

BURNOUT, ESTRESSE E CONFLITO ENTRE FAMÍLIA E TRABALHO EM PROFESSORES BRASILEIROS DURANTE A PRIMEIRA ONDA DA PANDEMIA DE COVID-19 – COMPARAÇÃO ENTRE HOMENS E MULHERES

Marcela Alves Andrade¹
Beatriz Suelen Ferreira de Faria²
Jéssica Andrade Cardoso Scotti Ferreira³
Maria Isabel Triches⁴
Tatiana de Oliveira Sato⁵

RESUMO:

A COVID-19 modificou as relações de trabalho em todo o mundo, afetando principalmente os professores. O início abrupto da pandemia e sua rápida disseminação causaram o fechamento das escolas e a adoção do ensino remoto de forma emergencial. Estas mudanças afetaram a saúde mental de todos, sendo que seu efeito em professores e professoras podem ser distintos, visto que o papel de homens e mulheres na sociedade é diferente. Assim, o objetivo do nosso estudo é comparar professores e professoras em relação ao *burnout*, estresse e conflito entre família e trabalho durante a primeira onda da pandemia. Os participantes deste artigo foram selecionados da coorte IMPPAC. Os critérios de inclusão foram: ser professor, acima de 18 anos, que estivessem trabalhando. A coleta de dados ocorreu de junho à setembro de 2020, por meio de formulários eletrônicos. Foram incluídos nesta amostra 358 professores de diversos níveis de ensino, sendo 63% mulheres e 37% homens. Os resultados demonstram diferença significativa entre homens e mulheres para o *burnout* e estresse. Não houve diferença para o conflito trabalho e família, porém ambos os grupos estão em níveis de alto risco. Diante disto, sugerimos que medidas preventivas sejam adotadas, com ênfase para os fatores que aumentam o risco de *burnout* e estresse nas professoras, possivelmente relacionados a demandas extra-ocupacionais.

PALAVRAS-CHAVE: COVID-19; docentes; teletrabalho; condições de trabalho; impacto psicossocial.

¹Doutoranda em fisioterapia UFSCar, maandrade@estudante.ufscar.br

²Estudante de fisioterapia UFSCar, beatrizsuelen.ferreira3@gmail.com

³Estudante de fisioterapia UFSCar, jessica.scotti@estudante.ufscar.br

⁴Mestranda em fisioterapia UFSCar, maria.isabel@estudante.ufscar.br

⁵Prof^a Dr^a orientadora UFSCar, tatisato@ufscar.br

INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19 é um marco na história da humanidade moderna, uma doença altamente contagiosa e com quadro evolutivo incerto. O mundo precisou agir rápido, tanto na pesquisa científica para tratamento e desenvolvimento de vacinas como nas medidas de enfrentamento da doença que estavam diretamente ligadas à restrição de contato entre as pessoas, higienização das mãos e uso de máscara.

Frente a este desafio, tanto a Organização Mundial da Saúde (OMS) quanto o Ministério da Saúde propuseram medidas de controle da pandemia como o distanciamento social, quarentena e isolamento social. Estas ações foram previstas na Lei 13.979/2020, cabíveis enquanto o país estiver em situação de emergência de saúde pública (BRASIL, 2020).

Diante deste cenário, o teletrabalho foi amplamente adotado, sendo caracterizado como uma modalidade de trabalho flexível com atividades realizadas à distância mediadas por tecnologias (TAVARES, 2017). Com o fechamento das instituições de ensino, a atuação dos professores de forma remota foi a estratégia comumente utilizada para a manutenção das atividades acadêmicas (LIZANA e FERNANDES, 2021).

Assim, o ensino remoto tornou-se uma das respostas rápidas de enfrentamento à pandemia, pois os serviços educacionais e a pesquisa científica podem ser razoavelmente realizados de forma online (CATANÃ, 2021). No entanto, os professores foram expostos a um cenário de imprevisibilidade pelas mudanças nos métodos educacionais tradicionais e pela falta de perspectiva de retorno ao trabalho presencial (MATIZ et.al., 2020; MONTEIRO, 2020).

Esta situação pode acentuar aspectos psicossociais desfavoráveis, advindos da sobrecarga de atividades, altas exigências e demandas de qualificação e desempenho, intensificação e ritmo de trabalho acelerado, redução do tempo para descanso e lazer, entre outros, que atuam como estressores responsáveis pela ocorrência de doenças ocupacionais (FREITAS, 2018).

Essas transformações na vida e trabalho dos professores pode colocar a saúde mental em risco, já que esta situação acentua ou cria estressores, diretamente relacionados à saúde ou às consequências econômicas e sociais advindas da mudança repentina e radical no estilo de vida (BROOKS et al., 2020; MONTEIRO, 2020). Sendo assim as repercussões psicossociais decorrentes das medidas de isolamento e distanciamento social, pode resultar em impactos negativos na saúde mental e na qualidade de vida das populações (ROCHA et al., 2021).

Os aspectos psicossociais são compostos por um conjunto de fatores que comprometem o bem-estar físico e mental dos profissionais no contexto de trabalho. As condições de trabalho, as novas exigências para o exercício profissional e as mudanças nas organizações, em virtude das mudanças econômicas, políticas ou sociais, são fatores de risco aos quais a profissão docente não fica isenta (BORGES et al., 2018).

Um estudo realizado na China entre janeiro e fevereiro de 2020 identificou que 54% dos entrevistados classificaram o impacto psicológico devido ao surto de COVID-19 como moderado ou grave, 29% relataram sintomas de ansiedade moderados a graves e 17% relataram sintomas depressivos moderados a graves (WANG et al., 2020). Pesquisadores do Chile identificaram situações de *technostress*, que é o estresse devido ao uso de tecnologias, em professoras que relataram fadiga e ansiedade com o uso da tecnologia como meio educacional devido a pandemia (ESTRADA-MUÑOZ et al. 2021). Uma pesquisa realizada no Brasil identificou que mulheres com alta escolaridade, brancas, com idade entre 31 e 59 anos e com alguma doença crônica, apresentaram aumento de depressão e ansiedade durante a pandemia de COVID-19 (FETER, 2021).

Assim, a urgência desse tema incentiva a avaliação dos aspectos psicossociais nesse grupo ocupacional, a fim de ampliar a compreensão em torno da percepção das condições de trabalho e dos processos de adoecimento. Por essa razão, nosso estudo tem como objetivo identificar quais são os riscos ergonômicos presentes na atividade em *home office* para os professores, observando a diferença entre homens e mulheres e quais os impactos psicossociais gerados durante a pandemia de COVID-19.

DESENVOLVIMENTO

Método

Trata-se de um estudo transversal com dados obtidos na linha de base da coorte IMPPAC (Implicações da pandemia de COVID-19 nos fatores psicossociais de trabalhadores brasileiros). O IMPPAC foi aprovado pelo Comitê Nacional de Ética em Pesquisa, conforme parecer número 4.166.321. A amostra foi composta por 358 professores brasileiros que responderam aos instrumentos e atenderam aos critérios de inclusão: ser professor em qualquer categoria de ensino, concordar em participar da pesquisa, ter emprego formal ou informal, estar trabalhando antes e durante a pandemia. Foram excluídos do estudo trabalhadores menores de 18 anos, estagiários, estudantes, bolsistas, aposentados e pensionistas.

Foram aplicados dois questionários, o sociodemográfico e ocupacional que continha questões sobre sexo, idade, estado civil, escolaridade, tipo de contrato de trabalho, profissão, setor de trabalho, função, trabalho em *home office* e o que mais atrapalha na execução do trabalho, se teve alguma alteração no trabalho, quanto a carga de trabalho, ao contrato de trabalho, renda, medo de perder o emprego e de ser contaminado no trabalho, infecção pelo *coronavírus* ou de alguém da sua família, manutenção das atividades a distância, capacitação e o uso de tecnologias. O segundo questionário utilizado foi o COPSOQ II-Br na versão curta, traduzida e adaptada para o português brasileiro. Este questionário possui 40 questões. As respostas são obtidas por meio de uma escala do tipo *Likert*, variando entre zero e quatro (GONÇALVES, 2019). Os domínios apresentados neste artigo são: conflito entre trabalho e família, estresse e *burnout*.

A coleta de dados da linha de base teve início em 29 de junho e término em 29 de setembro de 2020. Os formulários foram aplicados por meio eletrônico por meio do *Google Forms*. A pesquisa foi amplamente divulgada para os trabalhadores brasileiros por meio de redes sociais (*Facebook, Instagram, Whatsapp*), e-mail e mídia (televisão e jornais locais). O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi inserido no formulário.

As variáveis provenientes do questionário sociodemográfico e ocupacional foram analisadas com o auxílio do pacote estatístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS, versão 26.0). Foram calculados a frequência absoluta (n) e relativa (%), médias e desvio padrão. Para a comparação entre o sexo feminino e masculino foi aplicado o teste Qui-quadrado de associação para as variáveis qualitativas e o teste t para amostras independentes para as variáveis quantitativas. O nível de significância adotado foi de 5%.

Resultados

Dentre a amostra composta por 358 professores, 63% são do sexo feminino e 37% do sexo masculino, 55% relataram ter filhos, 66% possuem vida conjugal, 28% são solteiros e 6% divorciados. A média de idade dos participantes foi de 43 anos (DP=10,4), sendo que a idade mínima foi de 22 anos e a máxima de 72 anos. Aproximadamente 37% dos professores eram

do estado de São Paulo, 16% de Goiás, e 6% do Rio de Janeiro. Em relação aos hábitos de vida, 88% dos professores não fumam, 43% estavam com peso normal e 36% com pré-obesidade. Quanto ao trabalho, 99% estavam trabalhando em home office, 70% eram servidores públicos, 28% tinham contrato de trabalho em empresa privada e 2% eram autônomos. Não houve diferença entre os sexos para nenhuma variável sociodemográfica avaliada conforme na Tab. 1.

Tabela 1. Perfil sociodemográfico dos professores brasileiros participantes da coorte IMPPAC.

Variáveis	Total	Sexo		P
		feminino (n=226; 63%)	masculino (n=132; 37%)	
Idade, anos (média, DP)	n=358 (100%) 42,8 (10,4)	42,2 (10,3)	43,7 (10,6)	0,55
Estado civil (n, %)				
solteiro	99 (27,7)	65 (28,8)	34 (25,8)	0,72
casado ou união estável	235 (65,6)	147 (65,0)	88 (67,7)	
divorciado	23 (6,4)	13 (5,8)	10 (7,6)	
viúvo	1 (0,3)	1 (0,4)	0 (0)	
Possui filhos	197 (55,0)	121 (53,5)	76 (57,6)	0,45
Hábito de fumar	16 (4,5)	11 (4,9)	5 (3,8)	0,54
Uso de medicamentos	175 (48,9)	110 (48,7)	65 (49,2)	0,91
IMC				0,52
baixo peso	3 (0,8)	3(1,3)	0 (0,0)	
normal	151 (42,7)	117 (52,0)	34 (26,4)	
pré-obesidade	126 (35,6)	69 (30,7)	57 (44,2)	
obesidade grau I	53 (15,0)	26 (11,6)	27 (20,9)	
obesidade grau II	16 (4,5)	7 (3,1)	9 (7,0)	
obesidade grau III	5 (1,4)	3 (1,3)	2 (1,6)	

A renda foi um fator que sofreu alteração durante a pandemia, 20% disseram ter redução da renda e 80% disseram não ter redução da renda. A média do tempo de trabalho dos participantes foi de 14 anos (DP= 10,08), a média entre as mulheres foi de 13 anos (DP= 10,44) e os homens 15 anos (DP= 9,42), não houve diferença estatística entre os sexos ($p>0,52$).

Tabela 2. Perfil ocupacional dos professores brasileiros participantes do IMPPAC.

Variáveis	Sexo		P	
	Total			
	n=358 (100%)	feminino (n=226; 63%)	Masculino 132 (n=132; 37%)	
Contrato de trabalho (n, %)				
Autônomo	8 (2,2)	6 (2,7)	2 (1,5)	0,31
Contrato formal	101 (28,2)	69 (30,5)	32 (24,2)	
Funcionário público	249 (69,6)	151 (66,8)	98 (74,2)	
Carga de trabalho				
Aumentada	174 (48,6)	103 (45,6)	71 (53,8)	0,19
Mantida	144 (40,2)	99 (43,8)	45 (34,1)	
Reduzida	40 (11,2)	16 (12,1)	24 (10,6)	
Infecção pelo coronavírus				
Sim	8 (2,2)	5 (2,2)	3 (2,3)	0,49
Não	270 (75,4)	175 (77,4)	95 (72)	
Não sei	80 (22,3)	46 (20,4)	34 (25,8)	
Infecção familiar pelo coronavírus				
Sim	63 (17,6)	42 (18,6)	21 (15,9)	0,42
Não	241 (67,3)	154 (68,1)	87 (65,9)	
Não sei	54 (15,1)	24 (18,2)	30 (13,3)	
Medo de ser contaminado no trabalho				
Sim	256 (71,5)	160 (70,8)	96 (72,7)	0,69
Não	102 (28,5)	66 (29,2)	36 (27,3)	
Medo de perder o emprego				
Sim	138 (38,5)	89 (39,4)	49 (37,1)	0,67
Não	220 (61,5)	137 (60,6)	83 (62,9)	

Em relação aos aspectos psicossociais, podemos notar que 85% das mulheres e 72% dos homens estão na zona de risco para *burnout* ($P<0,01$); 84% das mulheres e 74% dos homens se encontram na zona de risco para estresse ($P<0,01$) e para o conflito família e trabalho 49% dos homens e 61% das mulheres estão em zona de risco ($P=0,86$) conforme representado na Fig. 1.

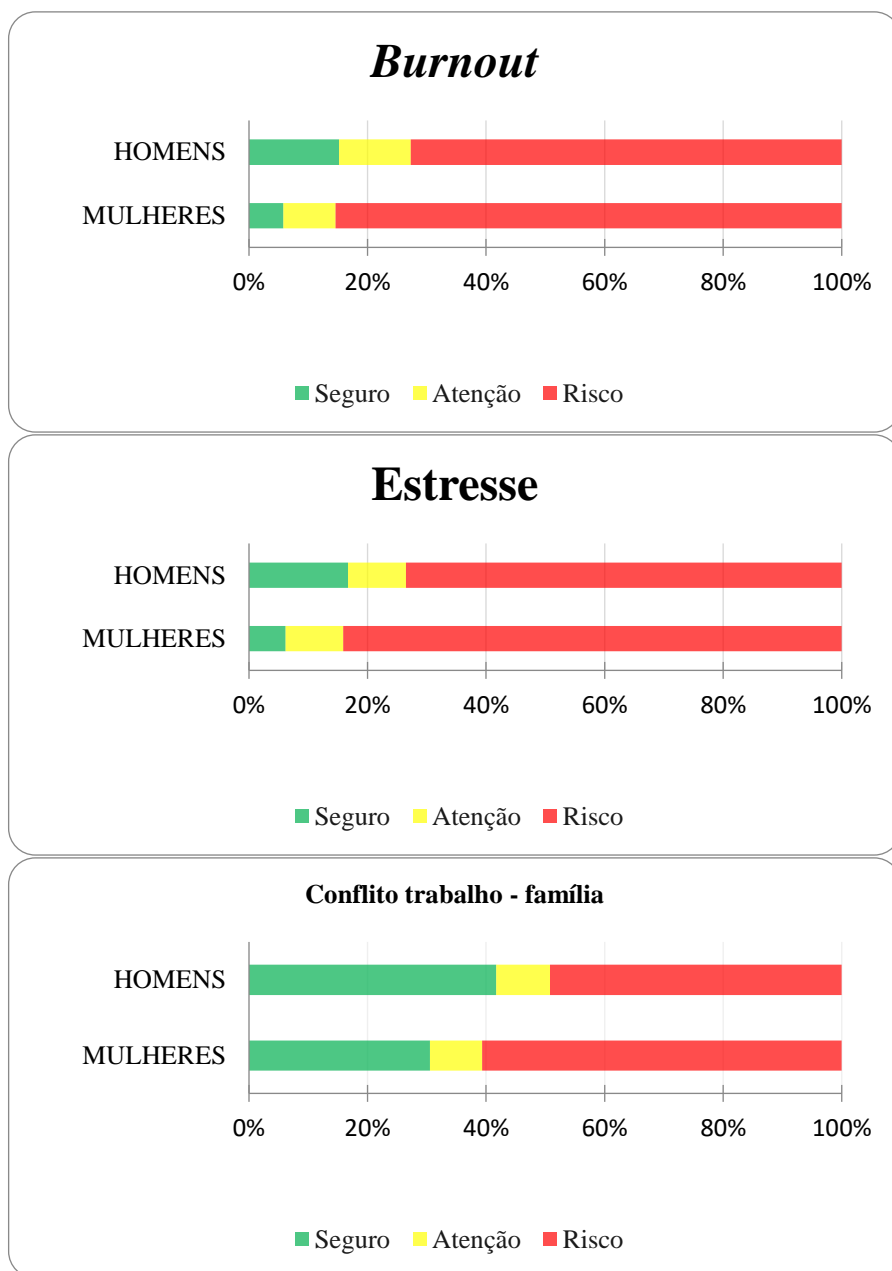


Figura 1. Resultado do COPSOQ II-Br para os domínios *burnout*, estresse e conflito família e trabalho separadamente para homens e mulheres.

Discussão

Este estudo demonstra que há risco organizacional para ambos os sexos visto que homens e mulheres tiveram a carga de trabalho aumentada durante o *home office*. A maioria são funcionários públicos, possuem filhos, não possuem o hábito de fumar e fazem o uso de medicamentos. O *home office* assume uma importância particular no caso de professoras com filhos em idade escolar, para quem o aumento da carga horária traz um conflito de papéis derivado das demandas de ambas as esferas e se sentem obrigadas a estender sua jornada de trabalho. Isso acaba levando à sobrecarga de trabalho e altos níveis de estresse, que são

aumentados pelas fronteiras imprecisas entre trabalho e família, resultantes da educação online, picos de trabalho e pressão de tempo ligada a prazos curtos e rígidos. A ambiguidade do papel é a soma das expectativas pessoais e externas sobre o comportamento apropriado para um papel, independentemente da pessoa que o ocupa (GARCÍA-GONZALEZ; TORRANO, 2020).

O estilo de vida, local de trabalho e autocuidado com algum dependente, idosos, crianças ou animal doméstico, associado ao aumento de horas trabalhadas podem aumentar as distrações e promover prejuízos para saúde mental para trabalhadores em *home office* (XIAO et al., 2021). Akour et al. (2020) retrata que a maioria (70%) dos participantes do seu estudo sofreram algum dano psicológico durante a pandemia e aponta que o maior enfrentamento dos docentes se deve ao maior envolvimento com a família (63%).

Em nosso estudo, ambos os sexos tiveram alto risco para o domínio conflito trabalho-família, sendo que também não houve diferença significativa entre os sexos em relação a ter filhos. Em um estudo realizado com trabalhadores em *home office* na Itália identificou que o isolamento social e o conflito trabalho-família estão associados a diminuição da produtividade e o do engajamento com trabalho, além de aumentar o estresse. Um ambiente caótico, caracterizado por distrações visuais e acústicas e falta de privacidade, promove um impacto negativo nas relações de trabalho (GALANTI, 2021). A sobrecarga mental afeta a motivação dos docentes, principalmente docentes do sexo feminino e torna o equilíbrio trabalho-família mais difícil (GARCÍA-GONZALEZ; TORRANO, 2020). Um estudo de revisão realizado por Santos et al (2021) mostrou que docentes se depararam com novas exigências que repercutiram tanto na rotina social quanto laboral, com aumento da carga horária, do ritmo e diversidade do trabalho, além de serem afetados em aspectos financeiros, afetivos e emocionais durante a pandemia da COVID-19. Sugere-se, assim, que o sexo masculino possa ter assumido atividades domiciliares em *home office* após a pandemia de COVID-19, com a mesma distribuição dos afazeres e cuidados com os filhos. Em um estudo na Áustria as mulheres tiveram mais sintomas depressivos e de estresse do que os homens durante o trabalho em *homeoffice* devido a pandemia (PIEH, BUDIMIR e PROBST, 2020). Outro estudo realizado nos Estados Unidos identificou que os sintomas de depressão entre as mulheres foi 3 vezes maior do que nos homens antes e depois do início da pandemia (ETTMAN et al., 2020).

Observamos em nossos resultados que o estresse foi um fator de risco tanto em homens quanto em mulheres, com mais comprometimento para as mulheres. Infere-se que o *home office* pode ser um fator responsável por criar estresse, excesso de tarefas, prazos apertados, atividades intensas e longas horas de trabalho, incapacidade de desligar e menos tempo de descanso (TAVARES, 2017). Semelhante ao nosso estudo, uma pesquisa realizada no Equador com 394 professores, também identificou maior prevalência de estresse nas mulheres; os autores apontam que esta diferença pode ser em razão dos papéis de gênero e distribuição desigual de tarefas domésticas entre homens e mulheres (HIDALGO-ANDRADE; HERMOSA-BOSANO; PAZ, 2021).

Pessoa (2015) aponta que os riscos psicossociais dos docentes, como a pressão no ambiente de trabalho, excessiva carga de trabalho física ou mental e a continuidade das tarefas de trabalho que muitas vezes se estendem ao lar e interferem nas relações familiares, influenciam a sua saúde mental, conforme observado pelo alto risco de adoecimento encontrado no nosso estudo. Assim, as evidências da literatura mostra situações de risco para a saúde dos docentes, tornando imperativa a avaliação dos riscos psicossociais, visando a proteção dessa classe de trabalhadores, de forma a promover condições de trabalho saudáveis e ao mesmo tempo incentivar a promoção da conciliação da vida profissional e familiar, minimizando essas situações de vulnerabilidade dos docentes (CAMPOS; VÉRAS; ARAÚJO, 2020).

Outro achado foi que a alta taxa de risco para o *burnout* como um importante impacto psicossocial gerados durante a pandemia de COVID-19. O *burnout* e o estresse são fatores de

risco que dificultam a conciliação do trabalho e da família (GARCÍA-GONZÁLEZ & TORRANO, 2020).

Um estudo realizado com professores do Canadá também identificou a presença exaustão algumas vezes por mês a uma vez por semana devido ao ensino remoto durante a pandemia de COVID-19 em professores (SOKAL, TRUDEL e BABB, 2021).

Truzoli, Pirota e Conte (2021), em pesquisa envolvendo 107 docentes italianos, evidenciaram uma alta porcentagem e diversidade de queixas relacionadas a sintomas psicossociais, mostrando que os docentes estudados apresentavam elevadas porcentagem de diagnóstico de depressão moderadas à grave (44%) e ansiedade de moderada à severa (25%). Esses autores atribuíram tais sintomas à dificuldades de adaptação ao teletrabalho.

Dogra e Kaushal (2021) ressalva que os docentes de ensino fundamental sentiram que o teletrabalho aumentou a carga de trabalho e diminuiu a produtividade e criatividade, enquanto os docentes do ensino básico e superior além da baixa produtividade, sentiram-se mais irritados. A maior parte da amostra dos professores relataram que devido ao estresse passaram a ter pior gerenciamento de tempo, o que resultou em mais problemas, tanto profissionais quanto pessoais. Essa má gestão se torna um grande obstáculo ao equilíbrio trabalho-família.

As emoções desempenham um papel fundamental no processo de ensino-aprendizagem. A motivação dos professores tem influência de fatores internos e externos, no que se diz respeito aos professores universitários, está motivação se relaciona nos diferentes tipos de atividade que exercem como estudo, pesquisa científica e publicações. Os fatos que motivam os docentes são características específicas que definem a profissão. A motivação também é influenciada se a atividade em questão é realizada por prazer ou para a satisfação derivada dessa atividade ou realizar metas visando um objetivo futuro, realizando tarefas como um meio e não um fim em si mesmo (ESPEJO-ANTUNEZ et al., 2021).

Sugere-se que pesquisas futuras investiguem os educadores que trabalham em casa durante a pandemia de COVID-19, uma vez que estes sofrem com o estresse causado pela pandemia e devem receber apoio psicossocial. O equilíbrio entre vida profissional e pessoal são essenciais no momento atual, em que os professores precisam trabalhar mais horas e não há desconexão entre a vida familiar e ocupacional. As responsabilidades da docência agora estão emaranhadas às atividades do lar, tornando a casa em um espaço estressante. Acrescenta-se nesse contexto ainda o estresse provocado pelas mudanças nas modalidades de aprendizagem, em razão da transição abrupta de aulas presenciais para aulas *online*, as quais desafiam os professores (MULDONG; GARICA; GOZUM, 2021). Enfim, os docentes que trabalham em casa perderam a demarcação entre o trabalho e a casa, sendo afetados pelo estresse e *burnout*, tornando-se uma população que precisa receber apoio psicossocial.

CONCLUSÃO

A indefinição dos limites entre o trabalho e a vida privada presente no teletrabalho influencia diretamente na sobrecarga dos professores e nos altos níveis de estresse e *burnout*. O ensino remoto acarreta demandas expressivas com prazos restritos aos professores. Nesse sentido, os riscos psicossociais, como a sobrecarga de trabalho física e mental e a continuidade das tarefas de trabalho que se estendem ao lar interferem nas relações familiares, podem afetar a saúde mental desses profissionais, especialmente do sexo feminino, podendo estar relacionada a jornada dupla pela sua responsabilidade do cuidado no ambiente domiciliar.

REFERÊNCIAS

AKOUR, A. AL-TAMMEMI, A. BARAKAT, M. KANJ, R. FAKHOURI, H. MALKAWI, A. MUSLEH, G. The impact of the COVID-19 Pandemic and Emergency Distance Teaching on the Psychological Status of University Teachers: A cross-Sectional Study in Jordan. **American Journal of Tropical Medicine and Hygiene**, v. 103, n. 6, p. 2391–2399, 2020.

BRASIL. Ministério da saúde. **Diretrizes para diagnóstico e tratamento da COVID-19**. Disponível em: <<https://covid.saude.gov.br/>> Acesso em: 01 de maio de 2020.

BORGES, S. L., SANTOS, C., SARAIVA, A., & POCINHO, M. T. Fatores de Risco Psicossociais em docentes do ensino superior. **Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social**, 2018, Vol. 4 (1): 22-33 DOI: 10.7342/ismt.rpics.2018.4.1.54

BROOKS SK, WEBSTER RK, SMITH LE, WOODLAND L, WESSELY S, GREENBERG N, RUBIN GJ. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **Lancet**. 2020 Mar 14;395(10227):912–920. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8.

CAMPOS, T.; VÉRAS, R. M.; ARAÚJO, T. M. de. Trabalho docente em universidades públicas brasileiras e adoecimento mental: uma revisão bibliográfica. **Revista Docência do Ensino Superior**, Belo Horizonte, v. 10, p. 1–19, 2020. DOI: 10.35699/2237-5864.2020.15193. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rdes/article/view/15193>. Acesso em: 11 ago. 2021.

CATANă, Ștefan-Alexandru; TOMA, Sorin-George; BARBU, Andreea. The Effects of the COVID-19 Pandemic on Teleworking and Education in a Romanian Higher Education Institution: an internal stakeholders perspective. **International Journal Of Environmental Research And Public Health**, [S.L.], v. 18, n. 15, p. 8180, 2 ago. 2021. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph18158180>.

DOGRA, Pallavi; KAUSHAL, Arun. Underlying the triple burden effects on women educationists due to COVID-19. **Education And Information Technologies**, [S.L.], p. 1-20, 16 jul. 2021. Springer Science and Business Media LLC. <http://dx.doi.org/10.1007/s10639-021-10645-6>.

ESPEJO-ANTÖNEZ, Luis; CORRALES-SERRANO, Mario; ZAMORA-POLO, Francisco; GONZÁLEZ-VELASCO, Miguel; CARDERO-DURÁN, María de Los Ángeles. What Are University Professors' Motivations? A Realistic Approach to Self-Perception of a Group of Spanish University Professors Belonging to the G-9 Group of Universities. **International Journal Of Environmental Research And Public Health**, [S.L.], v. 18, n. 15, p. 7976, 28 jul. 2021. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph18157976>.

ESTRADA-MUÑOZ, Carla; VEGA-MUÑOZ, Alejandro; CASTILLO, Dante; MÜLLER-PÉREZ, Sheyla; BOADA-GRAU, Joan. Technostress of Chilean Teachers in the Context of the COVID-19 Pandemic and Teleworking. **International Journal Of Environmental Research And Public Health**, [S.L.], v. 18, n. 10, p. 5458, 20 maio 2021. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph18105458>.

ETTMAN, Catherine K.; ABDALLA, Salma M.; COHEN, Gregory H.; SAMPSON, Laura; VIVIER, Patrick M.; GALEA, Sandro. Prevalence of Depression Symptoms in US Adults Before and During the COVID-19 Pandemic. **Jama Network Open**, [S.L.], v. 3, n. 9, p. 1-34, 2 set. 2020. American Medical Association (AMA). <http://dx.doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.19686>.

FETER, N.; CAPUTO, E.L.; DORING, I.R.; LEITE, J.s.; CASSURIAGA, J.; REICHERT, F.F.; SILVA, M.C. da; COOMBES, J.s.; ROMBALDI, A.J.. Sharp increase in depression and anxiety among Brazilian adults during the COVID-19 pandemic: findings from the pampa cohort. **Public Health**, [S.L.], v. 190, p. 101-107, jan. 2021. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.puhe.2020.11.013>.

FREITAS, Aline Macedo Carvalho. **Aspectos psicossociais do trabalho e qualidade do sono entre docentes de educação superior**. 2018. 116 f. Dissertação (Mestrado Acadêmico em Saúde Coletiva) - Universidade Estadual de Feira de Santana, Feira de Santana, 2018.

GALANTI, Teresa; GUIDETTI, Gloria; MAZZEI, Eleonora; ZAPPALÀ, Salvatore; TOSCANO, Ferdinando. Work from Home during the COVID-19 Outbreak. **Journal Of Occupational & Environmental Medicine**, [S.L.], v. 7, n. 63, p. 426-432, 20 abr. 2021. Ovid Technologies (Wolters Kluwer Health). <http://dx.doi.org/10.1097/jom.0000000000002236>.

GARCÍA-GONZALEZ, M., TORRANO, F., GARCÍA-GONZALEZ, G. Analysis of Stress Factors for Female Professors at Online Universities. **Internacional Journal of Environmental Research and Public Health** 2020 Apr; 17(8): 2958. doi: 10.3390/ijerph17082958

GONÇALVES, J S. Psychosocial aspects at work. São Carlos. Thesis [Doctorate in Physiotherapy] - Federal University of São Carlos; 2019. Available at: <https://repositorio.ufscar.br/bitstream/handle/ufscar/11763/Tese%20de%20doutorado_JSG_final.pdf.txt?sequence=4>. Accessed on: jan 20th, 2021.

HIDALGO-ANDRADE, Paula; HERMOSA-BOSANO, Carlos; PAZ, Clara. Teachers' Mental Health and Self-Reported Coping Strategies During the COVID-19 Pandemic in Ecuador: a mixed-methods study. **Psychology Research And Behavior Management**, [S.L.], v. 14, p. 933-944, jul. 2021. Informa UK Limited. <http://dx.doi.org/10.2147/prbm.s314844>.

LIZANA, Pablo A.; VEGA-FERNADEZ, Gustavo. 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**, [S.L.], v. 18, n. 14, p. 7566, 16 jul. 2021. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph18147566>.

MATIZ, A., FABBRO, F., PASCHETTO, A., CANTONE, D., PAOLONE, A., CRESCENTINI, C. Positive Impact of Mindfulness Meditation on Mental Health of Female Teachers during the COVID-19 Outbreak in Italy. **International journal of environmental research and Public Health**. 2020 Sep 4;17(18):6450. doi: 10.3390/ijerph17186450.

MONTEIRO, B. M. M. SOUZA, J. C. Saúde mental e condições de trabalho docente universitário na pandemia da COVID-19. **Research, Society and Development**. v. 9, n.9, p. 1-16, 2020.

MULDONG, V.M; GARICA A.E.; GOZUM, I.E.A. Providing psychosocial support for work-from-home educators during the COVID-19 pandemic. **J Public Health (Oxf)**. 2021 Jun 7;43(2):e334-e335. doi: 10.1093/pubmed/fdab039. PMID: 33675352; PMCID: PMC7989383.

PESSOA, F. S. (2015). **Um olhar psicológico sobre fatores psicossociais de proteção e risco em contexto laboral**. (Dissertação de Mestrado, Universidade de Aveiro, Aveiro). Disponível em <http://hdl.handle.net/10773/15589>.

PIEH C, BUDIMIR S, PROBST T. The effect of age, gender, income, work, and physical activity on mental health during coronavirus disease (COVID-19) lockdown in Austria. *Journal of Psychosomatic Research*. Sep. v. 136 n. 110186. p. 1-9. 2020. **DOI: 10.1016/j.jpsychores.2020.110186**

ROCHA DM, SILVA JS, ABREU IM, MENDES PM, LEITE HD, FERREIRA MC. Efeitos psicossociais do distanciamento social durante as infecções por coronavírus: revisão integrativa. **Acta Paul Enferm**. 2021;34:eAPE01141.

SANTOS, Geórgia Maria Ricardo Félix dos; SILVA, Maria Elaine da; BELMONTE, Bernardo do Rego. COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**. v. 21 (Supl. 1), p. S245-S251, 2021.

SOKAL, Laura J.; TRUDEL, Lesley G. Eblie; BABB, Jeff C.. Supporting Teachers in Times of Change: the job demands- resources model and teacher burnout during the covid-19 pandemic. **International Journal Of Contemporary Education**, [S.L.], v. 3, n. 2, p. 67, 11 ago. 2020. Redfame Publishing. <http://dx.doi.org/10.11114/ijce.v3i2.4931>.

TAVARES, Aida Isabel. Telework and health effects review. **International Journal of Healthcare**. 2017, v. 3, n. 2. DOI: <https://doi.org/10.5430/ijh.v3n2p30>

TRUZOLI, Roberto; PIROLA, Veronica; CONTE, Stella. The impact of risk and protective factors on online teaching experience in high school Italian teachers during the COVID-19 pandemic. **Journal Of Computer Assisted Learning**, [S.L.], v. 37, n. 4, p. 940-952, 19 fev. 2021. Wiley. <http://dx.doi.org/10.1111/jcal.12533>.

XIAO, Yijing; BECERIK-GERBER, Burcin; LUCAS, Gale; ROLL, Shawn C.. Impacts of Working From Home During COVID-19 Pandemic on Physical and Mental Well-Being of Office Workstation Users. **Journal Of Occupational & Environmental Medicine**, [S.L.], v. 63, n. 3, p. 181-190, 23 nov. 2020. Ovid Technologies (Wolters Kluwer Health). <http://dx.doi.org/10.1097/jom.0000000000002097>

WANG, C.; PAN, R.; WAN, X.; TAN, Y.; XU, L.; HO, C.S.; HO, R.C. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. **International Journal Environment Research Public Health**. v. 17, 1729, 2020.