

SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES DE HISTÓRIA: IMPACTOS NO PÓS-PANDEMIA EM CONTEXTO ESCOLAR (2020-2023)*MENTAL HEALTH OF HISTORY TEACHERS: POST-PANDEMIC IMPACTS IN SCHOOL CONTEXTS (2020–2023)**SALUD MENTAL DE LOS PROFESORES DE HISTORIA: IMPACTOS POSPANDEMIA EN CONTEXTOS ESCOLARES (2020–2023)*Gilberto Lucio Russo de Oliveira¹Alessandra Nicodemos²**RESUMO**

O artigo analisa os impactos da pandemia de Covid-19 nas condições de trabalho e na saúde mental de professores de História da Educação Básica entre 2020 e 2023, tendo a migração para o ensino remoto emergencial como elemento central na intensificação da precarização docente. A pesquisa, de abordagem qualitativa e caráter exploratório-descritivo, articula revisão bibliográfica e investigação empírica com doze docentes egressos do ProfHistória, buscando compreender como vivenciaram o período pandêmico e pós-pandêmico, as reconfigurações das práticas pedagógicas e os efeitos emocionais e laborais produzidos. Os resultados evidenciam sobrecarga, adoecimento, mas também adaptação e aprendizagem. Conclui-se que a valorização docente depende de políticas estruturais de cuidado e fortalecimento da educação pública.

Palavras-chave: saúde mental docente; ensino de história; pandemia covid-19.

ABSTRACT

This article analyzes the impacts of the Covid-19 pandemic on the working conditions and mental health of Basic Education History teachers between 2020 and 2023, considering the shift to emergency remote teaching as a central factor in the intensification of teaching precariousness. Using a qualitative, exploratory-descriptive approach, the study combines a literature review with empirical research involving twelve ProfHistória graduates, seeking to understand how they experienced the pandemic and post-pandemic periods, the reconfiguration of pedagogical practices, and the resulting emotional and work-related effects. The findings reveal work overload and psychological distress, but also processes of adaptation and learning. The study concludes that teacher appreciation depends on structural policies aimed at care and the strengthening of public education.

Keywords: teacher mental health; history teaching; covid-19 pandemic.

RESUMEN

El artículo analiza los impactos de la pandemia de COVID-19 en las condiciones de trabajo y en la salud mental de los profesores de Historia de la Educación Básica entre 2020 y 2023, considerando la migración a la enseñanza remota de emergencia como un elemento central en la intensificación de la precarización docente. La investigación, de enfoque cualitativo y carácter exploratorio-descriptivo, articula una revisión bibliográfica y una investigación empírica con doce docentes egresados del ProfHistória, buscando comprender cómo vivieron el período pandémico y pospandémico, las reconfiguraciones de las prácticas pedagógicas y los efectos emocionales y laborales producidos. Los resultados evidencian sobrecarga, malestar y agotamiento, pero también procesos de adaptación y aprendizaje. Se concluye que la valorización docente depende de políticas estructurales de cuidado y fortalecimiento de la educación pública.

Palabras clave: salud mental docente; enseñanza de la historia; pandemia de covid-19.

¹ Secretaria de Estado de Educação – SEEDUC – Rio de Janeiro – RJ – Brasil – <https://orcid.org/0009-0009-3010-711X-girorusso@hotmail.com>

² Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ – Rio de Janeiro – RJ – Brasil – <https://orcid.org/0000-0001-8287-9116-alenicodemosufrj@gmail.com>

Editor de seção: Filomena Lucia Gossler Rodrigues da Silva

■ <https://doi.org/10.17058/rea.34.20962>

Reflexão e Ação. Santa Cruz do Sul, v. 34, p. e20962. 2026.

ISSN: 1982-9949



INTRODUÇÃO

Os impactos da pandemia de Covid-19 sobre o trabalho docente constituem um dos temas mais discutidos no campo da educação nos últimos anos, não apenas pela gravidade da crise sanitária, mas também pelas transformações profundas que provocou nas formas de ensinar, aprender e se relacionar com o conhecimento. A súbita migração para o ensino remoto emergencial (ERE), implementada como medida de continuidade pedagógica, expôs e ampliou desigualdades históricas, evidenciando tanto a precarização estrutural do trabalho docente quanto as fragilidades institucionais das redes de ensino. Ao mesmo tempo, revelou a capacidade de resistência, adaptação e reinvenção dos professores frente a um contexto de incertezas e sobrecarga.

No caso dos professores de História, as consequências desse processo foram ainda mais complexas. A docência nessa área, marcada pela centralidade do diálogo, da problematização e da reflexão crítica sobre o tempo presente, encontrou-se diante do desafio de sustentar o vínculo pedagógico em condições de isolamento social e mediação tecnológica. As práticas de ensino precisaram ser reconfiguradas, muitas vezes sem formação adequada, sem infraestrutura e sem o suporte emocional necessário para lidar com a intensificação do trabalho e com os efeitos do medo, da solidão e do adoecimento. Assim, o exercício da docência passou a ocorrer em um contexto marcado por contradições éticas, afetivas e políticas que ressignificaram a experiência de ser professor.

A partir dessa conjuntura, o presente artigo analisa os impactos da pandemia de Covid-19 nas condições de trabalho e na saúde mental de professores de História da Educação Básica entre 2020 e 2023. Para isso, articula revisão bibliográfica e investigação empírica com doze docentes egressos do ProfHistória/UFRJ, buscando compreender como vivenciaram o período pandêmico e pós-pandêmico, as reconfigurações das práticas pedagógicas e os efeitos emocionais e laborais produzidos. Busca-se compreender como esses docentes vivenciaram o ensino remoto emergencial, de que maneira as práticas pedagógicas foram afetadas e ressignificadas, e como a experiência pós-pandemia tem se configurado por sentimentos ambivalentes de cansaço e compromisso, sofrimento e resistência.

O estudo adota uma abordagem qualitativa, de caráter exploratório-descritivo, articulando revisão bibliográfica e investigação empírica. A etapa empírica foi desenvolvida com doze docentes egressos do ProfHistória/UFRJ, tendo como instrumento de produção de dados um questionário on-line composto por questões abertas e fechadas, possibilitando a análise dos dados

à luz do referencial teórico adotado na pesquisa. Os procedimentos metodológicos e as etapas da investigação são apresentados e discutidos em seção específica do artigo.

Estruturalmente, o artigo apresenta, após esta introdução, um panorama teórico sobre saúde mental e trabalho docente em contexto pandêmico; em seguida, discute os desafios do ensino de História no ensino remoto emergencial; e, por fim, analisa os dados da pesquisa realizada, apontando contradições e aprendizados que emergem da experiência docente entre o remoto e o presencial.

SAÚDE MENTAL DOCENTE E CONTEXTO PANDÊMICO

A conceituação de saúde mental é complexa e historicamente marcada por reducionismos. Durante muito tempo, prevaleceu a ideia de que ser saudável significava apenas a ausência de doença, vinculando o sofrimento psíquico exclusivamente a causas biológicas. Rocha, Rufato e Rossetto (2022) observam que compreender como saudável aquele que não apresenta patologias é uma visão limitada, pois ignora a complexidade do psiquismo humano e os múltiplos determinantes da vida social. Perspectivas centradas apenas em processos químicos e fisiológicos do corpo também se mostram insuficientes, pois conduzem à medicalização do sofrimento, negligenciando dimensões sociais, políticas e culturais que o constituem. Ambas as visões, portanto, restringem a compreensão do adoecimento psíquico e dificultam intervenções efetivas.

Nas últimas décadas, os estudos sobre saúde mental ampliaram seu campo conceitual, reconhecendo a relevância dos aspectos sociais e culturais. Essa ampliação representa um avanço em relação às concepções que associavam a saúde mental apenas à ausência de doença, incorporando dimensões relacionadas ao bem-estar, às condições de vida e às relações sociais. Contudo, Rocha et al. (2022) observam que, mesmo em concepções mais abrangentes, permanece o desafio de compreender a saúde mental a partir das condições concretas da existência humana, especialmente em contextos de crise e vulnerabilidade.

Rocha et al. (2022) concluem que as relações sociais são determinantes na formação e na desorganização do psiquismo. Quanto mais patogênicas as experiências vividas, no trabalho, nas relações e no contexto histórico, maior a vulnerabilidade ao adoecimento. O sofrimento mental não decorre unicamente do sistema social, mas este potencializa e sustenta os sintomas, dificultando sua superação. O tratamento, portanto, não pode restringir-se a intervenções psicoterápicas e medicamentosas, devendo considerar os fatores sociais, culturais e históricos que atravessam a subjetividade.

Essa compreensão recoloca o desafio ético e político do cuidado com os professores. O enfrentamento do adoecimento docente exige políticas públicas de saúde e educação, condições dignas de trabalho e práticas institucionais de escuta e solidariedade. Mas, como observa o próprio texto de Rocha et al. (2022), a resistência também se constrói no cotidiano: nas conversas entre colegas, nas lutas sindicais, nos espaços de troca e apoio mútuo que reafirmam o sentido social da profissão.

Com a perda de centralidade da escola como espaço de formação intelectual e o deslocamento de suas responsabilidades para o campo moral e social, o trabalho docente foi gradualmente sobrecarregado. Aos professores passaram a ser atribuídas funções antes delegadas à família e a outras instituições sociais, sem que houvesse melhoria nas condições materiais ou simbólicas de trabalho. A combinação entre desrespeito, indisciplina, excesso de alunos, contratos temporários e metas de produtividade contribuiu para o aumento dos índices de adoecimento e sofrimento mental. Essa tendência, identificada desde os anos 1970 em diversos países europeus, ganha no Brasil contornos específicos de intensificação e desproteção.

O estudo de Tostes et al. (2018), realizado com 1.201 professores da rede estadual do Paraná, evidencia a gravidade do problema. A maioria dos participantes era do sexo feminino (78,8%), com média de 43 anos e formação superior completa. Quase 30% relataram algum tipo de sofrimento psíquico (depressão, ansiedade ou estresse) e 44% apresentaram sintomas depressivos segundo o Inventário de Beck. Observou-se correlação entre níveis de adoecimento e número de turmas, carga horária e tempo de serviço: docentes com mais de 20 anos de carreira e que lecionavam em múltiplos turnos exibiam os maiores índices de ansiedade e depressão. Os professores que trabalhavam no ensino fundamental, especialmente com turmas acima de 40 alunos, apresentaram níveis mais elevados de sofrimento. Além disso, 84% consideraram seu trabalho insalubre, confirmando que o adoecimento docente está intrinsecamente ligado à organização do trabalho escolar e não apenas a fatores individuais.

Tais resultados dialogam com Batista et al. (2010), que identificam o ensino como uma profissão de alto risco, particularmente vulnerável à Síndrome de Burnout, associada ao estresse crônico e à despersonalização. A pandemia da Covid-19 intensificou esse quadro ao ampliar as fronteiras do trabalho para o espaço doméstico e reduzir as possibilidades de apoio coletivo. Nesse contexto, Luz e Lisbôa (2022) defendem a necessidade de ampliar a discussão sobre a saúde mental dos educadores, superando abordagens restritas à clínica individual e incorporando políticas institucionais de prevenção e promoção da saúde.

Fundamentadas em Amarante (2007), as autoras propõem compreender a saúde mental como campo interdisciplinar e territorial, que articula dimensões sociais, culturais e políticas da vida. A partir de Dejours (1992), argumentam que a organização do trabalho docente (marcada pela repetição, competitividade e isolamento) produz desgaste físico e psíquico, bloqueando o reconhecimento e o sentido do trabalho. A intensificação das demandas e a ausência de vínculos afetivos no ambiente escolar potencializam a insatisfação, a fadiga e a vulnerabilidade emocional.

Entre os fatores responsáveis pelo adoecimento docente, Luz e Lisbôa (2022) destacam os baixos salários, a desvalorização profissional, a violência simbólica e física nas escolas, o desrespeito dos alunos, a pressão por produtividade, a perda de garantias trabalhistas e o despreparo institucional para lidar com a complexidade do cotidiano escolar. Citando relatório do Tribunal de Contas da União (2014), as autoras lembram que o país apresenta déficit de mais de 32 mil professores do ensino médio e insuficiência na formação de gestores e coordenadores pedagógicos, o que agrava a sobrecarga e o sofrimento no trabalho.

Silva et al. (2023) acrescentam uma perspectiva relacional à análise do trabalho docente, definindo-o como uma “profissão do conhecimento” cuja essência está no vínculo humano. Em pesquisa com 249 professores da rede pública do Rio Grande do Sul, os autores observaram altos índices de estresse (71,5%), esgotamento emocional (47,8%) e percepção de desvalorização (72,7%), embora parte expressiva manifeste satisfação e orgulho pela profissão. A predominância feminina na amostra (64,7%) reforça a sobreposição de múltiplas jornadas, em que as mulheres acumulam responsabilidades familiares e profissionais, acentuando o desgaste físico e mental (Cardoso; Nunes; Moura, 2019). Mesmo entre os docentes que relatam prazer em ensinar, o sentimento de falta de reconhecimento institucional é predominante. Além disso, 33,7% declararam fazer uso de medicação de uso contínuo, o que, segundo Firbida e Vasconcelos (2019), evidencia a crescente medicalização do sofrimento docente e a tendência de tratar o problema como questão individual, despolitizando suas causas estruturais.

As pesquisas analisadas convergem na compreensão de que o sofrimento mental docente resulta de múltiplos determinantes: econômicos, organizacionais e simbólicos e não de fragilidades pessoais. O adoecimento aparece como expressão das contradições entre as exigências neoliberais de produtividade e o sentido humanizador da educação. Apesar disso, a docência mantém uma dimensão de realização, relacionada à experiência de ensinar, aprender e transformar a si e aos outros.

ENSINAR EM TEMPOS DE CRISE: À DOCÊNCIA DE HISTÓRIA NO CONTEXTO DA PANDEMIA

A pesquisa de Fialho e Neves (2022) analisa como professores brasileiros enfrentaram os desafios impostos pela pandemia da Covid-19 e pelo ensino remoto emergencial, destacando que o isolamento social provocou profundas alterações na práxis docente. As autoras evidenciam que a falta de infraestrutura tecnológica, a desorganização das rotinas e a ausência de políticas de suporte tornaram o trabalho docente mais complexo e desigual. O estudo aponta que as dificuldades no acesso à internet e aos equipamentos, somadas à carência de formação tecnológica, expuseram a exclusão digital de alunos e famílias, comprometendo a efetividade do processo de ensino-aprendizagem.

Outro aspecto central discutido por Fialho e Neves (2022) refere-se ao agravamento das condições de trabalho e à saúde mental dos professores. A sobrecarga de tarefas, a pressão por resultados e a ausência de fronteiras entre o espaço doméstico e o profissional ampliaram os níveis de exaustão, ansiedade e adoecimento físico e emocional. As autoras associam esses efeitos à precarização histórica do trabalho docente no Brasil, marcada por jornadas extensas, baixos salários e ausência de apoio institucional, condições que a pandemia apenas intensificou. Nesse contexto, o ensino remoto emergencial tornou-se expressão de um modelo de educação improvisado, que demandou dos professores adaptações urgentes, muitas vezes solitárias e desassistidas.

Em diálogo direto com o objeto deste artigo, a pesquisa de Rangel e Amaral (2022) investiga as repercussões da pandemia da Covid-19 sobre o trabalho de professores de História, focalizando como esses educadores vivenciaram a transição abrupta para o ensino remoto emergencial. O estudo mostra-se particularmente relevante por analisar os processos de reconstrução das práticas pedagógicas e o enfrentamento das limitações impostas pelo novo formato de ensino, oferecendo subsídios importantes para compreender os efeitos da crise sanitária sobre a didática e as condições de trabalho docente.

As autoras observam que, diante da instabilidade e da fluidez do conhecimento, tornou-se ainda mais urgente o desenvolvimento de uma educação problematizadora, capaz de articular o contexto social dos estudantes e promover a criticidade e a criatividade no processo de aprendizagem. Inspiradas em Paulo Freire (1996; 1987), as autoras defendem que o ensino de História, sobretudo em tempos de crise, deve se afastar da lógica bancária e aproximar-se de uma pedagogia dialógica e libertadora.

Ensinar, nesse sentido, não é transmitir conteúdos, mas criar condições para a construção compartilhada do conhecimento. O professor, ao exercitar a escuta e o diálogo, ensina e aprende simultaneamente, compreendendo que a prática educativa se fundamenta na liberdade e no pensamento crítico, e não na reprodução de ideologias opressoras. Essa perspectiva reforça que o ensino remoto, embora limitado, poderia ser também espaço de reinvenção, desde que sustentado por uma postura crítica e reflexiva.

Rangel e Amaral (2022) articulam ainda as reflexões de Chassot (2003) e de Cristóvão e Nobre (2011) para argumentar que a inovação pedagógica não se resume ao uso de tecnologias, mas à adoção de metodologias que promovam a autonomia, a criação e a cooperação. Citando Barreto e Rocha (2020), as autoras lembram que, durante a pandemia, mesmo professores familiarizados com recursos tecnológicos enfrentaram grandes dificuldades de adaptação, impactados pelas desigualdades sociais e pela precarização das condições de trabalho. No caso dos professores de História, esses desafios se somaram à necessidade de ressignificar o ensino de uma disciplina que, por natureza, requer diálogo, contextualização e reflexão crítica sobre o tempo presente.

A referida pesquisa utilizou uma abordagem qualitativa com o objetivo de compreender as práticas de professores de História no contexto do ensino remoto emergencial. O estudo combinou revisão bibliográfica, análise de documentos institucionais e investigação empírica em um instituto federal de Minas Gerais, envolvendo dois docentes de História que atuavam no 1º ano do Ensino Médio em 2020 e 2021. A escolha desse grupo se justificou pela relevância do primeiro ano, etapa de transição que exige maior sensibilidade docente, sobretudo diante da descontinuidade imediata das aulas presenciais. As turmas de 2020 iniciaram suas atividades de modo presencial, migrando para o ERE após o primeiro mês, enquanto as de 2021 já começaram no formato remoto, o que permitiu observar experiências distintas em um mesmo contexto.

Nessa pesquisa referenciada um dos participantes relatou sentimento de frustração e pessimismo diante da baixa participação dos estudantes e do aumento expressivo da carga de trabalho, contrastando com resultados considerados insuficientes. O outro reconheceu também a sobrecarga, mas interpretou o momento como uma oportunidade de reflexão sobre a prática. Ambos, no entanto, manifestaram preocupação com a fragilidade do processo de aprendizagem e com o nível de construção do conhecimento histórico alcançado pelos alunos. Rangel e Amaral (2022), compreendem a pandemia como expressão de uma sociedade desigual, na qual o processo educativo tende a reproduzir injustiças e exclusões.

Quanto às dificuldades dos estudantes, houve consenso entre os participantes: o ambiente doméstico inapropriado para o estudo, a falta de acesso a equipamentos e à internet e a escassa autonomia dos alunos afetaram significativamente o processo de aprendizagem. Sobre o envio de materiais impressos como tentativa de reduzir desigualdades, um dos docentes avaliou que a estratégia teve efeito parcial, enquanto o outro considerou-a ineficaz. As autoras observam que tais respostas evidenciam a manutenção das desigualdades e o aumento da frustração docente diante de esforços que não produziram o retorno esperado.

Por fim, quando convidados a relatar situações marcantes vividas durante o ERE, um dos professores destacou negativamente a sensação de isolamento, descrevendo “a estranha sensação de estar falando com ninguém”, enquanto o outro relatou uma experiência positiva, ao ver textos produzidos pelos alunos serem selecionados para compor o material didático da disciplina, um gesto simbólico de resistência e valorização da autoria discente.

Em termos gerais, os estudos revisados e as vozes docentes neles presentes demonstram que a pandemia de Covid-19 intensificou o adoecimento e a precarização do trabalho docente, mas também fez emergir práticas de resistência e esforços de reconstrução de sentido no exercício da profissão. Esses elementos, articulados ao contexto mais amplo de precarização e de reconfiguração das relações escolares, oferecem subsídios para compreender e mensurar os dados empíricos que serão apresentados nas seções seguintes deste artigo e que foram produzidos no contexto da pesquisa desenvolvida.

CAMINHOS METODOLÓGICOS: ABORDAGEM, INSTRUMENTOS E SUJEITOS DA PESQUISA

Minayo et al. (2009) compreendem que teoria e metodologia constituem dimensões indissociáveis da investigação científica, uma vez que o percurso metodológico é orientado pelos pressupostos teóricos que fundamentam a pesquisa. Nessa perspectiva, a metodologia não se restringe ao conjunto de procedimentos técnicos empregados na produção dos dados, mas envolve também as escolhas metodológicas que orientam a investigação, os instrumentos utilizados para operacionalizar o conhecimento e a atuação do pesquisador. Assim, o desenvolvimento da pesquisa depende da articulação entre método, técnicas e da capacidade analítica, interpretativa e criativa do pesquisador para compreender a realidade investigada.

Todo processo investigativo nasce de um problema concreto, de uma dúvida ou de uma inquietação da vida prática. O corpo teórico que sustenta essa busca é formado pelos conhecimentos acumulados por outros estudiosos, que oferecem diferentes explicações ou

compreensões sobre determinado fenômeno. Contudo, nenhuma teoria, por mais consistente que seja, é capaz de dar conta integralmente da complexidade dos processos sociais.

A pesquisa qualitativa, opção metodológica deste trabalho, segundo Minayo et al. (2009), constitui uma prática artesanal e criativa, sustentada por uma linguagem conceitual rigorosa e por procedimentos que se constroem com ritmo e lógica próprios. Para fins operacionais, esse tipo de investigação desenvolve-se em três etapas interdependentes: (1) fase exploratória, (2) trabalho de campo e (3) análise e tratamento do material empírico e documental.

No presente estudo, a fase exploratória envolveu a elaboração do projeto de pesquisa e a definição dos procedimentos necessários à entrada em campo, incluindo o levantamento de contatos com os professores e a construção dos instrumentos de coleta. O trabalho de campo, por sua vez, materializou a relação entre teoria e prática, por meio da aplicação de um questionário a professores de História egressos do ProfHistória, permitindo a aproximação com a realidade sobre a qual se formulou a pergunta de pesquisa. Como observa Minayo et al. (2009), o campo não é um espaço neutro, mas um território de interação e produção de conhecimento social.

Na pesquisa qualitativa, o objetivo não é quantificar opiniões, mas compreender o conjunto de significados e representações que os sujeitos constroem sobre o fenômeno investigado. Por isso, as fronteiras entre coleta, análise e interpretação são porosas e dinâmicas. O essencial é avaliar criticamente o material disponível e reconhecer que o envolvimento do pesquisador com os participantes é parte constitutiva do processo investigativo, e não um elemento a ser eliminado.

A pesquisa desenvolveu um questionário *on-line*, elaborado no *Google Forms*, destinado aos professores-alunos egressos do ProfHistória da UFRJ, turmas de 2020, 2022 e 2023. O instrumento continha aproximadamente 30 questões distribuídas em três blocos temáticos: o primeiro voltado aos dados pessoais e profissionais; o segundo, às condições de atuação docente durante a pandemia; e o terceiro, às percepções sobre o pós-pandemia e o bem-estar docente.

Participaram do estudo 12 professores, sendo seis do sexo masculino e seis do sexo feminino. Em relação à raça-etnia, seis participantes se autodeclararam pardos, três brancos e três pretos. Oito docentes são oriundos da capital do Rio de Janeiro, dois do interior fluminense, um de Minas Gerais e um do Espírito Santo. Quanto ao vínculo profissional, oito são servidores públicos concursados, três atuam simultaneamente nas redes pública e privada, e um não respondeu.

Um dado relevante é a composição de gênero: 50% dos participantes são homens. Proporção que contrasta com a predominância feminina historicamente observada na docência, conforme indicado nas pesquisas analisadas neste trabalho. Também merece destaque o fato de que três quartos dos participantes se declararam pretos ou pardos, percentual compatível com o perfil racial evidenciado pelo Censo Demográfico 2022 (IBGE, 2023), no qual a população autodeclarada preta e parda corresponde à maioria da população brasileira, o que reforça a importância das políticas de cotas raciais na ampliação do acesso à formação docente e à pós-graduação.

Os dados também confirmam tendências já observadas na Educação Básica: apenas metade dos participantes leciona exclusivamente História. Entre os demais, há professores que atuam concomitantemente em Filosofia, Geografia, Sociologia e Ensino Fundamental I. A multiplicidade de disciplinas e vínculos evidencia a sobrecarga do trabalho docente e a necessidade de complementar renda em diferentes redes de ensino. Quanto ao número de turmas, quatro professores afirmaram lecionar em mais de 15 turmas, outros quatro entre 10 e 15, e apenas quatro em menos de 10. Esses números revelam uma intensa jornada de trabalho, que reflete os baixos salários e se traduz em altos níveis de estresse e exaustão, gerando efeitos diretos no processo de ensino-aprendizagem, questão que será retomada na análise dos resultados.

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS DA PESQUISA

A análise dos dados obtidos por meio do questionário aplicado aos professores de História egressos do ProfHistória/UFRJ foi orientada pelo objetivo de compreender como esses docentes vivenciaram o período pandêmico e pós-pandêmico, as reconfigurações de suas práticas pedagógicas e os efeitos emocionais e laborais produzidos. As respostas permitem analisar as repercussões da pandemia nas condições de trabalho, nas relações institucionais e no exercício da docência durante o ensino remoto emergencial.

Na pesquisa, constatou-se que 50% dos participantes consideraram o ensino remoto emergencial como o fator que mais incidiu sobre o trabalho docente durante a pandemia. Um participante afirmou não ter percebido efeitos significativos, dois relataram aumento da carga horária, um mencionou redução dessa carga, outro citou a suspensão temporária do contrato de trabalho e um participante relatou ter perdido o emprego.

Quando questionados sobre a relação entre o ensino remoto e a gestão escolar, 50% dos professores afirmaram ter se sentido pressionados, mas conseguiram cumprir individualmente as

tarefas estabelecidas; 16,67% relataram sentir-se sobrecarregados diante das múltiplas exigências; e 33,33% reconheceram ter recebido apoio da direção escolar. Esses dados revelam um contexto marcado por contradições institucionais e sobrecarga emocional, em que o cumprimento das demandas profissionais ocorreu, em grande parte, de forma solitária, refletindo o enfraquecimento das redes de apoio externas e a intensificação do trabalho docente durante a pandemia.

Considerando o conjunto dos dados, nota-se que o ensino remoto emergencial intensificou desigualdades e ampliou a sensação de isolamento docente, transformando a casa do professor em espaço de trabalho contínuo, sem fronteiras entre o pessoal e o profissional. Os resultados obtidos dialogam com as conclusões de Fialho e Neves (2022), que apontam o ensino remoto emergencial como um dos fatores mais expressivos de intensificação do trabalho e de desgaste emocional dos docentes.

Rangel e Amaral (2022) reforçam essa leitura ao indicar que, entre os professores de História, a necessidade de repensar práticas e conteúdos em ambiente digital revelou não apenas lacunas estruturais, mas também a urgência de metodologias mais dialógicas e críticas. Assim, a precarização material articulou-se à fragilidade pedagógica e ao esgotamento emocional, conformando um contexto de trabalho marcado por múltiplas pressões, em que a docência se manteve, sobretudo, pelo compromisso ético dos professores com seus estudantes.

Ao aprofundar a análise, buscou-se identificar as principais dificuldades enfrentadas pelos professores de História durante o ensino remoto emergencial. As respostas dos doze participantes apontam um conjunto de desafios recorrentes, que vão desde a precariedade das condições materiais até a sobrecarga emocional e pedagógica. A dificuldade mais mencionada foi a instabilidade das conexões e a lentidão da internet, como sintetizou um dos docentes: “a internet, muitas vezes, ficava sem conexão ou estava lenta” (Questionário 8). Além disso, a ausência de formação tecnológica adequada obrigou muitos professores a aprenderem sozinhos a operar ferramentas como o *Google Meet* e plataformas de postagem de atividades: “tive que aprender a trabalhar com o *Google Meet*, postar atividades e pequenos filmes” (Questionário 2).

Os relatos também evidenciam o enfraquecimento do vínculo pedagógico com os alunos, provocado pela baixa participação e pelas dificuldades de acesso. Um dos professores observou que “muitos estudantes não estavam aprendendo ou prestando atenção nas aulas, o que prejudicava a construção do conhecimento” (Questionário 4). Em contextos interioranos, a desigualdade foi ainda mais acentuada: “os alunos, em maioria, não tinham acesso à tecnologia nem à internet” (Questionário 5). Esses relatos revelam que o ERE aprofundou desigualdades já

existentes e impôs novas exigências à docência, transferindo para os professores a responsabilidade de manter o processo educativo em condições adversas.

Outra questão apresentada aos participantes buscou identificar as possíveis vantagens do ensino remoto emergencial. Apesar das inúmeras dificuldades e críticas registradas, alguns professores apontaram aspectos positivos que merecem consideração. Entre eles, destacam-se a aprendizagem em um novo contexto e a superação de dificuldades iniciais, a flexibilização da carga horária e o domínio de novas ferramentas e metodologias digitais. Um dos docentes sintetizou essa percepção dizendo: “aprendizagem no novo contexto, superação de dificuldades” (Questionário 1). Outro ressaltou a oportunidade de “ampliar o material metodológico das aulas, desenvolvendo slides e materiais diferenciados” (Questionário 5). Houve também quem destacasse a boa infraestrutura da escola e o acesso dos alunos à internet, o que permitiu o uso de recursos como o *Google Meet*, vídeos e documentários: “as aulas ocorreram ao vivo e ficaram mais completas e interessantes” (Questionário 4).

Esses relatos sugerem que, para parte dos professores, o ERE representou uma experiência de aprendizagem profissional forçada, mas fecunda, marcada pela incorporação de recursos tecnológicos e pela experimentação de novas metodologias. Contudo, 25% dos participantes afirmaram não ter identificado qualquer vantagem nesse formato de ensino, ressaltando o caráter excludente da modalidade e a perda do convívio escolar. Um dos depoimentos expressa claramente essa percepção: “a escola, na minha opinião, é um refúgio para os alunos; é marcada pelo convívio. Eu não gostei de ter ficado em casa” (Questionário 10).

De modo geral, as respostas revelam uma ambivalência característica do período: ao mesmo tempo em que o ERE impôs obstáculos e sobrecarga, também proporcionou oportunidades de reinvenção didática e reflexão sobre o próprio fazer docente. No caso dos professores de História, a ampliação do repertório tecnológico e a reorganização das estratégias de ensino se configuraram como aprendizagens relevantes, embora marcadas por condições desiguais de acesso e por um contexto de trabalho emocionalmente desgastante.

Rangel e Amaral (2022) observam que a adversidade imposta pelo ensino remoto despertou nos docentes a necessidade de reconfigurar suas práticas, transformando o domínio das tecnologias em oportunidade de reflexão crítica sobre o ensino de História e seus sentidos formativos. De modo semelhante, Fialho e Neves (2022) apontam que, embora a pandemia tenha intensificado o sofrimento e a sobrecarga, também revelou a capacidade de resistência e criatividade dos professores, que buscaram sustentar o vínculo pedagógico mesmo em condições desfavoráveis. Assim, as supostas vantagens do ERE não se traduzem em ganhos estruturais, mas

em compromisso ético que reafirmam a centralidade do professor como sujeito ativo na construção de respostas educativas em tempos de crise.

Como alertam Nóvoa e Alvim (2021), a pandemia também abriu espaço para discursos que, sob o pretexto da inovação, reforçam o *solucionismo tecnológico* e o *consumismo pedagógico*, esvaziando a dimensão pública e humanizadora da escola. Os autores chamam atenção para as ilusões recorrentes de que a educação pode ocorrer “em qualquer lugar” ou de que a pedagogia pode ser substituída pelas tecnologias “dopadas pela inteligência artificial” (Nóvoa; Alvim, 2021, p. 4). Tais discursos, ao negarem a centralidade do professor e da mediação pedagógica, fragilizam o sentido social da escola e aprofundam as desigualdades de acesso ao conhecimento.

Nóvoa e Alvim (2021) lembram que a educação não se realiza por mera imersão no meio social, mas requer mediação entre o sujeito e os modelos culturais e é essa mediação que a escola pública garante. Em meio à crescente virtualização da vida, é na escola, espaço físico e simbólico de encontro, que persistem as possibilidades de convivência, diálogo e emancipação. Como afirmam os autores, “a escola, com todos os seus defeitos e limites, é ainda uma das poucas instituições que pode proteger os mais pobres e vulneráveis” (Nóvoa; Alvim, 2021, p. 8).

Os dados da pesquisa, em diálogo com a literatura anteriormente analisada, revelam uma percepção consensual entre os professores entrevistados: as consequências da pandemia de Covid-19 foram profundas e, em muitos aspectos, irreparáveis. Ainda assim, todos os participantes afirmaram não ter se ausentado sistematicamente do trabalho no período pós-pandemia. Essa constatação sugere que, embora o sofrimento e o desgaste sejam reconhecidos, eles não se traduziram em afastamentos recorrentes, o que pode indicar tanto o compromisso com a docência quanto a naturalização de condições adversas de trabalho.

Esse dado relativiza algumas hipóteses iniciais sobre o impacto direto da pandemia na atuação docente. Embora os efeitos psicológicos tenham sido amplamente relatados em estudos nacionais e internacionais, os resultados aqui obtidos apontam para uma dimensão de resistência e de resignificação do trabalho. É possível que o sentido de pertencimento à escola, o vínculo com os estudantes e a necessidade de reconstruir a normalidade após o isolamento tenham funcionado como mecanismos subjetivos de sustentação da atividade docente, mesmo em meio a fragilidades emocionais.

As respostas à pergunta sobre atividades consideradas gratificantes no retorno às aulas presenciais reforçam essa interpretação. O reencontro com os alunos, o convívio presencial e a

retomada do ambiente coletivo da sala de aula foram mencionados como experiências simbólicas de reconstrução e afeto. Os professores destacam que a pandemia, embora tenha intensificado o sofrimento e a sobrecarga, também humanizou as relações escolares e ampliou a consciência sobre o valor da presença, do diálogo e do contato direto.

Os relatos também indicam a percepção de mudanças significativas entre os estudantes: aumento dos casos de ansiedade e desmotivação, perda de vínculos e fragilidades cognitivas decorrentes do longo período de ensino remoto. A docência foi vivida, nesse contexto, como exercício de reconstrução, não apenas das aprendizagens, mas dos laços afetivos e da saúde emocional coletiva.

Um aspecto recorrente nos depoimentos refere-se à desigualdade social, que se acentuou de forma dramática durante o ensino remoto. Professores relataram situações de alunos sem acesso à internet, dividindo um único celular entre familiares, ou deslocando-se a locais públicos para acessar redes gratuitas. Esses episódios desencadearam uma reflexão ética entre os docentes, que reconheceram a disparidade entre suas condições funcionais e a realidade de vulnerabilidade enfrentada por muitos estudantes.

De modo geral, as percepções dos participantes evidenciam que o período pós-pandêmico foi atravessado por tensões entre o esgotamento acumulado e o impulso de retomar sentidos para o trabalho docente. A docência, ainda atravessada pelo sofrimento e pela precarização, reafirma-se como espaço de vínculo e sentido, em que o retorno à escola assume também um caráter de reparação simbólica e emocional. Mais do que retomada das rotinas, trata-se de uma reconstrução da própria experiência de ser professor em um tempo de incertezas e transformações profundas.

CONCLUSÃO

A análise desenvolvida ao longo deste artigo permitiu compreender que a pandemia da Covid-19 funcionou como um catalisador das contradições históricas que atravessam o trabalho docente no Brasil. Longe de representar um fenômeno isolado, a crise sanitária expôs e intensificou a precarização das condições de ensino, a sobrecarga emocional e a fragilidade das políticas públicas voltadas à valorização e ao cuidado com os professores. No caso dos docentes de História, esses desafios assumiram contornos particulares, ao exigir a reinvenção de práticas que dependem essencialmente da mediação, do diálogo e da problematização.

Os resultados da pesquisa evidenciam que o ensino remoto emergencial ampliou o volume e a intensidade das tarefas, dissolvendo as fronteiras entre o trabalho e a vida pessoal.

Apesar disso, não se observou um afastamento sistemático dos docentes de suas atividades, o que demonstra tanto a responsabilidade ética com a profissão quanto a aceitação de contextos laborais desfavoráveis. O dado revela uma forma paradoxal de resistência: ao mesmo tempo em que sofrem os efeitos do adoecimento e da desvalorização, os professores sustentam a escola como espaço de vínculo, afeto e sentido, reafirmando o valor social e político da docência.

As falas e experiências relatadas pelos participantes também permitem afirmar que, para além do sofrimento, o período pandêmico possibilitou processos de aprendizagem e reconstrução identitária. Muitos professores de História relataram a incorporação de novas ferramentas tecnológicas e o redimensionamento das relações pedagógicas, o que demonstra a capacidade de adaptação e criação em meio à adversidade. Contudo, tais experiências não devem ser romantizadas, pois ocorreram em um contexto de desigualdade estrutural, marcado pela ausência de suporte institucional e pela intensificação do controle sobre o trabalho.

Ao articular os resultados empíricos com a literatura revisada, constata-se que o adoecimento docente não decorre de fragilidades individuais, mas de condições objetivas e simbólicas de exploração, desvalorização e isolamento. Retomar a centralidade da saúde mental no debate educacional implica reconhecer que o bem-estar dos professores é indissociável de políticas de carreira, de tempo para estudo e planejamento, de infraestrutura adequada e de práticas coletivas de solidariedade e escuta. Cuidar do professor é, portanto, cuidar da própria escola pública e de sua função social.

Conclui-se que a docência em História, especialmente no contexto pós-pandemia, constitui um espaço de contradições, mas também de possibilidades. Se, de um lado, o cenário revelou o esgotamento de um modelo de gestão educacional baseado em metas e resultados, de outro, reafirmou a importância do diálogo, da empatia e da prática pedagógica crítica como fundamentos de uma educação emancipadora. Em tempos de incertezas e de precarização, os professores de História permanecem como sujeitos fundamentais na defesa de uma escola pública democrática e humanizadora, cuja potência se renova justamente nas experiências de resistência e reinvenção que marcaram o período investigado.

REFERÊNCIAS

AMARANTE, Paulo. **Saúde mental e atenção psicossocial**. 2. ed. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007.

BARRETO, Andreia; ROCHA, Daniele. Covid-19 e educação: resistências, desafios e (im)possibilidades. **Revista Encantar: Educação, Cultura e Sociedade**, Bom Jesus da Lapa, v. 2, p. 1–11, 2020. Disponível em: <https://www.revistas.uneb.br/encantar/article/view/8480>. Acesso em: 6 jul. 2026.

BATISTA, J. B. V. et al. Prevalência da síndrome de burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, Pernambuco, p. 502–512, 2010. Disponível: <https://doi.org/10.1590/S1415-790X2010000300013> Acesso em: 6 jul. 2026.

CARDOSO, Jafé da Silva; NUNES, Claudio Pinto; MOURA, Juliana Silva. Adoecimento docente: uma breve análise da saúde de professores do município de Medeiros Neto/BA. **Revista Teias**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 57, p. 125–140, 2019. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/revistateias/article/view/39552>. Acesso em: 6 jul. 2026.

CHASSOT, Attico. Alfabetização científica: uma possibilidade para a inclusão social. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, n. 22, p. 89–100, jan./abr. 2003. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbedu/> Acesso em: 6 jul. 2026.

CRISTOVÃO, H. M.; NOBRE, I. A. M. Software educativo e objetos de aprendizagem. In: NOBRE, I. A. M.; et al. **Informática na educação: um caminho de possibilidades e desafios**. Serra/ES: IFES, 2011. p.126-159.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho**. 5. ed. São Paulo: Cortez/Oboré, 1992.

FIALHO, Lia; NEVES, Vanusa. Professores em meio ao ensino remoto emergencial: repercussões do isolamento social na educação formal. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 48, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202248260256por>. Acesso em: 6 jul. 2026.

FIRBIDA, Fabíola; VASCONCELOS, Mario. A construção do conhecimento na Psicologia: a legitimação da medicalização. **Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v. 23, p. 1–8, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-35392019016120>. Acesso em: 6 jul. 2026.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 25. ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. 17. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Censo Demográfico 2022: Características da população e dos domicílios: resultados do universo**. Rio de Janeiro: IBGE, 2023. Disponível em: <https://censo2022.ibge.gov.br/>. Acesso em: 6 jul. 2026.

LUZ, Dulcinéia; LISBÔA, Carin. A saúde mental dos professores da rede pública que atuam no ensino médio: uma contribuição do fazer da psicologia. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental**, Florianópolis, v.14, n.41, p.19–37, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/71246>. Acesso em: 6 jul. 2026.

MINAYO, Maria Cecília; DESLANDES, Suely; GOMES, Romeu; NETO, Otávio. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 28. ed. Petrópolis: Vozes, 2009.

NÓVOA, Antônio; ALVIM, Yara. Os professores depois da pandemia. **Educação & Sociedade**, Campinas, v. 42, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/ES.249236> Acesso em: 6 jul. 2026.

RANGEL, Kecielly; AMARAL, Sandra. Desafios da prática educativa dos professores de História no ensino remoto emergencial de um Instituto Federal do Estado de Minas Gerais. **Debates em Educação**, Maceió, v. 14, n. 35, p. 279–293, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufal.br/debateseducacao/article/download/12729/9934> Acesso em: 6 jul. 2026.

ROCHA, G. dos S.; RUFATO, F. D.; ROSSETTO, E. Saúde mental docente: uma revisão teórico-bibliográfica. In Congresso Nacional de Educação, 7. 2022. **Anais[...]**. Universidade Estadual do Oeste do Paraná, 2022. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/80697> Acesso em: 6 jul. 2026.

SILVA, Jerto; LEAL, Luiza; SCHMIDT, Stafanie.; FUHR, Maiara; SARAIVA, Eduardo. Saúde mental, adoecimento e trabalho docente. **Psicologia Escolar e Educacional**, Santa Cruz do Sul, v. 27, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/pnKjTfs7s9VrzJGMhTsMPSG/?lang=pt> Acesso em: 6 jul. 2026.

TOSTES, Maisa; ALBUQUERQUE, Guilherme; SILVA, Marcelo; PETTERLE, Ricardo. Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 42, n. 116, p. 87–99, jan./mar. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-1104201811607> Acesso em: 6 jul. 2026