

## **NÍVEL DE ESTRESSE GERADO PELA COVID-19 ENTRE PROFESSORES DE UMA UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA**

Otávio Jamarini Goulart (UNISUL - otaviojamarini@gmail.com)<sup>1</sup>; Dr<sup>a</sup> Thais Ceresér Vilela (orientadora, UNISUL - vilelacthais@gmail.com)<sup>2</sup>

### **RESUMO:**

Avaliar o nível de estresse gerado pela Covid-19 entre os professores de uma universidade do sul de Santa Catarina. **Método:** Este foi um estudo observacional, do tipo transversal analítico, que utilizou dados secundários, oriundos de questionários eletrônicos, como fonte de informação. Foram avaliados o nível de estresse de 24 professores de uma universidade do sul de Santa Catarina. As variáveis estudadas foram gênero, idade, estado civil, carga horária trabalhada e nível de estresse gerado pela Covid-19. **Resultados:** O presente exposto comprova que, mesmo com todo risco à saúde que o SARS-CoV-2 trouxe a tona, e as alterações na estrutura das aulas (costumavam ser presenciais e passaram a ser síncronas) o nível de estresse percebido pelos docentes, em decorrência desse risco viral, é baixo de acordo com as estatísticas levantadas, não chegando a 21% do público alvo. A maioria dos professores quando questionados, afirmaram que em certo grau conseguiam realizar o manejo do seu tempo útil, notando-se que as atividades de ensino em modalidade virtual não se apresentaram como tão estressantes, assim como seus métodos profiláticos.

### **INTRODUÇÃO:**

A vontade de dominar o futuro, prolongando a vida e perpetuando conhecimento move a humanidade. No entanto, quando esse fluxo comportamental é ameaçado por doenças como a COVID-19, causada pelo coronavírus (SARS-CoV-2), as ciências se põem à prova visando criar o melhor caminho por entre os empecilhos. Desde o início do atual surto de corona vírus, houve uma grande preocupação diante de uma doença que se espalhou rapidamente em várias regiões do mundo, com diferentes impactos.

O primeiro caso confirmado no Brasil foi em fevereiro de 2020 em um homem de 61 anos (Ministério da Saúde, 2020), e, em março do mesmo ano mais de 214 mil indivíduos em todo o mundo foram diagnosticados com a COVID-19 (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE – OMS, 2020). Por isso, AOMS e outras organizações iniciaram a divulgação de mecanismos de contingência de influenza à ameaça, devido suas semelhanças com as demais influências respiratórias (FREITAS et al., 2020). Dados de Junho de 2023, publicados no portal oficial da Saúde do



Brasil, indicam que a doença já somou 37.656.050 casos confirmados, desses 36.952.331 somam os recuperados enquanto 703.719 casos resultaram em óbitos (DataSUS; 2023).

Associada a formas graves de pneumonia, com alto poder de transmissão, os portadores sintomáticos do vírus apresentaram, de modo geral, falta de ar, tosse seca, febre, dor de cabeça e dispnéia. Os casos de óbito normalmente ocorrem devido à falência respiratória progressiva, com graves danos pulmonares (MOREIRA; SILVEIRA, 2020). Como não se sabia como proceder exatamente por se tratar a nova virologia, adotaram-se medidas profiláticas pelas organizações envolvidas, voltadas a conter a propagação de novos casos. Assim, a medida protetora até então mais eficaz, antes das confecções das primeiras vacinas, foi o isolamento social (AFONSO, 2020).

No que tange as atividades educacionais, nos diversos níveis de formação (desde a educação infantil até a pós-graduação), ocorreram de forma virtual para respeitar o isolamento e, na impossibilidade desta modalidade, as atividades encontraram-se suspensas, bem como todas as formas de aglomeração, como estratégias de conter a disseminação do vírus (PINHEIRO et al., 2020). Assim, nem todos os professores, que no seu cotidiano já possuem uma sobrecarga de trabalho, estavam preparados para esta mudança tão repentina. Muitos se viram obrigados a adquirir novos conhecimentos em relação ao uso das tecnologias para integrá-las nas suas atividades pedagógicas, aumentando ainda mais esta sobrecarga. Este cenário de trabalho excessivo pode levá-lo ao estresse, favorecendo quadros de angústia, além de ansiedade e depressão (ARAÚJO et al., 2020)

De fato, uma revisão sistemática mostrou que os professores relataram níveis de ansiedade, depressão e estresse, sendo a ansiedade maior entre os professores nas escolas em comparação com as universidades. No entanto, os níveis de estresse têm sido maiores entre os professores das universidades em comparação com as escolas (OZAMIZ-ETXEBARRIA et al., 2021).

Em suma, a compilação dos dados expressa a necessidade de avaliar a condição dos profissionais da educação, que já sofriam de problemas associados ao bem-estar mental, quanto ao nível de estresse gerado em suas vidas em decorrência do cenário pandêmico. Além disso, a escassez de estudos que compilam dados



concretos sobre como o estado de Santa Catarina, e mais especificamente o município de Tubarão, está lidando com a pandemia e suas consequências relacionadas ao estado psicológico da população, afeta diretamente na elaboração de políticas públicas.

**PALAVRAS-CHAVE:**

Covid-19, pandemia, professores.

**MÉTODO:**

Este foi um estudo observacional, do tipo transversal analítico, que utilizou dados secundários, oriundos de questionários eletrônicos, como fonte de informação. A população do estudo foi constituída por 24 professores de uma universidade do sul de Santa Catarina. Foram incluídos os professores de ambos os sexos que aceitaram participar da pesquisa assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídos da análise menores de 18 anos e aqueles indivíduos cujos dados estavam incompletos ou implausíveis, ou seja, questionários com menos de 75% das variáveis preenchidas. A coleta de dados foi feita a partir da plataforma *GoogleForms*, geradora de questionário eletrônico, o qual se realizou pelo aluno pesquisador, devidamente capacitado e registrado no projeto de pesquisa via CEP. Para realização da presente pesquisa utilizou-se um formulário padrão, que foi desenvolvido pelos pesquisadores. As variáveis do formulário foram inseridas no software Excel® para realização da coleta de dados. Os dados ficaram salvos em um sistema de “nuvem”. As variáveis estudadas foram gênero, idade, estado civil, carga horária trabalhada e nível de estresse gerado pela Covid-19.

A avaliação do nível de estresse foi realizada através da Escala de Estresse Percebido (PSS-14). A Escala de Estresse Percebido (Perceived Stress Scale – PSS 14) é composta por 14 itens com opções de resposta que variam de zero a quatro (0=nunca; 1=quase nunca; 2=às vezes; 3=quase sempre 4=sempre). As questões com conotação positiva (4, 5, 6, 7, 9, 10 e 13) têm sua pontuação somada invertida, da seguinte maneira, 0=4, 1=3, 2=2, 3=1 e 4=0. As demais questões são negativas e foram somadas diretamente. A soma da pontuação das questões fornece escores que podem variar de zero a 56. As categorias definidas serão: baixo estresse (<30 pontos) e alto estresse (≥30 pontos).



Para descrição dos dados foram utilizadas medidas de tendência central e de dispersão, para variáveis quantitativas e porcentagens para variáveis qualitativas. O programa Excel® foi utilizado para elaboração do banco de dados e o software Stata 13.0, para análise dos dados.

O presente projeto foi submetido à avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade do Sul de Santa Catarina e aprovado com protocolo de número 5.570.694.

### **RESULTADOS E DISCUSSÕES:**

Na presente pesquisa foi avaliado um total de 24 indivíduos que lecionam em uma universidade do sul de Santa Catarina em período pandêmico. A idade média verificada foi de 67,33 anos (Desvio-Padrão – DP: 8,2 anos) e variou entre 30 e 60 anos. Destes, 58,30% eram do sexo feminino, mais de 95% tinham menos de 60 anos e majoritariamente casados (66,7%). No que se referem à carga horária trabalhada os dados apontam que a carga horária desempenhada pelos profissionais em 62,50% dos entrevistados era menor que 40 horas semanais (Tabela 1).

Tabela 1 – Número e porcentagem professores de uma universidade do sul de Santa Catarina, que consentiram em participar, segundo as variáveis sociodemográficas e carga horária trabalhada. Tubarão, 2023.

| <b>Variáveis</b>           | <b>Número</b> | <b>Porcentagem</b> |
|----------------------------|---------------|--------------------|
| <b>Sexo</b>                |               |                    |
| Feminino                   | 14            | 58,30              |
| Masculino                  | 10            | 41,70              |
| <b>Faixa etária (anos)</b> |               |                    |
| Adultos (<60)              | 23            | 95,80              |
| Idosos (≥60 anos)          | 1             | 04,20              |
| <b>Estado civil</b>        |               |                    |

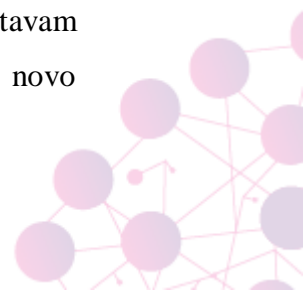


|                                                  |    |       |
|--------------------------------------------------|----|-------|
| Casado/União Estável                             | 16 | 66.70 |
| Solteiro                                         | 07 | 29.20 |
| Separado/Divorciado                              | 01 | 04.20 |
| <b>Carga Horária Trabalhada (horas semanais)</b> |    |       |
| <40                                              | 15 | 62.50 |
| ≥ 40                                             | 09 | 37.50 |

Por meio da Tabela 2 verifica-se a relação dos professores com sua experiência pessoal relatada ao quanto se sentiam estressados antes da pandemia e as intervenções sugeridas pelos órgãos de saúde. Tendo em vista que mais da metade do público alvo desta pesquisa relatou que, antes da pandemia do SARS-CoV-2, sentiam-se sempre (37,5%) ou ao menos quase sempre (50%) emocionalmente tranquilos, uma estatística emocional que foi consideravelmente abalada no que tange a propriocepção emocional dos professores; Quando foram questionados acerca do estresse que sentiam em decorrência do novo risco viral, um número que era majoritariamente (50%) de pessoas que se sentiam tranquilas quase sempre decaiu para 20,8%; e quanto aos que se sentiam sempre tranquilos as estatísticas apontam para apenas 29,2% do público.

Os professores relataram na maioria dos casos (54,20%) não terem demonstrado quaisquer sintomas da doença, entretanto ainda é considerável que quase metade deles (45,8%) sentiu febre, cansaço, coriza ou tosse seca, por exemplo. No que se refere à profilaxia, as orientações governamentais que chegaram mudando a rotina comportamental gerou pouco estresse relatado de modo geral, pois pouco mais de 37% sentiram-se desconfortáveis com maior frequência ao terem de seguir os protocolos de isolamento social, distanciamento social, uso de máscaras, frequente uso de sanitizantes como álcool em gel, por exemplo.

Dos entrevistados 62,5% testaram positivos para COVID-19 e 45,8% estavam apresentando sintomas, enquanto uma parcela de 20,8% não positivou para o novo



vírus e 16,70% não fizeram qualquer teste que pudesse comprovar a presença do agente etiológico no organismo.

A quarentena foi praticada por 66,7% dos quais 54,20% se isolaram devido à infecção e 12,5% se resguardaram por recomendação médica devido a uma possível exposição viral como o contato com alguém infectado.

Tabela 2 – Considerações pessoais acerca das influências do COVID-19. Tubarão, 2022.

| Variáveis                                                                                        | Número | Porcentagem |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------|
| <b>Antes da pandemia do SARS-CoV-2, você costumava se sentir emocionalmente tranquilo (a)?</b>   |        |             |
| Às vezes                                                                                         | 3      | 12,50       |
| Quase sempre                                                                                     | 12     | 50,00       |
| Sempre                                                                                           | 9      | 37,50       |
| <b>Durante a pandemia, você se sentiu mais estressado(a) em decorrência do novo risco viral?</b> |        |             |
| Nunca                                                                                            | 2      | 08,30       |
| Quase nunca                                                                                      | 3      | 12,50       |
| Às vezes                                                                                         | 7      | 29,20       |
| Quase sempre                                                                                     | 5      | 20,80       |
| Sempre                                                                                           | 7      | 29,20       |



**Durante a pandemia, você se sentiu estressado no que diz respeito aos métodos profiláticos ao SARS-CoV-2 (isolamento social, distanciamento social, uso de máscaras, frequente uso de sanitizantes como álcool em gel)?**

|              |   |       |
|--------------|---|-------|
| Nunca        | 1 | 04,20 |
| Quase nunca  | 7 | 29,20 |
| Às vezes     | 7 | 29,20 |
| Quase sempre | 4 | 16,70 |
| Sempre       | 5 | 20,80 |

**Você teve sintomas de resfriados (febre, cansaço, tosse seca ou coriza, por exemplo) durante o pico da pandemia?**

|     |    |       |
|-----|----|-------|
| Sim | 11 | 45,80 |
| Não | 13 | 54,20 |

**Você fez algum teste que POSITIVOU para uma possível contaminação ao SARS-CoV-2?**

|                                                                                        |    |       |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----|-------|
| Sim, e estava apresentando sintomas                                                    | 11 | 45,80 |
| Sim, porém estava assintomático (a)                                                    | 04 | 16,70 |
| Não positivei para COVID-19 em qualquer momento                                        | 05 | 20,80 |
| Não fiz testes, durante esse período, que pudessem comprovar uma possível contaminação | 04 | 16,70 |



**Você ficou de quarentena em algum momento?**

|                                                                                                            |    |       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-------|
| Sim, fiquei de quarentena, pois estava infectado                                                           | 13 | 54,20 |
| Sim, fiquei de quarentena, pois tive contato com alguém infectado e me res guardei por recomendação médica | 03 | 12,50 |
| Não, pois não fui contaminado (a) ou não tive contato de risco                                             | 08 | 33,30 |

Na Tabela 3, é possível comparar as pontuações da Escala de Estresse Percebido, já com as pontuações invertidas nas respectivas questões de conotação positiva. Nesta, apenas 20,83% dos professores atingiram os quesitos que indicam nível de alto estresse. Essa escala leva em consideração os sentimentos em situações inesperadas, a capacidade de controlar coisas consideradas importantes na vida pela pessoa que o responde, o próprio sentimento de nervosismo ou estresse em si, confiança pessoal e capacidade de lidar com as diversas situações da vida.

Tabela 3 – Nível de estresse avaliado pela Escala de Estresse Percebido (EEP) em professores de uma universidade do Sul de Santa Catarina. Tubarão, 2023.

| <b>Estresse</b> | <b>Número</b> | <b>Porcentagem</b> |
|-----------------|---------------|--------------------|
| Alto            | 5             | 20,83              |
| Baixo           | 19            | 79,17              |

**CONCLUSÕES:**

O presente exposto comprova que, mesmo com todo risco à saúde que o SARS-CoV-2 trouxe a tona, e as alterações na estrutura das aulas (costumavam ser presenciais e passaram a ser síncronas) o nível de estresse percebido pelos docentes, em decorrência desse risco viral, é baixo de acordo com as estatísticas levantadas,





não chegando a 21% do público alvo. A maioria dos professores quando questionados, afirmaram que em certo grau conseguiam realizar o manejo do seu tempo útil, notando-se que as atividades de ensino em modalidade virtual não se apresentaram como tão estressantes, assim como seus métodos profiláticos; de modo que a presença de uma nova variante foi a maior comoção no que diz respeito a desconforto emocional. No entanto, uma limitação importante do presente estudo é o número baixo de participantes, o que impossibilita uma análise mais abrangente da população estudada. Ainda sim, os problemas cotidianos e mudanças consideradas importantes pela população de estudo apresentaram maior variedade de estresse quando acerca das responsabilidades diária. Esse dado dá entender que a carga emocional sobre os deveres diários e as rotinas tem mais peso e, portanto, são abaladas com maior facilidade, que um novo risco viral que pode levar a óbito.

#### REFERÊNCIAS:

1. Brasil. DataSUS. Painel de casos de doença pelo coronavírus 2023 (COVID-19) no Brasil pelo Ministério da Saúde. [Acesso em 21Junho 2023]. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>.
2. Brasil. Ministério da Saúde. Brasil confirma primeiro caso da doença. 2020 Fev. [Acessado em 1 Maio 2022].Disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46435-brasil-confirma-primeiro-caso-de-novo-coronavirus>.
3. Brasil. Ministério da Saúde. Como se proteger?.[Publicado 08/04/2021] [Acesso 05 Maio 2022]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/como-se-proteger>.
4. Dias, JAA; Dias, MFSL; Oliveira, ZM; et al. Reflexões sobre distanciamento, isolamento social e quarentena como medidas preventivas da covid-19. Revista de Enfermagem do Centro Oeste Mineiro 2020;10:e3795. [Access 05-05-2022]; DOI: <http://dx.doi.org/10.19175/recom.v10i0.3795>.
5. Freitas, André Ricardo Ribas, Napimoga, Marcelo e Donalísio, Maria Rita. Análise da gravidade da pandemia de Covid-19. Epidemiologia e Serviços de Saúde [online]. v. 29, n. 2 [Acessado 1 Maio 2022] , e2020119. Disponível em: <<https://doi.org/10.5123/S1679-49742020000200008>>. ISSN 2237-9622. <https://doi.org/10.5123/S1679-49742020000200008>.

6. Gasparini, Sandra Maria; Barreto, Sandhi Maria; Assunção, Ada Ávila. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. *Educação e Pesquisa* [online]. 2005, v. 31, n. 2 [Acessado 6 Maio 2022], pp. 189-199. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1517-97022005000200003>>. Epub 23 Fev 2006. ISSN 1678-4634. <https://doi.org/10.1590/S1517-97022005000200003>.
7. Lobo, Larissa Aline Carneiro, and Carmen Esther Rieth. "Saúde mental e Covid-19: uma revisão integrativa da literatura." *Saúde em debate* 45 (2021): 885-901. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/fgXPhXKhrfM9Tyj55Z8djRt/?format=pdf&lang=pt>
8. Moreira, Rafael da Silveira. "Análises de classes latentes dos sintomas relacionados à COVID-19 no Brasil: resultados da PNAD-COVID19." *Cadernos de Saúde Pública* 37.1 (2021): e00238420.
9. Ozamiz-Etxebarria N, Idoiaga Mondragon N, Bueno-Notivol J, Pérez-Moreno M, Santabárbara J. Prevalence of Anxiety, Depression, and Stress among Teachers during the COVID-19 Pandemic: A Rapid Systematic Review with Meta-Analysis. *BrainSci*. 2021 Sep 3;11(9):1172. doi: 10.3390/brainsci11091172. PMID: 34573192; PMCID: PMC8468121.
10. Pinheiro, Guilherme Emanuel Weiss; Kocourek, Sheila. Saúde mental em tempos de pandemia: qual o impacto do Covid-19?. *Revista Cuidarte*. 2020; 11(3):e1250. <http://www.scielo.org.co/pdf/cuid/v11n3/2346-3414-cuid-11-3-e1250.pdf>.
11. Silveira, Kelly Ambrosio, et al. "Estresse e enfrentamento em professores: uma análise da literatura." *Educação em Revista* 30.4 (2014): 15-36. [Acesso 06 Maio 2022]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/edur/a/bPDgWC8X4KbncZ8VNxFdHsn/?format=pdf&lang=pt>.
12. Ullah I, Ali S, Ashraf F, et al. Prevalence of depression and anxiety among general population in Pakistan during COVID-19 lockdown: An online-survey [published online ahead of print, 2022 Feb 8]. *CurrPsychol*. 2022;1-8. doi:10.1007/s12144-022-02815-7.[Acesso 05 Maio 2022] Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35194356/>.

## FOMENTO

Esta pesquisa fora realizada por meio da bolsa de pesquisa PIBIC, com recursos oriundos do CNPQ, em apoio com a Universidade do Sul de Santa Catarina.

