



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO SEMI-ÁRIDO
CENTRO DE ENGENHARIAS
DEPARTAMENTO DE ENGENHARIAS E CIÊNCIAS AMBIENTAIS
CURSO DE ENGENHARIA DE PRODUÇÃO

MARIA TEREZA MORAIS MEDEIROS DIAS

**VIVÊNCIAS E PERCEPÇÕES DOS DOCENTES NO MOMENTO DE PANDEMIA:
UM ESTUDO DE CASO EM UMA ESCOLA DA REDE PRIVADA DE ASSU/RN.**

MOSSORÓ/RN

2021

MARIA TEREZA MORAIS MEDEIROS DIAS

**VIVÊNCIAS E PERCEPÇÕES DOS DOCENTES NO MOMENTO DE PANDEMIA:
UM ESTUDO DE CASO EM UMA ESCOLA DA REDE PRIVADA DE ASSU/RN.**

Monografia apresentada a Universidade Federal Rural do Semi-Árido como requisito para obtenção do título de Bacharel em Engenharia de Produção.

Orientador: André Duarte Lucena, Prof. Dr.

Coorientadora: Hadassa Monteiro de Albuquerque Lucena.

**MOSSORÓ
2021**

© Todos os direitos estão reservados a Universidade Federal Rural do Semi-Árido. O conteúdo desta obra é de inteira responsabilidade do (a) autor (a), sendo o mesmo, passível de sanções administrativas ou penais, caso sejam infringidas as leis que regulamentam a Propriedade Intelectual, respectivamente, Patentes: Lei nº 9.279/1996 e Direitos Autorais: Lei nº 9.610/1998. O conteúdo desta obra tomar-se-á de domínio público após a data de defesa e homologação da sua respectiva ata. A mesma poderá servir de base literária para novas pesquisas, desde que a obra e seu (a) respectivo (a) autor (a) sejam devidamente citados e mencionados os seus créditos bibliográficos.

D541v Dias, Maria Tereza Moraes Medeiros.
Vivências e percepções dos docentes no momento de pandemia: um estudo de caso em uma escola da rede privada de Assu/RN. / Maria Tereza Moraes Medeiros Dias. - 2021.
46 f. : il.

Orientador: André Duarte Lucena .
Coorientador: Hadassa Monteiro de Albuquerque Lucena .
Monografia (graduação) - Universidade Federal Rural do Semi-árido, Curso de Engenharia de Produção, 2021.

1. Professor . 2. Covid-19. 3. Adaptação . 4. Ergonomia . I. Lucena , André Duarte , orient. II. Lucena , Hadassa Monteiro de Albuquerque , co-orient. III. Título.

Ficha catalográfica elaborada por sistema gerador automático em conformidade com AACR2 e os dados fornecidos pelo(a) autor(a).
Biblioteca Campus Mossoró / Setor de Informação e Referência
Bibliotecária: Keina Cristina Santos Sousa e Silva
CRB: 15/120

O serviço de Geração Automática de Ficha Catalográfica para Trabalhos de Conclusão de Curso (TCC's) foi desenvolvido pelo Instituto de Ciências Matemáticas e de Computação da Universidade de São Paulo (USP) e gentilmente cedido para o Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal Rural do Semi-Árido (SISBI-UFERSA), sendo customizado pela Superintendência de Tecnologia da Informação e Comunicação (SUTIC) sob orientação dos bibliotecários da instituição para ser adaptado às necessidades dos alunos dos Cursos de Graduação e Programas de Pós-Graduação da Universidade.

MARIA TEREZA MORAIS MEDEIROS DIAS

**VIVÊNCIAS E PERCEPÇÕES DOS DOCENTES NO MOMENTO DE PANDEMIA:
UM ESTUDO DE CASO EM UMA ESCOLA DA REDE PRIVADA DE ASSU / RN**

Monografia apresentada a Universidade Federal Rural do Semi-Árido como requisito para obtenção do título de Bacharel em Engenharia de Produção.

Defendida em: 18 / 11 / 2021.

BANCA EXAMINADORA

ANDRE DUARTE

LUCENA:04159318436

Assinado de forma digital por

ANDRE DUARTE

LUCENA:04159318436

Dados: 2021.11.22 10:34:23 -03'00'

André Duarte Lucena, Prof. Dr. (UFERSA)
Presidente e orientador

Hadassa Monteiro de Albuquerque Lucena

Hadassa Monteiro de Albuquerque Lucena, Profa. Ma. (UMINHO)
Membro Examinador e coorientadora

FABRICIA NASCIMENTO

DE

OLIVEIRA:04468134437

Assinado de forma digital por

FABRICIA NASCIMENTO DE

OLIVEIRA:04468134437

Dados: 2021.11.22 08:31:02 -03'00'

Fabricia Nascimento de Oliveira, Profa. Dra. (UFERSA)
Membro Examinador

Miriam

Karla Rocha

Assinado digitalmente
por Miriam Karla Rocha

Data: 2021-11-22 09:

32:33

Miriam Karla Rocha, Profa. Dra. (UFERSA)
Membro Examinador

AGRADECIMENTOS

Gratidão a Deus pelo dom da vida e pela saúde, principalmente em um momento como esse, diante de tantas percas, Ele se fez presente em nosso meio, sendo proteção.

Aos meus pais, Francisco e Lucilene, os quais são meu alicerce e sempre me ampararam mesmo em meio a todas as dificuldades. Obrigada por todo apoio e força, por lutarem comigo em busca dos meus sonhos. Hoje eles tornam-se reais por vocês.

Aos meus amados irmãos, Sylvyo, João Paulo e Marylya. Sou grata por serem sinônimo de união, cada um a seu modo incentiva o outro e compartilha os anseios para vencer na vida.

Ao meu namorado, Thomás Dantas, o qual vivenciou esses momentos comigo, compartilhou tristezas, alegrias e vitórias.

Aos meus orientadores, André e Hadassa, que me acompanharam durante esse tempo, dando todo auxílio e compartilhando conhecimento para que pudesse estar concluindo esse trabalho.

A todos os docentes, os quais plantaram uma semente de conhecimento, compartilhando o que sabiam e transformando vidas.

Aos professores participantes da pesquisa que destinaram um pouco do seu tão corrido tempo, para que eu pudesse obter os dados para elaboração desse estudo.

Aos meus amigos, os quais vivenciaram momentos de ausências.

A todos que se fizeram presentes em minha trajetória, o meu muito obrigado. Que possamos compartilhar muitas conquistas.

RESUMO

A pandemia da Covid-19 ocasionou uma adaptação inesperada a um novo modo de vida durante esse tempo, principalmente no quesito educação, em que escolas e professores tiveram que buscar novos meios para dar continuidade aos trabalhos. Diante disso, a atual pesquisa teve o objetivo de analisar os aspectos da modalidade do trabalho docente remoto no contexto da pandemia de Covid-19. No que concerne a metodologia fundamentou-se em uma pesquisa quantitativa, de caráter exploratório e descritivo, do tipo estudo de caso. O estudo foi realizado por meio de questionário no Google Forms, utilizando algumas variáveis predeterminadas, como: as demográficas e de adaptação ao trabalho. Foram 43 docentes participantes de uma escola da rede privada de Assu/RN que explanaram suas visões e realidades ao momento vivido. Identificou-se os aspectos dessa adequação do trabalho numa perspectiva da ergonomia, especificamente no que tange às diferenças de gênero na carga de atividades, bem como as dimensões da saúde e o bem estar dos docentes participantes no contexto da pesquisa. Demonstrando que a pandemia acarretou alguns problemas de saúde físicos e picos de emoções.

Palavras-chave: Professor. Covid-19. Adaptação. Ergonomia.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Tipos de Ergonomia.....	13
Figura 2: Etapas da pesquisa.....	23

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Distribuição de docentes por gênero de acordo com o nível de ensino	19
Gráfico 2: Comparativo das dores antes e durante a pandemia.....	32

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Faixa etária dos entrevistados	26
Quadro 2: Atividades domésticas realizadas pelos docentes.	29
Quadro 3: Atividades realizadas com os filhos (as).....	29
Quadro 4: Níveis de dor sentidos antes da pandemia.	30
Quadro 5: Níveis de dor sentidos durante a pandemia.....	31
Quadro 6: Relações de interação com o docente	33
Quadro 7: Correlação do uso dos equipamentos e partes do corpo.	34
Quadro 8: Correlações de cuidados para com os filhos(as).....	35
Quadro 9: Correlações entre os sentimentos e sensações.....	36

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
2. REFERENCIAL TEÓRICO.....	12
2.1 DEFINIÇÃO DE ERGONOMIA	12
2.2 AVALIAÇÃO ERGONOMICA DO TRABALHO (AET)	13
2.3 DOENÇAS RELACIONADAS AO TRABALHO DOCENTE.....	14
2.3.1 Trabalho docente em tempos de Pandemia	15
2.4 TRABALHO REMOTO E O ENSINO.....	16
2.5 DIFERENÇA DE GÊNERO ENTRE OS DOCENTES.....	19
2.6 RELAÇÃO DA ERGONOMIA COM A VIDA DOCENTE	20
3. METODOLOGIA	22
3.1 Definição da pesquisa	22
3.2 Caracterização da empresa.....	23
3.3 Etapas da pesquisa.....	23
3.4 Elaboração do questionário e coleta dos dados.....	23
3.5 Análise da população e amostra dos professores.....	25
3.6 Matriz de Correlação	25
4. RESULTADOS.....	26
4.1 Dados Sociodemográficos	26
4.2 Aspectos da atividade profissional	27
4.3 Aspectos do trabalho durante a pandemia.....	28
4.4 Trabalho doméstico	28
4.5 Aspectos físicos do trabalho durante a pandemia	30
4.6 Aspectos socioemocionais	32
4.7 Matriz de correlação	33
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	36
REFERÊNCIAS.....	39
APÊNDICE A – FORMULÁRIO UTILIZADO PARA PESQUISA	41

1. INTRODUÇÃO

Adaptação é uma forma de se ajustar, tentar se reinventar e se adequar ao novo. Durante esse período de pandemia da Covid-19, essa tornou-se uma palavra constante, todos tiveram que mudar seu pensamento, ambientes de estudo, trabalho e viver um novo momento, conviver da maneira imposta para tentar sobreviver a esse temido vírus.

E para as escolas, professores e funcionários isso não ocorreu de forma diferente. Em 17 de Março de 2020, foi publicado o decreto estadual nº 29.524, o qual falava sobre as medidas temporárias para o enfrentamento da Covid-19, com a evolução da Pandemia e o crescimento dos casos, os ambientes de estudo passaram a ser efetivados de forma *online*, um modo de estudo que não era utilizado pela maioria das instituições de ensino, passou a ser a única forma de dar continuidade ao ano letivo.

Em meio a tudo isso, os professores precisaram se recriar, aprender novos métodos e metodologias de ensino para esse ambiente virtual, quem não sabia usar as tecnologias e não tinham os meios, tiveram que ter acesso rapidamente para conseguir prosseguir com suas aulas e perpetuar o conhecimento, mesmo que de uma forma inusitada.

As cobranças que já eram realizadas de forma constante passaram a se intensificar nesse momento, com rotinas desgastantes, os docentes são alvos de diversos estressores psicossociais (CARLOTTO, 2011). Muitas vezes com rotina tripla, dar conta de diários, planejamento, aula, o cotidiano da sala de aula, casa, filhos, além da falta de reconhecimento, interesse e disciplina dos alunos.

De acordo com Amado (2000), os fatores primordiais que levam ao surgimento do estresse são as preocupações com o desenvolvimento acadêmico, o descontentamento com o salário, indisciplina dos alunos, ausência e falta de participação dos pais no acompanhamento de seus filhos.

Consoante a Kourmoussi e Alexopoulos (2016), o estresse no ensino não pode ser extinto, porém, pode ser reduzido a níveis controláveis para que os educadores sejam capazes de realizar suas atividades de forma hábil, mantendo sua saúde mental. Por isso a importância de capacitar os professores para essas demandas e desenvolver métodos para enfrentar esses problemas ocupacionais. E, conforme Silva (2000) o estresse é um processo gradual em resposta a acontecimentos e experiências vividas.

À vista disso, a presente pesquisa teve o objetivo de identificar aspectos da adaptação do trabalho remoto no contexto da pandemia de Covid-19 de um grupo de docentes da rede privada de Assu/RN.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

O intuito deste tópico é expor algumas definições importantes ao desenvolvimento da pesquisa, por intermédio de alguns assuntos: definição da ergonomia; avaliação ergonômica do trabalho; doenças relacionadas ao trabalho docente; home office e o ensino; diferença de gênero entre os docentes; relação da ergonomia com a vida docente; os quais originaram-se por meio de uma revisão bibliográfica com auxílio de artigos, livros, e outros meios confiáveis, com credibilidade científica.

2.1 DEFINIÇÃO DE ERGONOMIA

De acordo com Corrêa e Bolleti (2015) a origem da ergonomia de forma oficial se deu em 1949, por meio de um engenheiro inglês, chamado de Kenneth Frank Hywel Murrell, o qual fundou a primeira sociedade de ergonomia e as suas orientações começaram a ser seguidas.

A Ergonomia tem a finalidade de remodelar os sistemas de trabalho para adaptar as atividades nele existentes às características, habilidades e limitações das pessoas, visando o seu desempenho eficiente, confortável e seguro (ABERGO, 2000).

De acordo com Falzon (2007), a ergonomia está relacionada à adequação do trabalho ao homem, visto que busca mecanismos essenciais para que o indivíduo exerça sua função de maneira segura e confortável. Com a finalidade que isso se torne factível, os estudos ergonômicos aprofundam-se nas condições de trabalho às quais os trabalhadores estão sujeitos e, por meio da análise sistemática do trabalho, adapta os postos de trabalho às propriedades dos indivíduos, de forma a favorecer a execução das suas atividades (VERGARA *et al*, 2016).

Ela é dividida em 3 tipos, conforme a Figura 1.

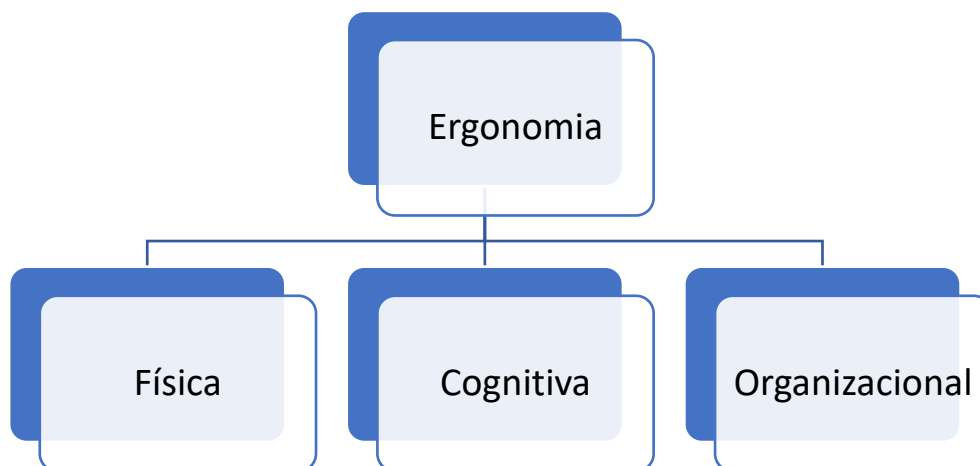


Figura 1: Tipos de Ergonomia. **Fonte:** Autor (2021).

Conforme a ABERGO (2000), a ergonomia física está associada as características anatômicas humanas, fisiologia e biomecânica, com relação as suas atividades físicas, incluindo o estudo da postura, projeto e posto no ambiente de trabalho, movimentos repetitivos. Já a ergonomia cognitiva está correlacionada aos processos mentais e como essa carga afeta nas tomadas de decisões, no desempenho, interação diante o ambiente de trabalho. E a ergonomia organizacional inclui as estruturas organizacionais, políticas e processos.

2.2 AVALIAÇÃO ERGONOMICA DO TRABALHO (AET)

Conforme Leda (2015), a Análise Ergonômica do Trabalho (AET) começou a ser empregada somente na década de 90. De acordo com Ferreira e Righi (2009), a AET é uma Intervenção, no ambiente de trabalho, para estudo dos desdobramentos e consequências físicas e psicofisiológicas, resultantes da atividade humana no meio produtivo. Fundamenta-se em entender a situação de trabalho, elencada as aptidões dos colaboradores, além de visualizar as limitações ergonômicas, para assim determinar situações, sugestões de melhoria, alterações. Ou seja, a AET busca estabelecer uma aproximação no que se refere à compreensão geral de problemas relacionados com a organização do trabalho e seus reflexos em prováveis ocorrências de lesões físicas e transtornos psicofisiológicos.

A AET está dividida em cinco partes, sendo elas: análise da demanda; análise da tarefa em um posto de trabalho; análise da atividade; diagnóstico; e recomendações (GUÉRIN et al., 2001). Segundo o autor, a análise da demanda deve

ser o ponto inicial da AET, visto que é a partir dela que se torna capaz identificar os possíveis e prováveis problemas existentes no ambiente de trabalho analisado.

A segunda etapa, a análise das atividades retrata o trabalho realizado pelos colaboradores, associando-os a forma como os postos de trabalho são utilizados. É de suma importância realizar a análise das atividades para compreender as ações dos trabalhadores e atingir os objetivos definidos pela organização (ABRAHÃO *et al*, 2009). Ou seja, deve-se fazer a avaliação, e ao comparar o trabalho real com o ideal, quanto maior a diferença do cenário constatado para o idealizado, maior será a probabilidade de descobrir problemas.

A análise da tarefa é o entendimento do trabalho designado ao colaborador, isto é, aborda aquilo que o colaborador deveria realizar e as condições ambientais, técnicas e organizacionais necessárias para realizar tal ação (VERGARA *et al*, 2016). Essa etapa pode ser estabelecida por meio de entrevistas tanto com os trabalhadores quanto com a gerência das organizações, bem como, por meio da análise da organização do trabalho e das características do posto de trabalho.

A quarta fase relata sobre o diagnóstico, a qual procura utilizar as informações adquiridas pelas observações do posto de trabalho e pela aplicação de ferramentas ergonômicas para realizar um diagnóstico sobre as condições de trabalho as quais o operador está sujeito. Por fim, as recomendações ergonômicas são feitas com base no diagnóstico, para então sugerir recomendações que possibilitem uma melhoria do posto de trabalho, adaptando-as às características do operador, com o objetivo de aumentar a sua segurança, bem-estar e desempenho.

A ação ergonômica no posto de trabalho tem como objetivo extinguir os efeitos indesejáveis afetando o operador ou a tarefa. Para tanto, o ergonomista pode buscar transformar as condições internas do agente e melhorar as condições externas da tarefa, tornando-a mais flexível e aumentando os recursos do ambiente (FALZON, 2007).

2.3 DOENÇAS RELACIONADAS AO TRABALHO DOCENTE

Mesmo antes do momento de pandemia, alguns estudos relatam problemas de saúde presentes na rotina dos professores. Em meio a isso, de acordo com a pesquisa realizada por Moreira e Rodrigues (2018), em um município do Rio Grande do Sul e feita a análise do absenteísmo dos professores, constataram que 50% dos professores daquela região eram afastados de seus trabalhos por doenças

relacionadas ao psicológico, ou seja, transtornos depressivos, sejam eles leves ou graves.

Em uma outra pesquisa realizada por Fontana e Pinheiro (2010), com professores universitários do Rio Grande do Sul, foi constatado que dos pesquisados 59% consideravam sua saúde de uma forma boa, porém haviam queixas relacionadas a dores. A mais frequente foi a dor na região lombar com 26% dos respondentes, seguida por dores de cabeça (19,3%), dores nas articulações (16,1%), dor no pescoço (16,1%) e dores nos membros inferiores (13%). Segundo essa pesquisa, essas dores estavam associadas aos longos períodos na mesma posição (em pé) e as tensões da profissão.

Nessa mesma pesquisa de Fontana e Pinheiro (2010) foram feitas indagações a respeito de queixas mentais, dos professores que responderam 67,6% não relataram sofrimento psíquico, porém queixas como estresse e irritabilidade foram citadas como agravos da profissão. Os 26,4% que relataram problemas psíquicos, prevaleceu a ansiedade com 63,3% , seguido da depressão com 18,1%. Isso foi atribuído a sobrecarga do trabalho, aos inúmeros compromissos acadêmicos, carga horária e pressão imposta.

Em meio a isso, Oliveira e Santos (2021), afirmam que a pandemia revelou um novo meio de trabalho o qual aumentou os quadros de adoecimento mental dos docentes. Pois foi um período em apresentou instabilidades nas relações humanas e colapsos para a educação. Esse novo meio de trabalho tornou-se mais intenso, exigiu mudanças e práticas que resultaram em altos níveis de estresse e ansiedade.

Conforme Ferreira (2019), pesquisas sobre o trabalho docente, sejam elas de abordagem quantitativa ou qualitativa, abordam dados em que os professores sofrem com distúrbios de voz e osteomusculares, além de problemas relacionados a saúde mental. Os principais sintomas são: mal-estar, nervosismo, esgotamento, estresse, irritabilidade, ansiedade, depressão, medo, cansaço e sono irregular. Com isso, é possível identificar que o adoecimento docente já acontecia antes da pandemia do Covid-19, mas se intensificou durante esse tempo.

2.3.1 Trabalho docente em tempos de Pandemia

De acordo com Nascimento *et al* (2021), a transformação do trabalho, tem atingido o emprego dos docentes. Com a pandemia eles foram destinados a exercer suas atividades de forma virtual. Havendo a necessidade de desenvolver novas

competências e habilidades para conseguir lidar com ferramentas e metodologias de ensino para que pudessem se enquadrar no novo contexto. Essas adaptações exigiram muitos esforços, sem preparação para o desenvolvimento dessas atividades, o que por um lado desenvolveu conhecimento e preparo profissional, também gerou angústias e tensões para seguir com esse atual momento.

Com o avanço da pandemia da Covid-19, as aulas tiveram que mudar o seu formato de ensino de uma maneira muito brusca. Como não podia haver o contato, para que se pudesse diminuir a propagação do vírus, todas as aulas passaram a acontecer de forma remota, tanto professores, quanto alunos tiveram que se adaptar a esse novo normal para poder dar continuidade aos estudos.

Conforme Sampaio (2020) essas medidas apresentam obstáculos e aumentam as diferenças sociais em nosso país, pois a inclusão digital ainda é falha e isso dificulta a aprendizagem dos menos favorecidos.

De acordo com a pesquisa realizada por Oliveira e Pereira Junior (2021) os docentes passaram a dedicar mais tempo para preparação e culminância de aulas, visto que, não se tinha tanta habilidade para esse momento enfrentado, o qual atingiu a todos de uma forma inesperada.

Em consonância a Sampaio (2020), muitas escolas continuaram o seu ano letivo regular, mas utilizando as metodologias online. Isso apresentou dificuldades, o uso dessas tecnologias precisava de prática, a qual muitos não tinham, precisou se planejar em pouco tempo uma nova forma de ministrar as aulas e repassar os conteúdos, a insuficiência de recursos e os preços abusivos para quem precisou adquirir, além de precisar separar os afazeres domésticos e à docência em um único ambiente.

2.4 TRABALHO REMOTO E O ENSINO

Em concordância com Arão (2021), a pandemia da Covid-19 passou a fazer com que os trabalhadores tivessem a necessidade de trabalhar de casa, esse novo momento despertou anseios com essa adaptação, quanto ao conforto térmico, acústico, equipamentos necessários para realizar as atividades. E para os professores, esse novo momento abordou preocupações com essa realidade, o pensamento do ensino virtual, a escolha de novas metodologias para esse processo de aprendizagem, a adequação e aquisição dos equipamentos, bem como a qualidade da saúde física e mental.

Em meio a tudo isso, o Ministério da Educação estabeleceu as portarias nº 343 e nº 345, de 17 e 19 de março de 2020, a fazerem a mudança das aulas presenciais por remotas, utilizando os meios de comunicação e tecnologias disponíveis, como: Google Meet, Zoom, Skype e redes sociais. (BRASIL, 2020a; 2020b).

De acordo com Silva (2020), a adaptação do projeto pedagógico entre todos que compõem o corpo docente são precárias, não atendem todos os requisitos e as ações não funcionam de forma correta, pois são pouco representativos do que realmente acontece no cotidiano, ou seja, se planeja algo e pela carência de recursos ou situações vivenciadas, não se é colocado em prática.

Consoante a Rebeiro *et al* (2007), em 2005 foi realizada uma intervenção com colaboradores da UNESCO no Brasil, em parceria com o MEC e as Secretarias de Educação, sendo elas na Bahia e Piauí. E esse estudo evidenciou a inexperiência e a resistência dos professores em relação aos recursos tecnológicos disponíveis para uso nas escolas. Isso revela um pouco o que muitos docentes vivenciaram nesse momento de pandemia, a falta de familiaridade com a tecnologia dificultou o trabalho e a sua execução do planejamento durante esse tempo. Visto que foi um momento que pegou toda a população de surpresa.

Ainda conforme Silva (2020), esse momento nos deixa a reflexão a respeito do tratamento e emprego dessas tecnologias e que convém desenvolvê-las entre os alunos, desse modo, precisa ocorrer a alfabetização tecnológica entre discentes e docentes. Segundo Ferreira e Barbosa (2020), eles tiveram que pensar esses novos meios sem nenhuma preparação, instrumentalização ou suporte técnico.

Silva (2020), também aborda que a expectativa do trabalho home office não é e nem deve ser solitário, desarticulado, desintegrado e desvinculado tanto do planejamento quanto da execução das atividades desenvolvidas em sala de aula e no ambiente escolar como todo, sob a regência do projeto pedagógico. Por essa razão, é racional, mas não necessariamente real, a integração entre pedagogos, corpo docente, estudantes e gestão, pois o trabalho conjunto, planejado e articulado destes potencializará oportunidades e situações de aprendizagem diversas, inclusive aquelas relacionadas à formação de leitores.

Desse modo, conforme Oliveira (2020), a exaustão ocorre por medo, insegurança, dúvidas quanto ao futuro, mas também pelo acúmulo de trabalho remoto, trabalho doméstico e o exercício da maternidade. Visto que a emergência desse momento impossibilitou o planejamento e organização do futuro. Nascimento *et al*

(2021), evidencia que a preocupação com a qualidade do ensino, somados a sobrecarga extra de trabalho, afazeres domésticos e a responsabilidade com os filhos aumentam a ânsia dos docentes. Eles também destacam que a diferença de gênero também se sobressai nesse momento, uma vez que na divisão sexual do trabalho, a mulher tem dupla jornada, pois é responsável pelo seu trabalho, a parte doméstica e o cuidado dos filhos.

Santos (2020), destaca que esse momento tem gerado várias lições, nesse momento todos tiveram suas casas abertas e privacidade tirada. Além da sobrecarga dos professores, eles compartilham a angústia do isolamento, medo da contaminação e o desgaste por passar várias horas de frente para tela do computador, além de ter que dar um suporte extraclasse maior. Foi a troca do lápis de quadro e da lousa, pelo computador e mouse.

Em uma pesquisa feita por Ruela e Oliveira (2021), eles abordam que em casa não se tem como garantir as instalações e equipamentos adequados, isso acarreta no aumento do risco ergonômico e consequentemente psicossocial. Os autores ainda relatam que o uso repetitivo de laptops, teclado, mouse, tablets e smartphones pode provocar doenças e problemas relacionadas ao esforço repetitivo. Isso, juntamente com o aumento das atividades domésticas, cuidados com crianças, uma maior carga mental, contribuem para que os trabalhadores desenvolvam doenças musculares e transtornos emocionais.

Nessa pesquisa bibliográfica por Ruela e Oliveira (2021), eles apresentaram que ocorreu um aumento de dor nos ombros, na parte superior das costas. O que pode estar relacionado a ergonomia implementada em casa. Observou-se também, que esses trabalhadores apresentaram riscos a desenvolver problemas vocais, por causa da maior demanda de reuniões, uso de plataformas digitais, maior tempo no celular, forma usada para garantir a comunicação entre funcionário e empresa.

O estudo realizado por Ruela e Oliveira (2021), confirmam que a pandemia trouxe prejuízos para a saúde osteomuscular dos trabalhadores que tiveram seus trabalhos presenciais substituídos pelo Home Office. Esse trabalho revela o aumento da prevalência de dores musculoesqueléticas em várias regiões do corpo, sobretudo na lombar e na cervical, também apresenta fatores como estresse, dificuldade em equilibrar as demandas familiares e laborais, movimento reduzido do pescoço, posturas e mobiliários inadequados, alteração da atividade muscular, elevada carga horária de trabalho e sedentarismo.

2.5 DIFERENÇA DE GÊNERO ENTRE OS DOCENTES

Correspondente a Araújo (2005), a palavra “gênero” determina as pessoas de sexos diferentes, masculino ou feminino. Porém, ultimamente a literatura feminista atribuiu outras características culturais, sociais, não se prende somente ao conceito biológico. Nascimento e Chaves (2020) afirmam o exposto, quando explanam que o conceito de gênero e sexo ainda gera bastante confusão, mas sexo está ligado as diferenças corporais, biofisiológicas. E o gênero é relacionado a forma como a sociedade cria os papéis comportamentais e sociais pertinentes aos homens e mulheres.

Em meio a isso, Saffioti (1987), mostra uma análise do papel da mulher e do homem na sociedade capitalista. O homem, já tem sua atribuição de chefe de família determinada pela sociedade, enquanto o padrão definido pela sociedade é que a mulher assuma os papéis de subordinação, sendo filha, mãe, dona de casa. E quando faz a opção de ser uma trabalhadora assalariada, assume uma jornada dupla e muitas vezes tripla: trabalho, cuidado da casa, dos filhos e marido. Além de muitas vezes receber um salário menor para realização das mesmas atividades.

O exposto é comprovado por meio do IBGE (2012), que em sua pesquisa, as mulheres dedicam o dobro do tempo em afazeres domésticos e cuidado de pessoas em relação aos homens realizando as mesmas atividades. Também foi relatado essa jornada doméstica para as mulheres que trabalhavam fora, e mesmo assim, a mulher trabalhava 8,2 horas a mais que os homens nas atividades de casa. Essa situação já expõe a sobrecarga e exaustão sobre o gênero feminino.

Essa cultura criada pela sociedade implica inclusive nas profissões, categorizam a ocupação masculina e feminina. Essa situação pode ser exemplificada, com a docência, a qual é uma profissão culturalmente feminina, principalmente nas séries iniciais que necessitam de mais cuidados, essa reflexão pode ser visualizada no Gráfico 1, produzido com base no Censo do Professor, uma pesquisa realizada pelo MEC (2007).

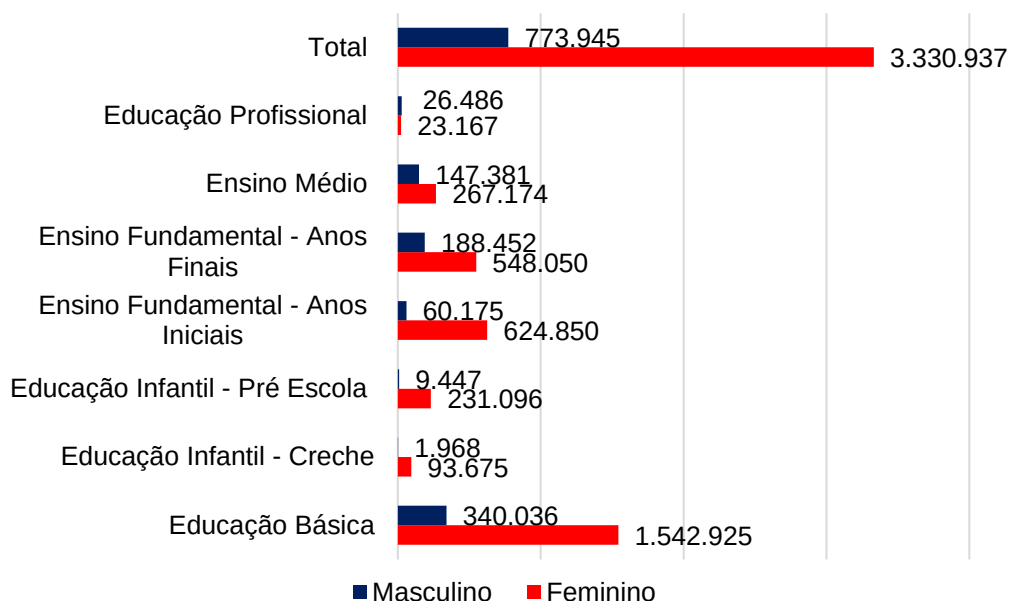


Gráfico 1: Distribuição de docentes por gênero de acordo com o nível de ensino. **Fonte:** Autor (2021), realizado com base no Censo do Professor pelo MEC (2007).

De acordo com o MEC (2007), aproximadamente 81,15 % da classe docente no Brasil é composta com mulheres e 18,85% por homens. Sendo sua maior expressividade nas séries de anos iniciais, onde as crianças precisam de cuidados e de certa forma as profissões que necessitam de cuidados são caracterizadas como femininas por nossa sociedade. Confirmado por (Wolff, 2010), nossa sociedade impõe a existência de trabalhos e ocupações consideradas femininas, ligando essa afirmação a profissões consideradas de cuidados e educação.

Diante disso, Chaves (2020) expõe que as diferenças existentes entre os comportamentos e lugares ocupados por homens e mulheres no meio social, justificam-se pelas diversas culturas predominantes no contexto que vivemos.

2.6 RELAÇÃO DA ERGONOMIA COM A VIDA DOCENTE

Para Pascoal e Silva (2019) o cotidiano do professor está exposto a agentes causais agressivos como uma jornada exaustiva, salários baixos, falta de planejamento adequado, desvalorização da profissão, essas condições contribuem para o desenvolvimento de problemas físicos e psíquicos.

Além disso, essa falta de planejamento e o tempo pequeno para a quantidade de demanda faz com que os professores realizem diversas atividades extraclasse, invadindo de certa forma a vida pessoal. Moura *et al* (2020) destaca a grande

produção em Ergonomia no Brasil, apesar disso, ainda existem falhas relacionadas a rotina de trabalho dos docentes.

Em meio a isso, o ponto de vista abordado por Ferreira (2008), destaca que a ergonomia é uma área científica que atua no contexto da qualidade de vida no trabalho. Ou seja, é um ramo que tem como fundamento compreender os problemas que interrompem a relação entre o trabalhador e seu ambiente de trabalho, tendo como visão o desenvolvimento do bem-estar do funcionário e com isso objetivar o alcance de resultados para a organização.

Quanto aos docentes, existem alguns obstáculos que dificultam essas condições de um ambiente saudável. Conforme Sousa e Barros (2017) o espaço de trabalho do educador está associado ao ambiente físico; a questão de insuficiência financeira e falta de equipamentos; fatores sociais como a situação socioeconômica dos alunos; as exigências trabalhistas. Todos esses motivos afetam esses profissionais e podem atingir as condições de saúde e segurança do docente.

Desse modo, Meira, Simões e Venâncio (2018), destacam que o professor detém uma grande responsabilidade de construir e dissipar a informação, conteúdo de uma forma a abranger cada indivíduo. Porém, esse retorno não é recíproco e torna o cotidiano desgastante, seja de forma mental ou física.

Essas situações podem ser visualizadas nos resultados da pesquisa realizada por (RIESGOS et al., 2021), em que no parâmetro de doenças e morbidades musculoesqueléticas, 53,9% apresentaram alguma dor em alguma parte do corpo (coluna, joelho, pé, pescoço, pernas). Esses professores também foram perguntados sobre atividades que exigiam muito esforço físico, 36,36% relataram que ficavam muito tempo em pé e evidenciaram o uso da voz. Quanto aos riscos ergonômicos 46,15% disseram que tem uma grande exposição pois ficam muito tempo em pé, desgastam as cordas vocais, grandes períodos de frente para o computador, as cadeiras dos laboratórios não são ergonômicas, tem uma jornada excessiva de trabalho, pouco tempo de descanso e passam muito tempo em posições desconfortáveis e inadequadas.

Esses relatos demonstram que os docentes estão expostos todos os dias a fatores que afetam sua qualidade de vida e bem-estar no trabalho.

3. METODOLOGIA

O método utilizado na pesquisa visou encontrar os aspectos de adaptação dos docentes durante esse período de pandemia. Com uma pesquisa quantitativa, tendo seus objetivos exploratórios e descritivos, do tipo estudo de caso.

3.1 Definição da pesquisa

A pesquisa em questão tem o propósito de avaliar as adaptações dos docentes mediante o cenário de pandemia. Para mensurar essa moldagem dos professores ao momento vivido, foi utilizado um formulário no Google Forms, o modelo está disponível no Apêndice A. No que diz respeito a abordagem da pesquisa, ela é definida como quantitativa, quanto aos objetivos é definida como exploratória e descritiva, do tipo estudo de caso.

Consoante a Silva (2005), uma pesquisa quantitativa faz menção a tudo que pode ser quantificado, é a tradução das opiniões dos pesquisados em números, de modo que se pode classificar e analisar essas opiniões. De acordo com Lakatos e Marconi (2017) esses dados envolvem a análise estatística, comparação entre os grupos, conexão entre variáveis, também é possível comparar com estudos passados.

Segundo Gil (2002), uma pesquisa exploratória tem a finalidade de desenvolver, explanar e transformar conceitos e ideias, formulando problemas mais precisos e hipóteses para estudos posteriores. Esse tipo de pesquisa proporciona uma visão geral acerca do tema, particularmente quando é realizado um levantamento bibliográfico e documental, com entrevistas não padronizadas e estudo de caso.

Para Andrade (2010) a pesquisa de caráter descritivo utiliza as observações e registros sem que o pesquisador faça interferência. Uma característica desse tipo de pesquisa é a coleta de dados realizada por meio de questionários e observação sistemática.

Em sequência, o estudo de caso é definido por Fonseca (2002), como uma investigação que tem por finalidade conhecer o porquê de determinada situação, procurando descobrir o que há de característico e essencial. O pesquisador não interfere no objeto a ser estudado. Para Gil (2008), o estudo de caso é utilizado cada vez mais por pesquisadores, abordando diferentes propósitos de pesquisa.

3.2 Caracterização da empresa

A empresa desse estudo de caso, é da rede particular de ensino, localizada na cidade de Assú, interior do Rio Grande do Norte. Essa escola está há 94 anos no mercado contribuindo para a formação e educação açuense.

Hoje, a instituição conta com 1507 alunos e 127 funcionários, sendo eles dos setores administrativos, pedagógicos e de manutenção. Conta com turmas que vão desde a educação infantil ao ensino médio, sendo a maior parte das séries no turno matutino e no turno vespertino conta somente com turmas de ensino fundamental I e esportes extracurriculares. Desse quantitativo de funcionários, 74 são professores, sendo 57 mulheres e 17 homens e participaram desse estudo 43 docentes.

3.3 Etapas da pesquisa

O decorrer da pesquisa acontecerá com base nas etapas expostas na Figura 2.

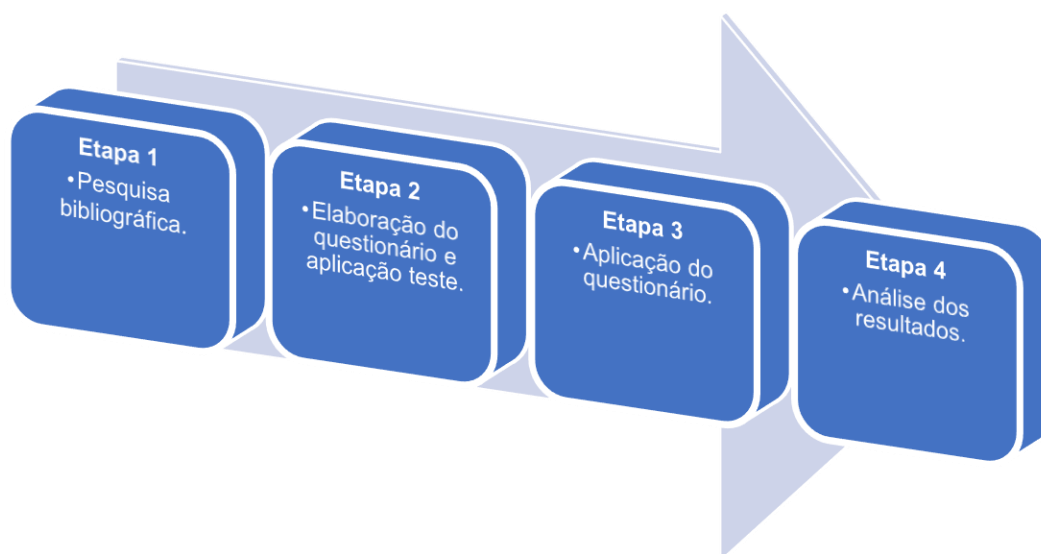


Figura 2: Etapas da pesquisa. **Fonte:** Autor (2021).

3.4 Elaboração do questionário e coleta dos dados

O questionário foi elaborado com o auxílio do Google forms, com a maioria das perguntas objetivas, o qual foi dividido em 7 sessões, sendo elas: consentimento e disponibilidade de participação; dados sociodemográficos; aspectos da atividade profissional; aspectos do trabalho durante a pandemia; trabalho doméstico; aspectos físicos do trabalho durante a pandemia e os aspectos socioemocionais.

A primeira sessão apresentou o objetivo e descrição da pesquisa, como também a questão do consentimento dos participantes. Em sua segunda parte, foram abordados os dados sociodemográficos em que se interrogou sobre o sexo, idade, estado civil, escolaridade, cor/etnia, filhos, idade dos filhos ou adultos que moram com os docentes.

A abordagem da terceira sessão foi referente aos aspectos da atividade profissional, a qual compôs perguntas referentes ao tempo que leciona na instituição, as séries que exerce a docência, vínculos empregatícios, outros vínculos e atividades, tempo semanal de dedicação a ministração de aulas, carga horária semanal para preparação dessas aulas e se já teve afastamento por motivo de doença.

No quarto item da pesquisa, foi relatado sobre os aspectos do trabalho durante a pandemia, como: a carga de trabalho, adaptação ao regime de ensino adotado, os itens e a intensidade de uso durante esse período e o quanto é necessário se dedicar ao trabalho em turnos diferentes do contratado.

Na quinta sessão as perguntas atendiam ao trabalho doméstico, como: a avaliação do aumento da carga de atividades domésticas, as que mais realiza, as crianças que têm na família e as atividades que realiza com e para elas, as horas diárias para o cuidado das crianças, a influência do trabalho-família e família- trabalho.

Já referente aos aspectos físicos do trabalho durante a pandemia, utilizou-se uma escala de 0 a 5 para avaliar os níveis de dor ou incomodo para cada parte do corpo antes e durante a pandemia.

E no quesito dos aspectos socioemocionais buscou-se classificar as relações do docente com o corpo escolar e os seus efeitos. Em uma outra pergunta de múltipla escolha, foram apresentadas opções para tentar entender como o professor se sente ao trabalhar de forma socialmente isolada. Também procurou-se entender a forma como os docentes procuraram cuidar de si durante esse tempo e suas formas de lazer.

A aplicação do formulário se deu por meio de envio para cada docente com o auxílio da plataforma do WhatsApp, o questionário ficou disponível para resposta de 31 de Agosto a 30 de Setembro de 2021. Após a coleta, esses dados foram digitados em planilhas eletrônicas e foi utilizado as estatísticas como média, desvio padrão e matriz de correlação, para poder mensurar e identificar os quesitos dessa adaptação ao novo momento.

3.5 Análise da população e amostra dos professores

Para Costa (2015), a amostra é uma parte da população a ser estudada, seguindo uma regra que a torne conveniente. O universo da pesquisa compreende os professores da Escola estudada, a qual conta com 74 docentes, sendo 57 mulheres e 17 homens. Como se conhece o quantitativo a ser estudado, foi definida a amostragem probabilística, de acordo com a Fórmula 1 e 2 propostas por Costa (2015).

A fim de definir o tamanho da amostra, primeiro faz-se necessário encontrar a primeira aproximação do tamanho da amostra, sugerida pela fórmula 1. Definiu-se um nível de confiança de 95% e um erro amostral tolerável de 5%.

$$n_0 = \frac{1}{E^2} \quad (1)$$

Considerando a população finita e com os dados obtidos anteriormente, obtivemos um tamanho da amostra de 40 professores. Baseado na Fórmula 2.

$$n = \frac{N \cdot n_0}{N + n_0} \quad (2)$$

Onde:

N = Tamanho da população

E = Erro amostral tolerável

n_0 = Primeira aproximação do tamanho da amostra

n = Tamanho da Amostra

Mediante os resultados alcançados, conseguiu-se coletar 43 respostas no formulário, obedecendo o nível de confiança e confirmando os parâmetros da pesquisa.

3.6 Matriz de Correlação

De acordo com Johson e Wichern (2007), a matriz de correlação é aplicada para realizar a análise estatística dos dados estudados, reconhecendo visualmente as variáveis do estudo que se relacionam entre si. O grau dessa relação entre duas variáveis é definido pelo coeficiente de *Pearson*, o qual também é conhecido como

coeficiente de correlação. Esse coeficiente é dado por um número entre -1 e 1, o qual expressa o grau de dependência linear das variáveis quantitativas, quanto mais próximo de 1, mais relação essas variáveis têm.

O coeficiente de Correlação de *Pearson*, definindo duas variáveis (x,y) é calculado de acordo com a Fórmula 3.

$$r = \frac{\sum(x_i - \bar{x})(y_i - \bar{y})}{\sqrt{\sum(x_i - \bar{x})^2 \sum(y_i - \bar{y})^2}} \quad (3)$$

4. RESULTADOS

Neste tópico serão tratados os resultados obtidos com a pesquisa, dentre eles os dados sociodemográficos do grupo, aspectos da atividade profissional e do trabalho durante a pandemia, trabalho doméstico, os aspectos físicos do trabalho e os socioemocionais.

4.1 Dados Sociodemográficos

No primeiro momento da pesquisa buscou-se identificar algumas características sociodemográficas do grupo estudado. Mediante os resultados, dos 43 respondentes, 83,7% foram mulheres e 16,3% homens, perfazendo uma predominância feminina entre os educadores da instituição. Que também se torna um reflexo da pesquisa realizada pelo MEC (2007), em que aproximadamente 81,15 % da classe docente no Brasil é composta com mulheres e 18,85% por homens. Quanto as idades, estas corresponderam a várias faixas etárias, desde 18 a 51 anos ou mais, sua divisão é exposta no Quadro 1.

Quadro 1: Faixa etária dos entrevistados

Faixa etária	Porcentagem
18 a 25 anos	9,3%
26 a 30 anos	23,3%
31 a 35 anos	27,9 %
36 a 40 anos	18,6%
41 a 45 anos	16,3%
46 a 50 anos	2,3%
51 anos ou mais	2,3%

Fonte: Autor (2021).

Em relação ao estado civil, a maioria dos docentes se apresentam no estado de solteiro, correspondendo a 41,9%, seguido de 37,2% casados, 14% divorciados e 7% divorciados, ninguém se manifestou como viúvo(a). Quanto a escolaridade dos respondentes 5 tem graduação incompleta (11,6%), 15 apresentam graduação completa (34,9%), 19 professores têm o título de especialista (44,2%) e 4 são mestres (9,3%). Quanto a cor 44,2% se consideram brancos, 34,9% pardos, 11,6% amarelos e 9,3% pretos. Quando questionados se tinham filhos, 60,5% responderam que sim e 39,5% não possuem filhos.

4.2 Aspectos da atividade profissional

Na segunda seção os docentes responderam alguns questionamentos sobre a atividade profissional. Quando indagados do tempo que lecionavam na instituição obteve-se as seguintes respostas: De 1 a 5 anos foram 44,2%, de 6 a 10 anos tiveram 39,5% dos profissionais, 7% trabalham na escala de 11 a 15 anos, de 16 a 20 anos não se recebeu nenhuma resposta e de 21 anos ou mais foram 9,3% dos professores.

Após isso, buscou-se identificar quais séries esses docentes davam aulas, para isso a pergunta foi dividida por níveis de ensino. Na educação infantil (Nível I ao Nível V) foram 25,6%, no ensino fundamental I (1º ao 4º ano) atingiu 32,6% dos respondentes, no ensino fundamental II (5º ao 9º ano) tivemos 23,3% e no ensino médio (1ª a 3ª série) resultou em 18,6% dos professores. Obtendo-se uma classe totalmente feminina nas séries da educação infantil, fases em que as crianças necessitam de mais cuidados. E segundo Wolff (2010), nossa sociedade impõe a existência de trabalhos e ocupações consideradas femininas, ligando essa afirmação a profissões consideradas de cuidados e educação, gerando uma diferença de gênero.

Questionou-se também se possuíam outro vínculo ou atividade empregatícia, 60,5% responderam que sim e 39,5% que não exercem outra atividade remunerada. Dos docentes que exercem, 80% também é como professor e 20% realizam outras atividades que não estão relacionadas ao ofício. Fazendo a média das respostas, os docentes dedicam 35 horas semanais para ministrar aulas.

Mediante esses assuntos relacionados as atividades trabalhistas também se pretenderam averiguar no grupo de colaboradores se já haviam se afastado do ambiente de trabalho por motivos de doenças relacionadas ao emprego. Dos

entrevistados, 76,7% responderam que não se afastaram e 23,3% já se afastaram por algum motivo de doença relacionada ao trabalho.

4.3 Aspectos do trabalho durante a pandemia

Nessa seção foram avaliadas as demandas do trabalho durante a pandemia do COVID-19. Os educadores foram indagados quanto ao aumento e diminuição da carga de trabalho durante a pandemia, dos entrevistados 58,1% apontaram que aumentou muito, 30,2% disseram que aumentou um pouco, 7% demonstraram que não mudou em nada, 2,3% que diminuiu um pouco e os outros 2,3% responderam que diminuiu muito.

Outro quesito foi sobre a questão da avaliação da adaptação ao regime de ensino adotado durante esse tempo. Dos respondentes, 65,1% apontaram que foi difícil de se adaptar, 18,6% manifestaram que essa adaptação foi fácil, 11,6% acharam indiferente, 4,7% manifestaram que foi extremamente difícil de se adaptar. Não se resultou nenhuma resposta quando foram indagados se foi extremamente fácil de se adaptar.

Os docentes também foram abordados para saber as vezes que eles realizam trabalhos em horários e dias diferentes do usual (trabalhar em feriados, finais de semana, turno diferente do contrato). Dos entrevistados 46,5% disseram que muitas vezes, 39,5% sempre realizam as atividades em dias diferentes, 7% responderam que raramente, 4,7% as vezes e 2,3% nunca realizam as atividades em dias diferentes do contratual.

4.4 Trabalho doméstico

Essa seção aborda tópicos relacionados as atividades domésticas realizadas pelos colaboradores entrevistados. Na primeira pergunta eles foram indagados a respeito de como avaliavam a carga das atividades domésticas durante a pandemia. Dos respondentes 44,2% explanaram que aumentou muito, 41,9% disseram que aumentou um pouco, 11,6% responderam que não mudou em nada, 2,3% esclareceram que diminuiu um pouco e não obtivemos nenhuma resposta explanando que diminuiu muito.

O Quadro 2 exhibe as atividades que os docentes realizam em casa.

Quadro 2: Atividades domésticas realizadas pelos docentes.

Atividades	Quantidade
Fazer compras	39 (90,7%)
Limpar e arrumar a casa	37 (86%)
Cozinhar	33 (76,7%)
Lavar roupa	32 (74,4%)
Engomar	18 (41,9%)
Dar assistência a um familiar que necessita de cuidado especial	15 (34,9%)
Cuidar de animais	15 (34,9%)
Dar atenção aos filhos que estão em aula remota	1 (2,3%)
Cuidar de plantas	1 (2,3%)

Fonte: Autor (2021).

Os docentes que tem filhos dedicam em média 9 horas diárias para o cuidado deles e realizam algumas atividades de cuidado ou entreterimento. O Quadro 3 explana quais são essas atividades e as quantidades.

Quadro 3: Atividades realizadas com os filhos (as).

Atividades	Quantidade
Entretenimento	20 (90,9%)
Rotina do sono	19 (86,4%)
Alimentação	18 (81,8%)
Monitoramento do dia a dia	18 (81,8%)
Acompanhamento das atividades escolares	17 (77,3%)
Cuidado da higiene/asseio	17 (77,3%)
Brincar de bola, passear a tarde	1(4,5%)

Fonte: Autor (2021).

Essa barreira quebrada do ambiente de trabalho e a casa do trabalhador proporcionou uma maior demanda e falta da divisão do espaço trabalho/casa. Reassumindo o que foi dito por Oliveira (2020), ocorreu uma exaustão desses colaboradores por causa das dúvidas em relação ao futuro, o acúmulo de trabalho remoto, trabalho doméstico e exercício da maternidade.

Retomando também Nascimento *et al* (2021), essa diferença de gênero se sobressai nesse momento de pandemia, visto que na divisão sexual do trabalho, a mulher tem dupla jornada, tornando-se responsável pelo trabalho remunerado,

atividades domésticas e cuidados com os filhos. Porém, nos resultados da pesquisa em questão, o gênero masculino mostrou-se bastante participativo nas atividades domésticas, como fazer compras, arrumar a casa, cozinhar. Além dos que possuíam filhos (as), dedicavam algum tempo do seu dia para o cuidado deles. De certa forma, quebrando uma imagem já mantida na sociedade.

4.5 Aspectos físicos do trabalho durante a pandemia

Os docentes foram questionados em relação aos aspectos físicos do trabalho durante a pandemia. Realizou-se uma avaliação do antes e depois para tentar compreender se aconteceu alguma alteração durante o momento da pandemia.

Eles foram abordados sobre os níveis de dor ou incômodo para cada parte do corpo que sentiam antes da pandemia em uma semana típica de trabalho, para isso, considerou-se uma escala de 0 a 5, a qual indicava: nenhuma dor ou incômodo (0); alguma dor ou incômodo mínimo (1); dor ou incômodo fraco (2); dor ou incômodo razoável (3); dor ou incômodo forte (4); nível máximo de dor ou incômodo (5). O Quadro 4 apresenta cada área do corpo estudada e seus níveis de dor antes da pandemia.

Quadro 4: Níveis de dor sentidos antes da pandemia.

Área do corpo	Média	Desvio Populacional
Pescoço	1,44	1,23
Ombros	1,42	1,26
Cotovelos	0,74	1,12
Punhos e mãos	1,26	1,14
Coluna dorsal	1,79	1,27
Coluna lombar	1,77	1,44
Quadril e coxas	0,93	1,17
Joelhos	1,00	1,24
Tornozelos e pés	1,14	1,34
Garganta e voz	1,67	1,51
Olhos e visão	1,63	1,51

Fonte: Autor (2021).

Percebeu-se com a média das respostas que nenhuma parte do corpo apresentou níveis máximos de dor antes da pandemia, as respostas variaram de 1,67

a 0,74, com desvios populacionais ente 1,51 a 1,12. Dessa forma, compreendeu-se que todas essas partes do corpo apresentaram dor ou incômodo fraco.

Após isso, analisou-se esses mesmos níveis de dor, nessas partes do corpo durante a pandemia. Os dados estão descritos no Quadro 5.

Quadro 5: Níveis de dor sentidos durante a pandemia.

Área do corpo	Média	Desvio Populacional
Pescoço	2,63	1,40
Ombros	2,49	1,52
Cotovelos	1,44	1,48
Punhos e mãos	2,33	1,46
Coluna dorsal	2,84	1,40
Coluna lombar	2,86	1,44
Quadril e coxas	1,79	1,61
Joelhos	1,98	1,64
Tornozelos e pés	1,88	1,65
Garganta e voz	2,60	1,60
Olhos e visão	2,84	1,66

Fonte: Autor (2021).

Constatou-se que ocorreu um aumento das dores durante o período de isolamento social. Tendo em sua média níveis entre 2,86 e 1,44. Com desvio populacional de 1,66 a 1,44.

No Gráfico 2 obteve-se um comparativo entre as médias antes e durante a pandemia.

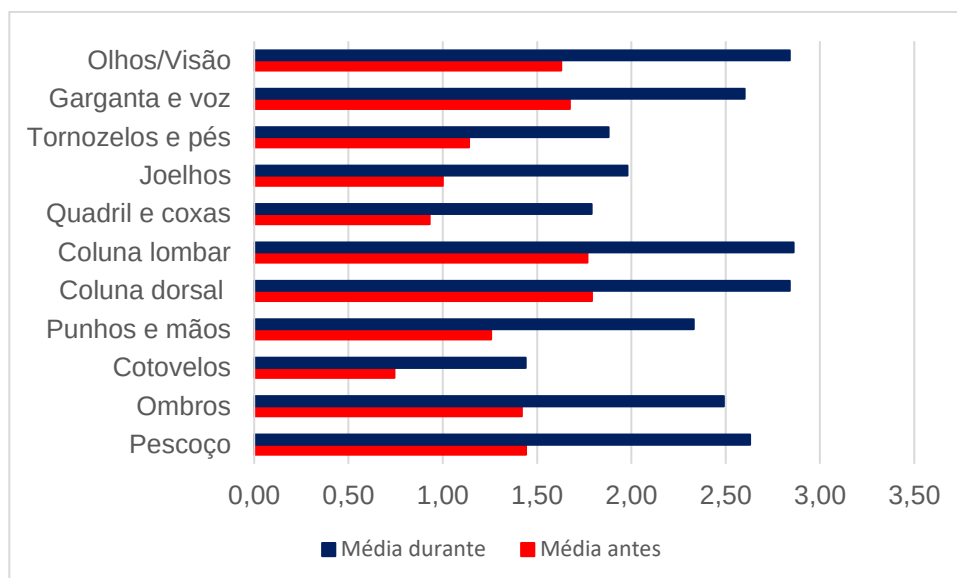


Gráfico 2: Comparativo das dores antes e durante a pandemia. **Fonte:** Autor (2021).

Com o Gráfico 2 é notável que ocorreu um aumento significativo das dores durante o período de pandemia. E isso pode ser explicado pelo excesso de atividades ocorridas durante esse tempo, uma maior dedicação ao novo momento, diversas horas em uma mesma posição, de frente para tela do computador.

Isso pode ser confirmado com o resgate feito por Ruela e Oliveira (2021), em que confirmam que esse momento de pandemia trouxe prejuízos para a saúde osteomuscular dos trabalhadores que precisaram Home Office. Essa pesquisa revela o aumento da prevalência de dores musculoesqueléticas em várias regiões do corpo, sobretudo na lombar e na cervical, também apresenta fatores como estresse, dificuldade em equilibrar as demandas familiares e laborais, movimento reduzido do pescoço, posturas e mobiliários inadequados, alteração da atividade muscular, elevada carga horária de trabalho e sedentarismo. E uma das causas desses prejuízos é que o novo ambiente de trabalho não foi preparado de forma ergonômica para atender as necessidades do colaborador e tentar evitar esses danos.

4.6 Aspectos socioemocionais

Esse isolamento e nova forma de interação trabalhista, mudou o modo de se relacionar. Para entender esses fluxos, foi solicitado que os docentes realizassem a classificação do efeito do isolamento social sobre o seu trabalho devido à pandemia, considerando a relações docente - discente; docente-docente; docente-direção; docente-coordenação; docente-responsáveis pelo discente. Para essa avaliação foram utilizadas as seguintes pontuações: 1 – muito negativo; 2 – um pouco negativo;

3 – indiferente; 4 – um pouco positivo; 5 – muito positivo. A média e o desvio populacional dessas relações podem ser vistos no Quadro 6.

Quadro 6: Relações de interação com o docente

Relações com o docente	Média	Desvio Populacional
Docente-discente	2,67	1,20
Docente-docente	3,26	1,06
Docente-direção	3,30	1,05
Docente-coordenação	3,33	1,05
Docente – responsáveis pelo discente	2,86	1,13

Fonte: Autor (2021).

Em meio a esses resultados, é notório que com o isolamento social essas relações tornaram-se um pouco negativas ou indiferentes. Isso é confirmado com o relato de um professor participante “A maioria dos alunos se afastaram, dificultando a relação docente-discente, e suas famílias são ausentes. A coordenação passou a olhar as necessidades do professor e entender alguns aspectos, o que foi positivo, assim como a angústia e obstáculos surgidos uniram os professores.” Outro relato que comprova “O efeito do isolamento social afeta diretamente a relação do professor para com seus alunos, muito difícil mantê-los atentos a aula de forma remota. As vezes a falta de comunicação com alguns pais dificultam ainda mais essa interação. Alguns não entendem que esse processo é novo para todos e há necessidade de calma, paciência e muito diálogo para que a aula avance. O contato com os colegas e coordenação continuou utilizando sempre plataformas virtuais para as reuniões.”

Nessa situação, torna-se notório a importância das relações, do contato, principalmente dessa interação docente – discente – família do discente, para dar continuidade ao planejamento.

4.7 Matriz de correlação

Utilizando o método da matriz de correlação, buscou-se compreender a relação entre as variáveis estudadas. Dessa forma, quanto maior for o valor absoluto do coeficiente, mais forte é a relação entre as variáveis. Quanto mais próximo a 1, mais essa relação linear é perfeita.

Em consequência disso, apresenta-se os resultados obtidos dessas relações. As séries de ensino demandam um pouco mais de tempo de frente a tela, mais

horários disponíveis para dúvidas. Em vista disso, as séries que ensina e os níveis de dor nos olhos e visão durante a pandemia apresentaram uma conexão de 0,52.

Em relação a avaliação da carga horária de trabalho durante a pandemia e a realização dessas atividades do trabalho em dias e horários diferentes do convencional, gerou uma correlação de 0,75.

Essas associações entram em concordância com o que foi dito por Nascimento *et al* (2021), que com a pandemia os docentes foram destinados a realizar suas atividades de forma virtual, sem nenhum preparo para esse novo momento. Exigindo mais esforço, tempo e dedicação para poder cumprir com suas responsabilidades.

Com essa transferência do ambiente de trabalho, os professores necessitaram utilizar alguns equipamentos a mais do que o usual, um exemplo deles é o telefone pessoal e a *Webcam*, meios necessários para dar continuidade ao andamento das aulas. A utilização desses recursos exigiu mais tempo em uma mesma posição, uma maior quantidade de uso, necessitando de uma maior demanda de certas partes do corpo. Esses dados podem ser visualizados no Quadro 7.

Quadro 7: Correlação do uso dos equipamentos e partes do corpo.

Equipamento	Referências	Correlação
Telefone pessoal	Coluna dorsal	0,63
	Garganta e voz	0,58
	Olhos e visão	0,57
	Coluna lombar	0,57
	Pescoço	0,56
	Punhos e mãos	0,53
	Ombros	0,53
Webcam pessoal	Olhos e visão	0,52
	Garganta e voz	0,51
	Coluna dorsal	0,50

Fonte: Autor (2021).

Essas situações são confirmadas por Ruela e Oliveira (2021), em sua pesquisa ele destacam o aumento de dor nos ombros, na parte superior das costas. Isso pode ser referente a ergonomia instalada em casa. Observou-se também, que esses trabalhadores apresentaram riscos a desenvolver problemas vocais, por causa

da maior demanda de reuniões, uso de plataformas digitais, maior tempo no celular, forma usada para garantir a comunicação entre funcionário e empresa.

Santos (2020), destaca que esse momento tem gerado várias lições, nesse momento todos tiveram suas casas abertas e privacidade tirada. Além da sobrecarga dos professores, eles compartilham a angústia do isolamento, medo da contaminação e o desgaste por passar várias horas de frente para tela do computador, além de ter que dar um suporte extraclasse maior. Foi a troca do lápis de quadro e da lousa, pelo computador e mouse.

Além disso, essa transferência do ambiente de trabalho demandou alguns custos extras para os docentes, a evidência disso é a relação do maior uso de luminária e ventilador, com o aumento da energia, com valores de correlação de 0,70 e 0,60, respectivamente. Em meio a isso, também se observa um maior consumo de alimento com o aumento do gás, com 0,80.

Outro ponto forte é a questão dos docentes que tem crianças em casa, os quais necessitam de cuidados, como alimentação, higiene, monitoramento do dia a dia, esses quesitos apresentaram forte dependência. Apresentados no Quadro 8.

Quadro 8: Correlações de cuidados para com os filhos(as).

Cuidado	Referências	Correlação
Alimentação	Rotina do sono	0,85
	Cuidado da higiene	0,76
	Acompanhamento das rotinas escolares	0,76
	Monitoramento do dia a dia	0,71
Cuidado da Higiene	Rotina do sono	0,81
	Entretenimento	0,77
	Monitoramento do dia a dia	0,76
Acompanhamento das atividades escolares	Entretenimento	0,77
	Monitoramento do dia a dia	0,76

Fonte: Autor (2021).

Outra análise realizada foi em relação aos sentimentos ao se trabalhar de forma socialmente isolada, percebeu-se que o sentimento de tranquilidade torna os docentes produtivos, confiantes e confortáveis. Já quando as sensações não são boas os

tornam improdutivos, frustrados, irritados. Essas correlações e sensações podem ser percebidas no Quadro 9.

Quadro 9: Correlações entre os sentimentos e sensações.

Sentimentos	Sensações	Correlação
Tranquilo	Confortável	0,73
	Produtivo	0,59
	Confiante	0,54
Produtivo	Confortável	0,49
	Confiante	0,49
Deprimido	Irritado	0,77
Irritado	Improdutivo	0,61
Estressado	Frustrado	0,53

Fonte: Autor (2021).

Oliveira e Santos (2021), confirmam que a pandemia aumentou o quadro de adoecimento mental dos docentes. Foi um período de grandes instabilidades. Uma mudança repentina que exigiu mudanças e práticas que resultaram em altos níveis de estresse e ansiedade.

Ferreira (2019) ainda aborda que os principais sintomas sentidos nesse momento são: mal-estar, nervosismo, esgotamento, estresse, irritabilidade, ansiedade, depressão, medo, cansaço e sono irregular. Foram sentimentos que se intensificaram nesse isolamento obrigatório.

Com essas afirmações, é notório que esse momento trouxe alguns prejuízos, nesse caso de estudo, para classe docente. Em que a pesquisa demonstrou esses relatos de sentimentos e sobrecargas.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia do Covid-19 foi e está sendo um momento de bastante adaptação. E é notório que esse momento inesperado, vivenciado por todos, acarretou alguns prejuízos, sejam financeiros, emocionais e físicos.

No que diz respeito a predominância dos docentes da instituição é o grupo do gênero feminino, com as maiores faixas etárias entre 26 e 35 anos. Com a predominância do estado civil de solteiro e sua maioria possuem filhos.

Quanto aos aspectos da atividade profissional, o grupo que se destaca está a pouco tempo na instituição, de 1 a 5 anos. No que diz respeito as séries de ensino, percebe-se uma predominância feminina nas fases de ensino iniciais, educação infantil e ensino fundamental I, séries essas caracterizadas pelas etapas de cuidados, as quais culturalmente são destinadas as mulheres, por terem esse lado mais afetivo e uma cautela maior, evidenciando a figura de mãe, tia. Dos docentes, grande parte realiza outra atividade empregatícia fora da instituição, porém poucos se afastaram instituição por algum motivo de doença relacionada ao trabalho.

Referente aos aspectos do trabalho durante a pandemia, é evidente que com a pandemia a carga de trabalho aumentou muito, além dessa situação a maioria dos professores relataram que a adaptação a esse regime de ensino foi muito difícil. Isso se dá ao fato de estarem expostos a uma nova realidade, a qual foi necessário um processo de adaptação sem tanta instrução, além da dificuldade e alguns ao manuseio dessas tecnologias, ocorreu também uma transferência de ambiente de trabalho, quebrando a divisão do local de trabalho e casa. O aumento dessa demanda também é justificado pelo tempo extra que eles dedicam as atividades em dias e turnos diferentes do usual, onde 46,5% realizam muitas vezes e 39,5% sempre realizam suas obrigações escolares em horários diferentes para dar conta das exigências do ensino.

Mais tempo em casa também aumenta a carga de trabalho doméstico, atividades que antes eram terceirizadas, passaram a ser realizadas pelos próprios docentes. Isso foi evidenciado quando questionados sobre a avaliação da carga de trabalho doméstico, em que uma parte explanou que aumentou muito. Além disso, os docentes que têm filhos precisam dedicar tempo as atividades das crianças, seja de alimentação, cuidado da higiene, acompanhamento das atividades escolares, entretenimento.

Tocante aos aspectos físicos do trabalho durante a pandemia, pode-se perceber que ocorreu um aumento das dores em algumas partes do corpo, essa situação foi visualizada com o comparativo entre as médias do antes e durante a pandemia. olhos/visão, garganta e voz, coluna lombar e dorsal, pescoço, ombros, obtiveram pelo menos um ponto a mais. Essas dores são motivadas pelo uso em excesso dos aparelhos eletrônicos, uma demanda mais alta de atividades sejam trabalhistas ou domésticas e um ambiente de trabalho adaptado sem os aspectos ergonômicos essenciais ao colaborador.

O processo de isolamento também dificultou algumas relações entre o docente e o discente, seus responsáveis. Essa ausência da família e o afastamento do aluno complicaram os momentos de aprendizagem. Quanto ao contato com os colegas de trabalho, coordenação e direção, foi possível perceber um certo apoio para tentar lidar com esse momento.

Outra situação vivenciada foi em relação aos sentimentos ao se trabalhar de forma socialmente isolada, percebendo-se que quando eles estavam tranquilos suas sensações eram boas, sentiam-se confortáveis, produtivos, confiantes. Porém, quando existia o estresse, irritabilidade, momentos deprimidos, as sensações não eram boas, ficavam improdutivos, irritados e frustrados. Essas emoções são comprovadas pelo momento de instabilidade e a mudança repentina, a qual ninguém esperava.

Em meio a todos esses relatos, é evidente que esse momento acarretou uma maior demanda de trabalho e sem estrutura adequada, pois foram pegos de surpresa e precisaram dar continuidade ao ano letivo em suas casas, esse novo processo gerou um pouco de adoecimento do docente, como o aumento de dores, além de sentimentos ruins, como: estresse, frustração, irritabilidade.

Assim sendo, uma sugestão para pesquisas futuras, seria a comparação desse adoecimento por meio de arquivos de atestados, uma forma de entender o afastamento do docente, antes, durante e após a pandemia. Compreender se realmente esse aumento das dores foram somente no momento do Home Office, ou se prolongaram para o pós pandemia.

REFERÊNCIAS

- ABERGO. **A certificação do ergonomista brasileiro**. Editorial do Boletim 1/2000, Associação Brasileira de Ergonomia, 2000. ARÃO, I. R. The new classroom: the impact of home office for teachers and physical ergonomics factors. p. 47–59, 2021.
- CORRÊA, V. M.; BOLETTI, R. R. **Ergonomia: Fundamentos e aplicações**. [s.l.: s.n.].
- DE OLIVEIRA, E. C.; DOS SANTOS, V. M. Adoecimento mental docente em tempos de pandemia / Teaching mental health in pandemic times. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 4, p. 39193–39199, 2021.
- FERREIRA, L. L. Lessons from schoolteachers on their joys and pains at work. **Cadernos de Saude Publica**, v. 35, p. 1–11, 2019.
- FERREIRA, M. C. A ergonomia da atividade se interessa pela qualidade de vida no trabalho?: Reflexões empíricas e teóricas. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, v. 11, n. 1, p. 83, 2008.
- FONTANA, R. T.; PINHEIRO, D. A. Condições de saúde auto-referidas de professores de uma universidade regional. **Revista gaúcha de enfermagem / EENFUFGRS**, v. 31, n. 2, p. 270–276, 2010.
- JUSSARA, R.; SILVA, B. Reflexões Acerca Do Trabalho Home Office Ocasionado Pela Pandemia Da Covid-19. **Humanidades E Tecnologia(Finom)**, v. 25, n. 1, p. 1809–1628, 2020.
- MEIRA, C. J.; SIMÕES, M. R.; VENÂNCIO, L. S. A ERGONOMIA E A ATIVIDADE DOCENTE: perspectivas e desafios atuais. **Revista Interdisciplinar Sulear**, v. 2, p. 19–27, 2018.
- MOREIRA, D. Z.; RODRIGUES, M. B. Mental health and teaching. **Estudos de Psicologia**, v. 23, n. 3, p. 236–247, 2018.
- MOURA, H. M. DE; BEMVENUTI, R. H.; FRANZ, L. A. S. Produção Brasileira Em Ergonomia No Cenário Internacional. **Revista Prâxis**, v. 1, p. 31, 2020.
- PASCOAL, P. A. G.; SILVA, P. C. D. Riscos psicossociais da atividade docente e análise do discurso: uma investigação acerca da saúde e segurança do professor de educação básica a partir dos princípios da ergonomia. **Research, Society and Development**, v. 8, n. 1, p. e4181619, 2019.
- RICHARD A. JOHSON, & D. W. W. **Applied Multivariate Statistical Analysis**. [s.l.: s.n.].
- RIESGOS, A. DE et al. Análise sobre Riscos Ergonômicos no profissional Docente **Analysis on Ergonomic Risks in the Teaching professional**. v. 2021, p. 1–8, 2021.
- RUELA, G. D. A.; OLIVEIRA, A. S. DE. Associação entre dor musculoesquelética e teletrabalho no contexto da pandemia de COVID - 19: uma revisão integrativa Association between musculoskeletal pain and telework in the context of the COVID - 19 pandemic : **an integrative review**. v. 19, n. 3, p. 342–350, 2021.
- SAMPAIO, R. M. **Práticas de ensino e letramentos em tempos de pandemia da Covid-19**. <https://Orcid.Org/0000-0001-6041-7869>. v. 2020, n. March, p. 1–16, 2020.
- SOUSA, D.; BARROS, C. Ser Professor no contexto atual de trabalho: riscos

psicossociais e consequências para a saúde e bem-estar. **International Journal on Working Conditions**, n. 14, p. 17–32, 2017.

WOLFF, C. S. Profissões, trabalhos: Coisas de mulheres. **Revista Estudos Feministas**, v. 18, n. 2, p. 503–506, 2010.

SILVA, A. L. C. A segurança do trabalho como uma ferramenta para a melhoria da qualidade. 2011. 147f. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, Área de Concentração em Sistema de Gestão da Qualidade e Processos) – Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2011. SILVA, EDNA LÚCIA DA. **Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação**. 4. ed. rev. atual. Florianópolis: UFSC, 2005.

RIBEIRO, Antônia et al. **Tecnologias na sala de aula**: uma experiência em escolas públicas de ensino médio. Brasília: UNESCO, MEC, 2007.

OLIVEIRA, Daniela Ribeiro. **Do fim do trabalho ao trabalho sem fim: o trabalho e a vida dos trabalhadores digitais em Home Office**. Tese de pós graduação. São Carlos: UFSCar, 2017. Disponível em: https://repositorio.ufscar.br/bitstream/handle/ufscar/10792/TESE_OLIVEIRA_DANIELA%20RIBEIRO.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Acesso em: 09 de Setembro 2021.

WOLFF, C. S. Profissões, trabalhos: Coisas de mulheres. **Revista Estudos Feministas**, v. 18, n. 2, p. 503–506, 2010.

APÊNDICE A – FORMULÁRIO UTILIZADO PARA PESQUISA

Avaliação das vivências dos docentes durante a pandemia da Covid-19.

Prezada(o) docente, este questionário faz parte da minha pesquisa para o Trabalho de Conclusão de Curso em Engenharia de Produção pela UFERSA, sob orientação do professor André Duarte Lucena e da pesquisadora Hadassa Monteiro de Albuquerque Lucena. O objetivo da pesquisa é identificar aspectos da adaptação do trabalho docente decorrentes da pandemia de Covid-19. Todas as informações que você fornecer serão tratadas para fins exclusivamente científicos, de forma confidencial / sigilosa e sua identidade ou aspectos que permitam sua identificação ou qualquer constrangimento não serão divulgados em hipótese alguma. Suas respostas serão importantes porque nos permitirão entender melhor como ocorreu a adaptação do trabalho docente ao formato remoto, o que funcionou, o que pode melhorar e algumas de suas consequências. Por isso, lhe convidamos a participar respondendo com veracidade. Enfatizamos que você pode desistir em qualquer momento.

Se tiver qualquer dúvida, entre em contato conosco:

Maria Tereza Moraes Medeiros Dias (Graduanda em Engenharia de Produção): mariateresa_15@hotmail.com

André Duarte Lucena (Orientador - UFERSA): andrelucena@ufersa.edu.br

Hadassa Monteiro de Albuquerque Lucena (Coorientadora - UMinho): hadassa12albuquerque@gmail.com

Sessão 1: Termo de Consentimento

Você se sente suficientemente esclarecido sobre a pesquisa e concorda em participar, disponibilizando suas informações para os fins científicos e acadêmicos a que ela se propõe?

☐ Sim

☐ Não

Sessão 2: Dados Sociodemográficos

1. Sexo:

☐ Feminino

☐ Masculino

2. Idade:

☐ Entre 18 e 25 anos

☐ Entre 26 e 30 anos

☐ Entre 31 e 35 anos

☐ Entre 36 e 40 anos

☐ Entre 41 e 45 anos

☐ Entre 46 e 50 anos

☐ 51 anos ou mais

3. Estado Civil

☐ Solteiro (a)

☐ Casado (a)

☐ União Estável

☐ Divorciado (a)

☐ Viúvo (a)

4. Escolaridade

- ☐ Magistério
☐ Graduação Incompleta
☐ Graduação Completa
☐ Especialização
☐ Mestrado
☐ Doutorado

5. Cor/Etnia

- ☐ Branco
☐ Preto
☐ Pardo
☐ Amarelo

6. Possui filhos?

- ☐ Sim
☐ Não

7. Se sim, quais as idades dos que moram com você? _____

8. Caso outros adultos morem com você, quais as idades dessas pessoas? _____

Sessão 3: Aspectos da atividade profissional

9. Há quantos anos você leciona nessa instituição?

- ☐ De 1 a 5 anos.
☐ De 6 a 10 anos.
☐ De 11 a 15 anos.
☐ De 16 a 20 anos.
☐ 21 anos ou mais.

10. Quais séries você ensina?

- ☐ Nível I ao Nível V (Educação Infantil)
☐ 1º ao 4º ano (Ensino Fundamental I)
☐ 5º ao 9º ano (Ensino Fundamental II)
☐ 1ª a 3ª série (Ensino Médio)

11. Possui outro vínculo de emprego ou atividade?

- ☐ Sim
☐ Não

12. Se sim, também é como docente?

- ☐ Sim
☐ Não

13. Quantas horas semanais dedica a ministração de aulas? _____

14. Qual a sua carga horária semanal de outras atividades relacionadas ao trabalho (ex.:Preparação de aulas, atividades, provas, reuniões, etc.)? _____

15. Já se afastou das suas atividades por motivos de doença relacionada ao trabalho?

- () Sim
() Não

Sessão 4: Aspectos do trabalho durante a pandemia

16. Como você avalia a carga do seu TRABALHO durante a pandemia?

- () Diminuiu muito.
() Diminuiu um pouco.
() Não mudou em nada.
() Aumentou um pouco.
() Aumentou muito.

17. Como você avalia a ADAPTAÇÃO ao regime de ensino adotado na pandemia?

- () Extremamente FÁCIL de se adaptar.
() FÁCIL de se adaptar.
() Indiferente.
() DIFÍCIL de se adaptar.
() Extremamente DIFÍCIL de se adaptar.

18. Quantas horas, em média, você dedica diariamente para as atividades do seu trabalho durante a pandemia? _____

19. Quais desses itens e em que intensidade você passou a consumir ou usar mais do que no período anterior à pandemia para realizar seu trabalho?

Legenda:

1. Quase nada a mais.
2. Um pouco mais.
3. Razoavelmente mais.
4. Muito mais.
5. Intensamente mais.

Itens	1	2	3	4	5
Computador pessoal					
Telefone pessoal					
Webcam própria					
Energia elétrica					
Pacote de dados ou plano de internet					
Água					
Material escolar de papelaria (papel, cartolina, cola)					
Quadro branco/giz ou similar					
Móveis					
Luminária					
Ventilador					
Condicionador de ar					
Alimento					
Material de higiene					
Gás					

20. Quanto você tem realizado atividades do trabalho em dias e horários diferentes do horário convencional durante a pandemia (ex.: trabalhar em turno diferente, fins de semana e feriados)?

- ☐ Nunca.
- ☐ Raramente.
- ☐ Às vezes.
- ☐ Muitas vezes.
- ☐ Sempre.

Sessão 5: Trabalho doméstico

21. Como você avalia a sua carga de ATIVIDADES DOMÉSTICAS nessa pandemia?

- ☐ Diminuiu muito.
- ☐ Diminuiu um pouco.
- ☐ Não mudou em nada.
- ☐ Aumentou um pouco.
- ☐ Aumentou muito.

22. Diante dessas atividades, quais as que você realiza? (Pode marcar mais de uma alternativa).

- ☐ Limpar e arrumar a casa.
- ☐ Lavar roupa.
- ☐ Engomar.
- ☐ Cozinhar.
- ☐ Dar assistência a um familiar que necessite de cuidado especial.
- ☐ Fazer compras.
- ☐ Cuidar de animal.
- ☐ Outros.

23 Se há crianças na família, quais atividades você realiza? (Pode marcar mais de uma alternativa).

- ☐ Alimentação.
- ☐ Cuidado da higiene/asseio.
- ☐ Rotina do sono.
- ☐ Acompanhamento das atividades escolares.
- ☐ Entretenimento.
- ☐ Monitoramento do dia a dia.
- ☐ Outras.

24. Se respondeu outras, especifique. _____

25. Quantas horas diárias você dedica ao cuidado das crianças? _____

26. Como você avalia a influência das demandas do TRABALHO docente durante a pandemia sobre a dinâmica da FAMÍLIA de um professor?

- ☐ As demandas do trabalho influenciam MUITO POSITIVAMENTE sobre a família.
- ☐ As demandas do trabalho influenciam POSITIVAMENTE sobre a família.
- ☐ A influência das demandas do trabalhos sobre a família é INDIFERENTE.
- ☐ As demandas do trabalho influenciam NEGATIVAMENTE sobre a família.

() As demandas do trabalho influenciam MUITO NEGATIVAMENTE sobre a família.

27. Como você avalia a influência das demandas das FAMÍLIAS de docentes sobre o TRABALHO dos mesmos durante a pandemia?

() As demandas da família influenciam MUITO POSITIVAMENTE sobre o trabalho.

() As demandas da família influenciam POSITIVAMENTE sobre o trabalho.

() A influência do trabalho docente sobre a família é INDIFERENTE.

() As demandas da família influenciam NEGATIVAMENTE sobre o trabalho.

() As demandas da família influenciam MUITO NEGATIVAMENTE sobre o trabalho.

28. Quantas horas em média você dedica diariamente para as atividades domésticas durante a pandemia? _____

Sessão 6: Aspectos físicos do trabalho durante a pandemia

29. Indique os níveis de dor ou incômodo para cada parte do corpo que você sentia ANTES DA PANDEMIA em uma semana típica de seu trabalho, considerando a escala de 0 a 5.

Legenda:

0. Nenhuma dor ou incômodo.

1. Alguma dor ou incômodo mínimo.

2. Dor ou incômodo fraco.

3. Dor ou incômodo razoável.

4. Dor ou incômodo forte.

5. Nível Máximo de dor ou incômodo.

Partes do corpo	0	1	2	3	4	5
Pescoço						
Ombros						
Cotovelos						
Punhos e mãos						
Coluna dorsal (entre os ombros e cintura)						
Coluna lombar (da cintura para baixo)						
Quadril e coxas						
Joelhos						
Tornozelos e pés						
Garganta e voz						
Olhos/visão						

30. Indique os níveis de dor ou incômodo para cada parte do corpo devido às suas vivências DURANTE A PANDEMIA, considerando a escala de 0 a 5.

Legenda:

0. Nenhuma dor ou incômodo.

1. Alguma dor ou incômodo mínimo.

2. Dor ou incômodo fraco.

3. Dor ou incômodo razoável.
4. Dor ou incômodo forte.
5. Nível Máximo de dor ou incômodo.

Partes do corpo	0	1	2	3	4	5
Pescoço						
Ombros						
Cotovelos						
Punhos e mãos						
Coluna dorsal (entre os ombros e cintura)						
Coluna lombar (da cintura para baixo)						
Quadril e coxas						
Joelhos						
Tornozelos e pés						
Garganta e voz						
Olhos/visão						

Sessão 7: Aspectos socioemocionais

31. Classifique o efeito do isolamento social sobre o seu trabalho devido à pandemia, considerando as seguintes relações:

Legenda:

1. Muito negativo.
2. Um pouco negativo.
3. Indiferente
4. Um pouco positivo.
5. Muito positivo.

Relações com o docente	1	2	3	4	5
Docente - Discente					
Docente - Docente					
Docente - Direção					
Docente – Coordenação					
Docente – Responsáveis pelo discente					

32. Quais são os efeitos do isolamento sobre essas relações e o trabalho?

33. Marque as opções que representam como você se sente ao trabalhar de forma socialmente isolada (Pode marcar mais de uma opção).

- () Tranquilo.
- () Confiante.
- () Produtivo.
- () Confortável.
- () Deprimido.
- () Ansioso.
- () Estressado.
- () Irritado.
- () Desanimado.
- () Temeroso.

- ☐ Frustrado.
- ☐ Improdutivo.
- ☐ Outro.

34. Se marcou "Outro", especifique. _____

35. O que você fez durante a pandemia como forma de cuidar de si? (Pode marcar mais de uma opção).

- ☐ Alimentar-se melhor.
- ☐ Exercícios físicos.
- ☐ Cuidar da imagem (unhas, cabelo).
- ☐ Descansar.
- ☐ Conversar com amigos.
- ☐ Realizar exames e consultas.
- ☐ Desempenhar atividades que gosta.
- ☐ Outros.

36. Quais tem sido suas formas de lazer durante a pandemia? _____