimentos já existentes podem ser potencializados (PORTUGAL et al., 2021).

Para enfrentar a crise mundial a população acadêmica adotou de artifícios como refúgio, dentre eles, atividades físicas, leituras de livros, séries, realitys shows e filmes e a música, uma linguagem universal, peculiar ao ser humano, que proporciona partilha de emoções, afetos, fortalecendo as relações humanas na tentativa de manter a saúde mental (SOUZA et al., 2020).

Apesar da solução encontrada para a continuação dos estudos, houve consequências para muitos estudantes e docentes, devido à alta demanda escolar, conflitos decorrentes de uma maior convivência com a família e angústias relacionadas à doença e suas restrições sociais. Considerando todos esses fatores, este estudo teve como objetivo analisar o enfrentamento das atividades remotas durante a pandemia da COVID-19 pelos docentes e discentes de enfermagem de uma universidade pública de Brasília. Os artigos devem conter no máximo 10 mil palavras em folha tamanho A4. As margens laterais devem estar em 3cm e as margens superior e inferior, 2,5cm.

OBJETIVO

Analisar o enfrentamento da comunidade acadêmica de uma instituição de ensino superior diante das atividades remotas durante a pandemia.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, descritivo, com abordagem quantitativa. O estudo foi realizado na Escola Superior de Ciências em Saúde (ESCS), a amostra foi composta por discentes e docentes do curso de enfermagem no ano de 2020.

Como instrumento de pesquisa, foram elaborados pelos autores dois tipos de questionários, um com questões relacionadas as condições sociodemográficas e o outro referente ao enfrentamento da pandemia, sendo um para o discente contendo 18 questões e do docente 16 questões abordando os seguintes fatores: idade, sexo, estado civil, filhos,, acesso a internet, prática de lazer, prática de atividade física, acesso à internet, entre outros, disponibilizado para os participantes por meio da plataforma Google Forms, no período de fevereiro de 2021 a junho de 2021, o que totalizou 4 meses. Para a análise, foi realizada a frequência absoluta dos dados pelo programa Excel (2019).

A pesquisa atendeu à Resolução nº466/2012 e o projeto foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa CEP/CONEP e aprovado pelo parecer substanciado nº 4.532.408 e CAAE nº 40152220.7.0000.5553, sendo a pesquisa iniciada após sua aprovação. Antes dos questionários aplicados no Google Forms, foi inserido o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), com todas as informações referentes à pesquisa.

RESULTADOS

Foram incluídos 20 docentes e 120 discentes. Quanto aos docentes, 16 (80%) eram do sexo feminino, idade entre 30 e 50 anos, 17 (85%), casados, 14 (70%), com filhos, 15 (75%), 12 (60%) alegaram sobrecarga profissional, 6 (30%) apresentaram algum conflito familiar, 16 (80%) tiveram alguém na família com Covid e evolução ao óbito e destes, 12 (60%) sentiram que foram muito afetados pela pandemia, 17 (85%) se sentiram saturados com o trabalho, e 11 (55%) sentiram-se, constantemente pressionados pelo trabalho. 9 (45%) sentem-se, frequentemente, cansados fisicamente e esgotados emocionalmente no trabalho. 19 (95%) consideraram o trabalho gratificante, 12 (60%) fazem atividades físicas, 15 (75%) possuem tempo de lazer, 14 (70%) possuem lugar adequado para estudo e trabalho, 8 (40%) têm bom acesso a internet para o desenvolvimento de suas atividades.

Quanto aos discentes, prevaleceu o sexo feminino 99 (82,5%), idade entre 18 e 30 anos 114 (95%), solteiros, 115 (95,8%), sem filhos 113 (94,2%), 101 (84,2%) estavam satisfeitos com o curso, 60 (50%) tiveram a intenção de trancar a matrícula, 80 (66,7%) tiveram alguém conhecido com Covid e evolução ao óbito e destes, 72 (60%) sentiram

que foram afetados pela pandemia, 74 (62,2%) tiveram conflito familiar na pandemia, 116 (96,7) se sentiram esgotados, em diferentes graus, pelos estudos, porém, 107 (89,2%) se sentiu confiante com as tarefas. 97 (80,8%) passou a perceber a enfermagem como monótona e estressante, 51 (42,5%) passou a perceber seu desempenho acadêmico como regular, 110 (84,2%) satisfeitos com o curso, 116 (96,7%) sentiram estimulados ao término de suas metas de estudo. 61 (50,8%) realizam atividades físicas, 94 (78,3%) possuem tempo de lazer, 82 (68,3%) possuem um lugar adequado para estudo e trabalho, e 57 (47,5) possuem bom acesso a internet para o desenvolvimento de suas atividades.

DISCUSSÃO

No atual cenário, o presente estudo realizou um levantamento acerca do estado emocional e condições de saúde mental, bem como estratégias de enfrentamento utilizadas por estudantes e docentes universitários, para resistir às consequências provenientes da pandemia, do isolamento social, e atividades remotas, visto que, em situações de pandemia, o número de pessoas psicologicamente afetadas costuma ser maior que o de pessoas acometidas pela infecção, sendo estimado que um terço a metade da população possa apresentar consequências psicológicas e psiquiátricas caso não recebam cuidados adequados (LIMA, 2020).

De acordo com os dados obtidos, além do medo de contrair a doença, a COVID-19 tem provocado sensação de insegurança em todos aspectos da vida, da perspectiva coletiva à individual (FARO et al., 2020). Diante disso, se faz pertinente destacar que a comunidade acadêmica em geral apresentou um esgotamento durante a pandemia. Esgotamento este, relacionados aos conflitos e perdas familiares adaptações abrupta a novos métodos de ensino cansaço mental e físico, e sentimento de sobrecarga e estresse (SUNDE; SUNDE, 2020). Houveram conflitos familiares devido ao isolamento, profissionais e estudantes pressionados e a grande maioria ficou abalada emocionalmente pelo contato próximo ou perdas familiares pelo Covid-19 (FERRAZ; FERREIRA; FERRAZ, 2021).

Durante o período de pandemia, e com as medidas de confinamento, muitas famílias foram obrigadas a permanecer juntas durante um longo período de tempo, o que gerou um aumento nos conflitos parentais (CAIADO; MOREIRA, 2020).

Dos participantes da pesquisa, 74% dos discentes e 30% dos docentes relataram conflitos familiares. Dentre os discentes, as discussões, o excesso de demandas do lar, as

divisões de tarefas, as dificuldades de estudo no ambiente de casa, a gestão de tempo, dificuldades financeiras e a falta de compreensão por parte dos familiares, bem como, falta de privacidade, foram destacados como parte do aumento dos desentendimentos no núcleo familiar.

Em relação aos docentes, foram apresentados como motivo para os conflitos, as dificuldades em ajustar a distribuição de tarefas com o cônjuge em relação ao cuidado com os filhos e com a casa, divergências de opiniões sobre a pandemia, divórcios e depressão em familiares devido ao medo da morte pela pandemia.

Entende-se que a casa, antes um lugar de refúgio, habitação, relaxamento e de convívio familiar, passou a ser ambiente de trabalho, escola, área de lazer, espaço de recreação, dentre outros (CAIADO; MOREIRA, 2020).

Estas alterações exigiram adaptações de todos os membros da família para gerir eventuais conflitos resultantes da coabitação e partilha de espaços (CAIADO; MOREIRA, 2020). Todos esses ajustes no nicho familiar, evidenciaram aumento do nível de stress dos discentes e docentes, levando a uma relação menos positiva frente aos familiares e conseqüentemente o aparecimento de conflitos, antes atenuados pela menor convivência e divisão de espaços.

Considerando que as alterações rápidas a que os estudantes universitários foram sujeitos, da suspensão das aulas ao decreto do estado de emergência, podem ter desencadeado dificuldades de adaptação e estados emocionais menos positivos (MAIA; DIAS, 2020).

Praticamente metade dos discentes (50%) tiveram intenção de trancar suas matrículas, 80,8% passou a perceber a enfermagem como monótona e estressante, 42,5% passou a perceber seu desempenho acadêmico como regular, e 28,3% declararam que, muitas vezes, se sentem esgotados pelos estudos.

É notório o aparecimento de alterações psicológicas e emocionais, enfrentadas pelos estudantes, mediante às mudanças advindas da pandemia (VISENTINI et al., 2021). Percebe-se que grande parte dos estudantes, tiveram dificuldades para se adaptar às novas rotinas de estudos, que se dá, por vezes, pela dificuldade de acesso a internet, pela divisão da atenção entre as demandas familiares e universitárias, falta de espaço adequado para estudo, pressão para ser produtivo mesmo de forma remota, e distanciamento dos colegas.

Os dados obtidos pelos docentes, não foram muito diferentes. 45% sentem-se, frequentemente, cansados fisicamente e esgotados emocionalmente no trabalho, 55%

sentem-se, constantemente pressionados pelo trabalho e 85% relatam, sentirem-se saturados pelo trabalho.

Mediante esses dados, surge, além dos desafios enfrentados pelos discentes, a discussão sobre o contexto emocional e sentimental do docente frente aos desafios da pandemia.

Em tempos de pandemia, é necessário discutir e evidenciar o possível aumento da demanda de trabalho dos professores, a possibilidade de redução de carga horária, a não familiarização com novas ferramentas e a falta de formação sobre esses meios, entre tantas outras facetas do fazer docente (PALUDO, 2020, p. 45-46).

Ao caso extraordinário dos docentes da instituição, que há divisão de carga horária entre docência e assistência, além das adversidades frente ao ambiente remoto, há a sobrecarga exaustiva de plantões, precariedade da saúde, atuação necessária frente a saúde durante a pandemia, exposição ao vírus, ausência de EPI'S e o afastamento familiar. (CASTRO, 2022)

Além disso, o cansaço emocional, poderia, também, estar relacionado ao contínuo estado de luto, frente a perdas de familiares, amigos e vizinhos¹². Cerca de 66,7% e 80%, dos discentes e docentes, respectivamente, conhecem alguém que tenha testado positivo para COVID-19 e falecido, sendo que 60% dos estudantes e professores afirmaram que isto os afetou demasiadamente, visto que, torna-se uma realidade muito complicada perder um parente, amigo ou um colega pela COVID-19 porque, além da dor pelo desaparecimento, permanece a mágoa por não poder se despedir e fazer os rituais fúnebres (SUNDE; SUNDE, 2020).

Porém, apesar dos desafios, os docentes consideraram, em sua maioria, gratificante estar na instituição, e ainda veem a docência como fonte de realização pessoal, sendo um desafio estimulante e que traz coisas positivas para si.

Em relação aos discentes, ainda que com dificuldades, estes se sentiam confiantes com as tarefas executadas e satisfeitos com o curso, além de se sentirem estimulados ao término de suas metas de estudo, demonstrando resiliência de ambos no enfrentamento da pandemia.

Percebe-se que a formação dos professores dificilmente contempla a demanda por EaD, não existindo uma familiarização com as plataformas digitais (PALUDO, 2020) e se adequar a um método, antes presencial, de ensino, para um totalmente remoto, de forma repentina, culmina em dificuldades de adaptação para ambos os grupos. Porém, isto,

talvez, tenha sido um pouco mais compreensível por parte dos estudantes, que possuem um maior contato com as novas tecnologias que vem surgindo.

Além disso, ambos os grupos, em sua maioria, relataram ainda fazerem atividades físicas, terem tempo de lazer, possuírem um lugar adequado para estudo e trabalho, e um bom acesso a internet para o desenvolvimento de suas atividades, o que possivelmente colaborou para o enfrentamento dos desafios.

Desta forma, percebe-se que a comunidade acadêmica em geral, deve se preparar para enfrentar os impactos contínuos da pandemia na saúde mental de seus estudantes e docentes (VISENTINI et al., 2021).

Outro ponto que pode ter contribuído para o enfrentamento, é que com o contexto das aulas remotas, alguns estressores foram atenuados, como por exemplo, as salas de aula superlotadas, exposição ao trânsito na locomoção etc, em contrapartida, o estresse que o corpo acadêmico teve que lidar se ajustando ao método de ensino remoto atrelado às demandas familiares e estratégias ineficientes de enfrentamento, resultaram no sofrimento psíquico desses sujeitos.

Torna-se necessário rastrear indicadores sobre as consequências advindas da pandemia, implementação de questionários específicos a fim de identificar as diferentes formas de sofrimento, classificá-las e traçar um plano de cuidados para minimizar ou cessar esse sofrimento no ambiente acadêmico.

CONCLUSÃO

O estudo evidencia o prejuízo da saúde mental ocasionado na maioria dos docentes e discentes, ao vivenciar a pandemia. A vida universitária no momento pandêmico se tornou de maneira rápida, algo desmedido que gerou e ainda gera muito sofrimento, angústia e confusão de acordo com os discursos. Mais da metade da amostra alegaram sobrecarga profissional, apresentaram algum conflito familiar, tiveram alguém na família com Covid, que evoluiu ao óbito, se sentiram muito afetados e saturados pela pandemia com o trabalho e estudos e sentiram-se fisicamente e emocionalmente cansados.

Assim, com os dados expostos faz-se necessário traçar estratégias de prevenção ou remediação como o estímulo a manutenção de estilos de vida saudáveis, à manutenção de redes sociais, apoio através das tecnologias de informação e comunicação e, principalmente, o apoio das universidades, a partir de ações com enfoque na saúde mental

discentes e docentes de Enfermagem, objetivando projetar estratégias que sejam eficazes na melhoria do bem-estar e na diminuição do estresse dos alunos, que já são previamente expostos a situações com potencial para gerar adoecimento psíquico no que diz respeito às vivências e receios do meio universitário. Sugere-se novos estudos com a aplicação de escalas para avaliar a síndrome do esgotamento profissional, síndrome de Burnout em docentes e discentes neste contexto acadêmico a fim de quantificar o nível de estresse nessa população.

REFERÊNCIAS

CAIADO, D. V. F. B.; MOREIRA, H. Parentalidade em tempos de pandemia saúde mental e estratégias parentais para lidar com os desafios da covid-19. **ResearchGate**, n. October, p. 1–6, 2020.

DALPIAZ, G. et al. O impacto da primeira onda da pandemia de Covid-19 na saúde mental de estudantes brasileiros TT - The impact of the first wave of the Covid-19 pandemic on the mental health of Brazilian students. **Rev. Bras. Psicoter. (Online)**, v. 23, n. 3, p. 105–119, 2021.

FARO, A. et al. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, p. 1–14, 2020.

FERRAZ, R. DE C. S. N.; FERREIRA, L. G.; FERRAZ, R. D. Dossiê: Educação e tecnologias no contexto da pandemia pelo coronavírus e isolamento social: cenários, impactos e perspectivas. **Revista Cocar**, v. Edição esp, n. 10, p. 1–19, 2021.

GALVÃO, D. D. S. et al. Aspectos psicossociais de acadêmicos de Enfermagem durante a pandemia da COVID-19. **Enfermagem em Foco**, v. 11, n. 2.ESP, p. 143–147, 18 dez. 2020.

LIMA, R. C. Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 30, n. 2, p. 1–10, 2020.

LOURENÇO, T. M. G. et al. Esperança e Bem-Estar Psicológico durante a Crise Sanitária pela COVID-19: Estudo com Estudantes de Enfermagem. **Escola Anna Nery**, v. 25, n. spe, p. 1–7, 2021.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, p. 1–8, 2020.

MOTA, D. C. B. et al. Saúde mental e uso de internet por estudantes universitários: estratégias de enfrentamento no contexto da COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 6, p. 2159–2170, jun. 2021.

PALUDO, E. F. Os desafios da docência em tempos de pandemia. **Em Tese**, v. 17, n. 2, p. 44–53, 23 set. 2020.

PORTUGAL, F. B. et al. Distanciamento social e COVID-19: estratégias adotadas por estudantes de Enfermagem. **SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, v. 17, n. 2, p. 7–15, 30 jun. 2021.

SOUZA, J. B. DE et al. MÚSICA COMO ESTRATÉGIA PARA O CUIDADO NO ENFRENTAMENTO DA COVID-19: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 34, n. 4, p. 1–7, 25 ago. 2020.

SUNDE, R. M.; SUNDE, L. M. C. LUTO FAMILIAR PELA COVID-19: DOR E SOFRIMENTO PSICOLÓGICO. **Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia**, v. 8, n. 3, p. 703–710, 5 nov. 2020.

VISENTINI, B. P. et al. A experiência do distanciamento social dos estudantes de enfermagem durante a pandemia da COVID-19. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 23, p. 1–7, 15 out. 2021.

Recebido em: 12/09/2022

Aprovado em: 15/10/2022

Publicado em: 21/10/2022