

# Impactos da pandemia na saúde mental e rotina de trabalho de docentes em home office

Anna Laura Silveira Lengruber<sup>1\*</sup>; Daniele Almeida de Oliveira<sup>2</sup>; Isabelle de Souza Costa<sup>3</sup>; Patrick Barbosa da Silva Ribeiro<sup>4</sup>; Raphael de Mello Veloso<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Discente do IFF - Campus Itaperuna; <sup>2</sup> Discente do IFF - Campus Itaperuna; <sup>3</sup> Discente do IFF - Campus Itaperuna; <sup>4</sup> Discente do IFF - Campus Itaperuna; <sup>5</sup> Orientador e Docente do IFF - Campus Itaperuna  
\*laura.anna@gsuite.iff.edu.br

## Resumo

O vírus SARS-COV2, principal agente da pandemia COVID-19, impactou categoricamente a vida de todos os cidadãos, incluindo incisivamente os docentes. Dito isso, foi necessária a implementação do isolamento social enquanto principal meio de contenção ao vírus, diminuindo a proliferação da doença. Os indivíduos passaram a exercer, então, suas atividades pelo *home office*. Entretanto, essa medida gera consequências para o bem-estar da coletividade, posto que a interação social através do contato com instituições e grupos sociais é fortemente abalada. O presente estudo objetiva demonstrar os impactos da pandemia na saúde mental de docentes que atuam no Noroeste Fluminense, trabalhando em *home office*. Objetivos secundários buscam identificar as principais consequências do uso de novas tecnologias digitais no bem-estar da comunidade acadêmica, além de verificar como estão lidando com tais efeitos. A partir de pesquisa bibliográfica e levantamento teórico, foram analisados artigos e trabalhos já existentes a respeito dos conceitos supracitados. Foi realizado um questionário quantitativo com a finalidade de coletar dados e com perguntas elaboradas a fim de responder às questões apresentadas nos objetivos. Foram obtidas 73 respostas de docentes da rede pública municipal, estadual e federal, privada e do IFF. Conclui-se que a experiência dos docentes com o *home office* tem sido majoritariamente positiva, porém parte dos entrevistados desenvolveu problemas psicológicos, destacando-se a ansiedade. Ademais, aproximadamente 60% dos respondentes tiveram uma boa experiência utilizando plataformas digitais de ensino, apesar de mais de 50% das respostas indicarem que os docentes não estavam tão habituados com tais meios.

**Palavras-Chave:** Pandemia. Isolamento social. Saúde mental. Home Office.

**Instituição de fomento:** IFFluminense - Campus Itaperuna.