

ÁREA TEMÁTICA: Formação, Pesquisa e Prática Docente em Administração.

**DESAFIOS E ESTRATÉGIAS DO TRABALHO DOCENTE EM HOME OFFICE
DURANTE A PANDEMIA: IMPACTOS NA SAÚDE, QUALIDADE DE VIDA E
ENSINO SUPERIOR**



Resumo

A pandemia de COVID-19, iniciada em 2020, provocou uma transformação abrupta nas dinâmicas de trabalho e ensino, especialmente no contexto do ensino superior. O distanciamento social obrigou docentes a migrarem rapidamente para o home office, adaptando metodologias pedagógicas e ambientes domésticos para garantir a continuidade das aulas. Este estudo teve como objetivo analisar os desafios enfrentados por professores de uma universidade em Caçador, Santa Catarina, na transição para o trabalho remoto e as estratégias utilizadas para manter produtividade e qualidade de vida. A pesquisa adotou abordagem quantitativa, de caráter descritivo e tipo *survey*, com aplicação de questionário estruturado a 79 docentes, representando 31,22% do corpo acadêmico. A coleta ocorreu via Google Forms utilizando amostragem não probabilística e técnica *snowball*. Os resultados revelaram que 74,7% dos docentes nunca haviam trabalhado remotamente antes da pandemia e 83,5% perceberam aumento na carga horária, com 89,9% dedicando mais tempo às aulas síncronas. A ansiedade (70,9%) e a fadiga (55,7%) foram os fatores psicológicos mais recorrentes, enquanto problemas de postura (62%) e alterações de peso (67,1%) foram os principais impactos físicos. Apesar dos desafios, 64,6% relataram que o convívio familiar não foi negativamente afetado. O estudo contribui ao evidenciar a necessidade de políticas institucionais voltadas para infraestrutura tecnológica, apoio psicossocial e capacitação docente, alinhando-se aos ODS 3 e 4, que tratam de saúde e educação de qualidade.

Palavras-chave: teletrabalho; saúde docente; ensino remoto.

36° ENANGRAD

1. Introdução

A pandemia de COVID-19, iniciada em 2020, trouxe profundas transformações na organização do trabalho e na educação em todo o mundo, com um impacto significativo nas estruturas de ensino superior. O distanciamento social, uma das principais estratégias para conter a propagação do vírus, levou à rápida adoção do ensino remoto, modificando a dinâmica de interação entre docentes e discentes, especialmente em áreas que tradicionalmente exigiam presença física. Esse cenário desafiador impôs a reavaliação dos métodos pedagógicos, que passaram a depender fortemente de tecnologias digitais para a manutenção da continuidade educacional (Lima *et al.*, 2022; Evangelista *et al.*, 2022).

Os docentes universitários enfrentaram transformações radicais em suas práticas, necessitando converter de forma abrupta suas abordagens de ensino para plataformas digitais (Ferreira *et al.*, 2022; Silva *et al.*, 2021). A transição para o ensino remoto trouxe à tona desafios relacionados à adaptação do ambiente doméstico para o trabalho, incluindo questões ergonômicas e de saúde mental (Ribeiro *et al.*, 2023; Valduga *et al.*, 2023). O lar, que antes era um espaço de descanso e vida familiar, rapidamente se transformou em um local de trabalho, aumentando a complexidade das demandas que educadores e alunos enfrentaram durante esse período de isolamento (Pinto *et al.*, 2023; Santos *et al.*, 2021).

A pesquisa em questão busca analisar como os docentes de uma universidade em Caçador, Santa Catarina, lidaram com esses desafios, destacando as estratégias que foram adotadas para manter a produtividade e a qualidade de vida profissional e pessoal. Notavelmente, essa investigação alinha-se com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), especialmente o ODS 3, que aborda a saúde e o bem-estar, e o ODS 4, que visa garantir uma educação inclusiva, equitativa e de qualidade (ONU, 2015). Apesar do crescimento da literatura sobre teletrabalho durante a pandemia, há uma necessidade significativa de estudos que abordem as particularidades da adaptação pedagógica e suas implicações em contextos regionais, principalmente em instituições com recursos limitados (Neves; Fialho; Machado, 2021; Senkevics; Basso; Caseiro, 2022).

Por fim, a escassez de investigações que conectem a adaptação pedagógica, a ergonomia e a qualidade de vida dos professores em localidades menores evidencia a relevância desta pesquisa, a qual poderá fornecer subsídios para a formulação de políticas institucionais e o desenvolvimento de práticas de ensino mais resilientes frente a incertezas futuras (Tavares, 2024; Gomes *et al.*, 2021).

2. Fundamentação Teórica

O surgimento do coronavírus trouxe um impacto sem precedentes na saúde pública e na organização social mundial. Identificado como COVID-19 pela Organização Mundial da Saúde (OMS), a doença está associada ao SARS-CoV-2, um vírus de RNA responsável por infecções respiratórias em humanos (Donato; Jaime, 2021; Huang *et al.*, 2020). No Brasil, a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP, 2020) destaca que a denominação "corona" refere-se ao aspecto em forma de coroa observado na microscopia eletrônica, e está associada a uma longa história de infecções por coronavírus, incluindo seis tipos anteriores relacionados a síndromes como SARS e MERS (Aquino *et al.*, 2020; Oliveira; Neto, 2023). Os primeiros casos registrados ocorreram em Wuhan, na China, no final de 2019, para posteriormente se disseminar globalmente, incluindo o Brasil, onde os primeiros registros aconteceram em fevereiro de 2020, principalmente na região metropolitana de São Paulo (Noronha *et al.*, 2020; Caetano *et al.*, 2020).

As medidas emergenciais, como o distanciamento social e o isolamento, foram rapidamente adotadas em diversas nações para conter a propagação do vírus. Autores afirmam que estas intervenções precoces foram cruciais para reduzir a taxa de transmissão e evitar o colapso dos sistemas de saúde (Aquino *et al.*, 2020). O impulso para a continuidade das atividades econômicas e educacionais levou a um crescimento abrupto do modelo de trabalho remoto. O *home office*, que consiste na execução de tarefas fora das dependências tradicionais da empresa, tornou-se uma alternativa vital para minimizar riscos e manter operações (Gusso *et al.*, 2021).

Embora o conceito de teletrabalho não seja novo, ganhou uma dimensão mundial sem precedentes durante a crise sanitária, transformando-se em um tema central nas discussões sobre gerenciamento do trabalho (Calcini; Andrade, 2020). Historicamente, o conceito tem raízes que remontam ao século XIX, quando o uso de telégrafos facilitou a supervisão de atividades industriais. Contudo, foi após a crise do petróleo nos anos 1970 que a prática começou a ser desenvolvida de forma mais robusta como uma estratégia para redução de custos (Huang *et al.*, 2020).

A adaptação das instituições de ensino foi imediata e impactante. O ensino presencial, com sua natureza voltada para a interação direta entre professores e alunos, teve de ceder lugar, de forma emergencial, a um formato de aulas remotas síncronas e assíncronas (Araújo; Apolinário; Afonso, 2021; Silva; Junqueira-Marinho, 2023). O Ministério da Educação, mediante diretrizes como a nº 343/2020, estabeleceu a transição para o ensino remoto emergencial (Aquino *et al.*, 2020). Esse processo exigiu que professores, coordenadores e instituições se adaptassem rapidamente, revelando lacunas na formação docente quanto ao uso de tecnologias digitais e a necessidade de metodologias inovadoras para garantir eficiência acadêmica (Silva *et al.*, 2021). O ensino remoto, apesar de sua natureza emergencial, expôs a relevância das estratégias de ensino mediadas por tecnologia e motivou debates acerca da integração entre modalidades presencial e digital.

A saúde mental tornou-se um tema central durante a pandemia, revelando impactos significativos em diversos setores. Pesquisas mostram que o isolamento social e a intensificação do trabalho remoto aumentaram os níveis de estresse, ansiedade e depressão, afetando com maior intensidade os docentes do ensino superior. Entre os principais fatores associados, destacam-se as dificuldades em equilibrar as tarefas domésticas e laborais e a ausência de espaços adequados para o desempenho profissional. Essas condições evidenciaram fragilidades na adaptação às novas rotinas e reforçaram a urgência de estratégias para o bem-estar emocional e físico dos profissionais (Oliveira; Neto, 2023).

A pandemia também ressaltou a importância do planejamento estratégico dentro da administração. Organizações foram obrigadas a reestruturar processos, implementar protocolos de contingência e procurar alternativas para manter a eficiência em um cenário de incerteza. No campo educacional, coordenadores pedagógicos enfrentaram o desafio de reorganizar planejamento acadêmico rapidamente, destacando a necessidade de uma gestão flexível e adaptativa às mudanças sociais e tecnológicas (Aquino *et al.*, 2020). De modo geral, o contexto pandêmico ressaltou que a integração entre tecnologia, gestão estratégica e políticas públicas é essencial para enfrentar cenários de instabilidade, evidenciando que, além de ferramentas tecnológicas, são necessárias políticas de suporte à saúde mental e capacitação profissional para que mudanças estruturais criem impactos positivos a longo prazo.

3. Metodologia

A pesquisa caracteriza-se como quantitativa, buscando dimensionar as vantagens e desafios do trabalho docente na modalidade *home office* durante a pandemia. Essa abordagem foi escolhida por possibilitar a mensuração de variáveis e a análise estatística de dados coletados junto aos professores, transformando percepções em informações numéricas com validade científica (Gabriel, 2014). A pesquisa quantitativa permite verificar correlações entre variáveis previamente definidas, identificando padrões e inferências relevantes. O estudo adotou um delineamento descritivo e de levantamento (*survey*), adequado para descrever características de uma população-alvo e estabelecer relações entre variáveis, proporcionando novas perspectivas sobre uma realidade conhecida (Gil; Reis Neto, 2020).

A amostra foi não probabilística por conveniência, composta por docentes de uma instituição de ensino superior localizada em Caçador, Santa Catarina, com formação mínima em nível de graduação. O município de Caçador está localizado no Meio Oeste de Santa Catarina e é um pujante polo industrial e exportador. Fundado oficialmente em 1934, a cidade surgiu junto à Estrada de Ferro e colonização europeia – com poloneses, ucranianos, italianos e sírios libaneses – e cresceu por serrarias e agricultura pioneiras (Caçador, 2025).

Segundo o IBGE (2022), Caçador possui 74 mil habitantes e destaca-se na indústria de madeira (porta, moldura, móveis em pinus), papel, couro e plásticos; no agronegócio (tomate e uva) e no transporte de cargas, sendo o 5º maior exportador de Santa Catarina, com US\$ 100 milhões. (Quaresma, 2022). Segundo Hupalo, Hoffmann e Bonin (2024), o município localiza-se na Microrregião dos Municípios do Alto Vale do Rio do Peixe (AMARP) que tem uma população estimada em 230 mil habitantes, um PIB per capita de R\$ 32 mil, 71 mil postos de trabalho na indústria, 20 mil empresas e teve uma projeção de US\$ 450 milhões em exportações em 2021.

A Figura 1 apresenta a localização geográfica do município de Caçador/SC.

Figura 1 – Localização de Caçador, Santa Catarina



Fonte: os autores (2025).

O levantamento contemplou aproximadamente 30% do corpo docente (n=76), estimado em 253 professores conforme o Plano de Desenvolvimento Institucional da organização (PDI, 2019). A escolha por essa técnica se deveu à limitação de tempo e à incerteza quanto à adesão ao questionário, considerando que nem todos os elementos da população possuíam a mesma probabilidade de participação, o que restringe a generalização dos resultados (Menelau *et al.*, 2015).

A coleta de dados ocorreu por meio de um questionário estruturado disponibilizado em outubro de 2020, elaborado e aplicado via Google Forms. A amostragem utilizou a técnica *snowball* (bola de neve), na qual os primeiros respondentes indicaram outros participantes do mesmo grupo-alvo, ampliando o alcance da pesquisa (Bockorni; Gomes, 2021). O instrumento continha 18 perguntas, sendo 16 objetivas e 2 abertas, distribuídas entre questões dicotômicas, de resposta única e múltipla escolha, possibilitando captar tanto dados quantitativos quanto percepções complementares sobre o tema (Batista *et al.*, 2021).

A análise baseou-se na estatística descritiva, que organiza e resume dados de mesma natureza, permitindo visualizar padrões (Guedes *et al.*, 2005). As respostas foram tratadas e apresentadas em tabelas e gráficos do Google Forms, facilitando a interpretação de frequências e proporções. Essa abordagem possibilitou identificar tendências relevantes e compreender como o corpo docente vivenciou a adaptação ao trabalho remoto em um contexto emergencial, destacando aspectos essenciais do processo de transição durante a pandemia.

4. Análise e Discussão dos Resultados

A pesquisa contou com 79 participantes, correspondendo a 31,22% do corpo docente da instituição. Observou-se predominância feminina (69,6%) e média de idade de 42 anos. Quanto ao estado civil, 67,1% são casados ou em união estável, 20,3% solteiros e 7,5% divorciados. A qualificação revelou 46,8% mestres, 29,1% especialistas, 10,1% doutores e 5,1% pós-doutores. Sobre a experiência, 81% lecionam há mais de cinco anos, demonstrando maturidade profissional e ampla vivência acadêmica no grupo analisado.

A Tabela 1 apresenta um resumo do perfil dos professores.

Tabela 1 – Resumo do perfil dos docentes

Categoria	Variável	Percentual (%)
Gênero	Feminino	69,6
	Masculino	30,4
Estado civil	Casado/União Estável	67,1
	Solteiro	20,3
	Divorciado/Separado	7,5
	Viúvo	5,1
Escolaridade	Mestrado	46,8
	Especialização/MBA	29,1
	Doutorado	10,1
	Graduação	8,9
	Pós-Doutorado	5,1
Tempo de docência	Mais de 5 anos de	81,0
	3 a 5 anos	10,1
	1 a 3 anos	5,1
	Menos de 1 ano	3,8

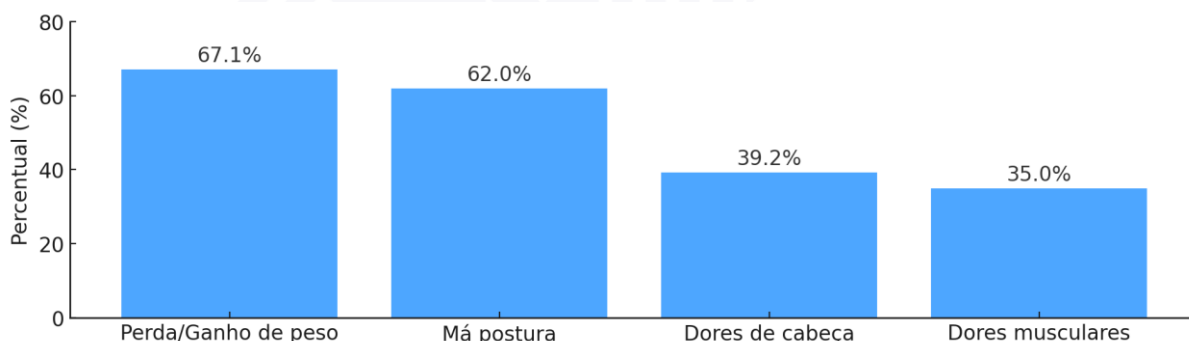
Fonte: os autores (2025).

A Tabela 1 evidencia que a amostra é composta por um corpo docente experiente e altamente qualificado, reforçando a credibilidade dos resultados obtidos. O predomínio de mestres e especialistas indica a valorização da formação continuada pela instituição, aspecto que pode ter contribuído para maior preparo na adaptação às exigências do trabalho remoto. Esse perfil acadêmico, aliado à vivência profissional, sugere que os docentes possuíam recursos teóricos e práticos que auxiliaram no enfrentamento dos desafios impostos pela migração para o home office.

No que diz respeito às experiências prévias com trabalho remoto, 74,7% dos docentes nunca haviam trabalhado nessa modalidade antes da pandemia. Essa falta de familiaridade pode explicar a percepção de aumento da carga horária: 83,5% relataram que o trabalho remoto demandou mais tempo, enquanto apenas 5,1% não perceberam alterações. A maior parte dos professores também apontou que a preparação de aulas síncronas exigiu mais dedicação do que as presenciais, com 89,9% sinalizando aumento de tempo de planejamento.

O Gráfico 1 aponta os principais impactos físicos resultantes da alteração na jornada de trabalho apontados pelos docentes.

Gráfico 1 – Principais impactos físicos resultantes da alteração na jornada de trabalho apontados pelos docentes



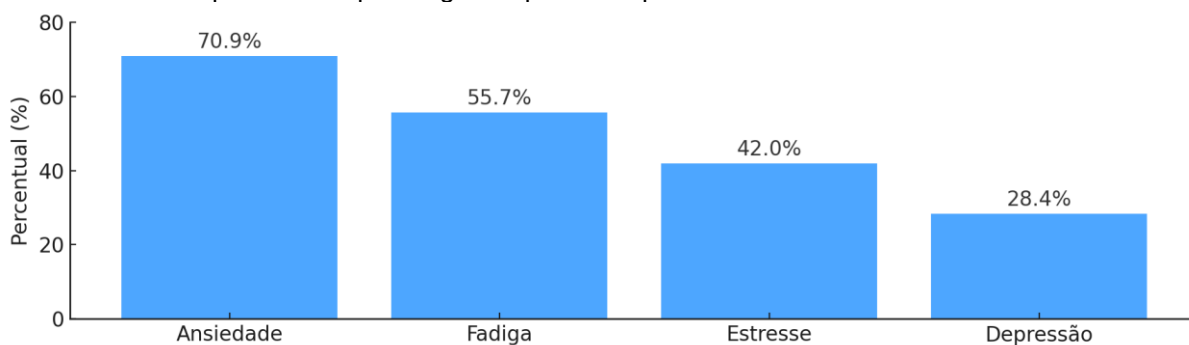
Fonte: os autores (2025).

O Gráfico 1 demonstra que a mudança repentina para o ensino remoto demandou dos docentes um esforço extra na adaptação de metodologias, elaboração de materiais e domínio de plataformas digitais. Essa sobrecarga está ligada tanto ao aprendizado de novas tecnologias quanto ao desafio de manter a qualidade das aulas no ambiente virtual. Tais fatores refletem uma das principais tensões vivenciadas pelo setor educacional durante a pandemia, evidenciando o impacto significativo do contexto emergencial nas práticas pedagógicas.

Outro dado relevante refere-se à necessidade de adequação do ambiente doméstico: 63,3% dos docentes precisaram adaptar algum cômodo da residência para transformá-lo em sala de aula, evidenciando a falta de preparo estrutural para o trabalho remoto. Além disso, 75,9% relataram ter adquirido equipamentos eletrônicos, como notebooks e webcams, e 68,4% contrataram planos de internet mais robustos para suportar as demandas do ensino online. O impacto psicológico foi outro ponto crítico. Ansiedade (70,9%) e fadiga (55,7%) foram os fatores mais relatados, seguidos por alterações de humor e sintomas relacionados ao estresse. Nos aspectos físicos, 67,1% relataram ganho ou perda de peso e 62% apontaram problemas de má postura, reforçando a influência do ambiente inadequado e da sobrecarga de trabalho.

O Gráfico 2 apresenta os principais fatores psicológicos apontados pelos docentes.

Gráfico 2 – Principais fatores psicológicos apontados pelos docentes



Fonte: os autores (2025).

A análise do Gráfico 2 confirma que a adaptação ao home office foi marcada por desafios estruturais, emocionais e físicos. A ausência de espaços adequados, somada à pressão por resultados e à falta de contato presencial, contribuiu para o surgimento de sintomas que impactam diretamente a qualidade de vida e o desempenho docente.

Apesar das dificuldades, 64,6% dos professores afirmaram que o convívio familiar não foi afetado negativamente, apontando que, para parte dos respondentes, o home office trouxe a possibilidade de maior aproximação com a família. Esse dado sugere que, embora o trabalho remoto tenha intensificado as jornadas e exigido adaptações complexas, ele também trouxe experiências positivas relacionadas ao equilíbrio entre vida pessoal e profissional.

Por fim, os resultados destacam que a experiência do home office na docência universitária evidenciou a necessidade de investimentos em infraestrutura tecnológica e capacitação pedagógica. Os dados reforçam que, embora a modalidade tenha surgido como resposta emergencial, ela trouxe aprendizados que podem contribuir para modelos híbridos mais eficientes no futuro, desde que acompanhados de suporte institucional e estratégias para mitigar impactos psicológicos e físicos.

A análise do perfil dos docentes participantes da pesquisa revela um corpo acadêmico com alta qualificação e experiência, o que é suportado por estudos que apontam para a importância da formação continuada e da experiência dos professores na adaptação ao ensino remoto. Por exemplo, um estudo realizado por Bihain, Pereira e Irala (2024) comparou o desempenho acadêmico de alunos entre modalidades presencial e remota, revelando que ambientes de aprendizado com professores experientes podem diversificar as metodologias utilizadas e favorecer o aprendizado dos alunos mesmo em circunstâncias adversas. Além disso, outro estudo que a adaptação dos professores ao trabalho remoto foi mediada pela experiência prévia dos docentes, mostrando que a adequação à nova realidade de ensino requer um conjunto de habilidades que muitas vezes não estavam disponíveis para todos os professores (Abreu, 2024). Assim, a elevada qualificação acadêmica observada nesta amostra delimita um cenário em que os docentes estão mais propensos a superar os desafios impostos pela pandemia.

Ademais, o resultado de que 74,7% dos docentes nunca haviam trabalhado remotamente antes da pandemia é alarmante e reflete preocupações expressas por Godoi, Kawashima e Gomes (2020), ao relatarem que muitos professores enfrentaram dificuldades ao se adaptar às novas tecnologias e metodologias de ensino durante o ensino remoto. Essa transição abrupta parece ter levado à sobrecarga de trabalho percebida por 83,5% dos participantes na pesquisa, sendo uma questão também abordada por Maia e Bernardo (2021), que identificaram que estressores ocupacionais

foram acentuados pela falta de preparo dos docentes para a modificação do ambiente de trabalho. A sobrecarga mencionada e a exigência de um planejamento adicional para aulas síncronas enfatizam ainda mais a necessidade de formação adequada, como descrito por Leite (2024), que investigou as consequências da pandemia na saúde mental e na carga de trabalho dos professores.

Por último, a consideração de que 63,3% dos docentes precisaram adaptar um espaço de sua residência para o trabalho reflete um desvio significativo em relação às condições adequadas de trabalho. Isso é corroborado por estudos que relatam a inadequação do ambiente de trabalho como um dos principais fatores que afetam a saúde mental de professores. Segundo Oliveira *et al.* (2022), o estresse relacionado à falta de preparo para conciliar as atividades domésticas e laborais resultou em aumento de problemas de saúde mental, especialmente entre os docentes. A dor física, como problemas de postura e ganho ou perda de peso, também foi observada por Souza *et al.* (2024) em sua análise da saúde ocupacional de professores durante a pandemia, salientando a necessidade de espaços adequados para o ensino (Souza et al., 2024). Portanto, embora o home office tenha propiciado alguma flexibilidade e tempos de aproximação familiar, como 64,6% dos docentes afirmaram, ainda é preciso investimento em estrutura física e apoio psicológico para garantir a qualidade da educação e o bem-estar dos educadores e alunos (Leite, 2024).

5. Considerações Finais

O presente estudo permitiu compreender as mudanças significativas que a pandemia de COVID-19 impôs ao ensino superior, especialmente no que diz respeito ao trabalho docente em home office. Observou-se que a rápida transição para o ensino remoto exigiu adaptação estrutural, tecnológica e emocional dos professores, impactando diretamente a qualidade de vida e os métodos de ensino. A análise evidenciou a relevância do investimento em suporte institucional e políticas que assegurem melhores condições para o exercício da docência em situações emergenciais.

Os resultados evidenciaram que mais de 80% dos docentes relataram sobrecarga de trabalho, acompanhada por elevada incidência de fatores psicológicos, como ansiedade e fadiga. Também se destacou a necessidade de adaptar ambientes domésticos e adquirir equipamentos para viabilizar o ensino remoto, revelando desafios estruturais significativos. Em contrapartida, o aspecto positivo relacionado à manutenção do convívio familiar sugere que, quando bem organizado, o home office pode favorecer o equilíbrio entre vida pessoal e profissional. Esses achados ressaltam a relevância de investir em capacitação docente e em infraestrutura tecnológica, elementos essenciais para o desenvolvimento de modelos híbridos mais eficazes e sustentáveis no contexto educacional.

Entre as limitações, o estudo abrange apenas uma instituição e utiliza amostragem não probabilística, o que restringe a generalização dos resultados. Pesquisas futuras podem ampliar o escopo para diferentes contextos institucionais e adotar abordagens qualitativas que aprofundem a compreensão das vivências docentes. Também se abre espaço para investigar os impactos de longo prazo do home office na saúde mental e no desempenho pedagógico, além de avaliar políticas públicas e institucionais capazes de reduzir os efeitos negativos observados e potencializar práticas mais equilibradas no ensino remoto e híbrido.

Agradecimento

À Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Estado de Santa Catarina (FAPESC) “Edital 19/2024”.

Referências

ABREU, Marcelo Jacinto de. Trabalho e saúde mental: fatores associados ao estresse ocupacional entre professores universitários durante o ensino emergencial remoto. **Revista CPAQV - Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, v. 16, n. 1, 2024. DOI: 10.36692/V16N1-157R. Disponível em: <https://revista.cpaqv.org/index.php/CPAQV/article/view/1945>. Acesso em: 29 jul. 2025.

AQUINO, Estela et al. Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, supl. 1, p. 2423-2446, 2020. DOI: 10.1590/1413-81232020256.1.10502020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10502020>. Acesso em: 12 jun. 2025.

ARAÚJO, Gabriela; APOLINÁRIO, Juliana; AFONSO, Tatiane. Impacto da pandemia de COVID-19 na saúde do idoso: um estudo a partir de artigos originais da Brazilian Journal of Geriatrics and Gerontology. **Recima21 - Revista Científica Multidisciplinar**, v. 2, n. 9, e29780, 2021. DOI: 10.47820/recima21.v2i9.780. Disponível em: <https://doi.org/10.47820/recima21.v2i9.780>. Acesso em: 03 mai. 2025.

BATISTA, B. et al. Técnicas de recolha de dados em investigação: inquirir por questionário e/ou inquirir por entrevista. **Reflexões em torno de Metodologias de Investigação: recolha de dados**, v. 2, n. 1, p. 13-21, 2021. DOI: 10.34624/ka02-fq42. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/349822655_TECNICAS_DE_RECOLHA_D_E_DADOS_EM_INVESTIGACAO_INQUIRIR_POR_QUESTIONARIO_EOU_INQUIRIR_POR_ENTREVISTA. Acesso em: 17 mai. 2025.

BIHAIN, Anderson Luís Jeske; PEREIRA, Pablo Ferreira; IRLA, Valesca Brasil. DESEMPENHO ACADÊMICO NO ENSINO SUPERIOR: PRESENCIAL VERSUS REMOTO. **Revista GESTO-Debate**, v. 24, n. 01, 2024. DOI: 10.55028/gd.v24i01.21580. Disponível em: <https://periodicos.ufms.br/index.php/gestodebate/article/view/21580>. Acesso em: 17 mai. 2025.

BOCKORNI, Beatriz Rodrigues Silva; GOMES, Almiralva Ferraz. A amostragem em snowball (bola de neve) em uma pesquisa qualitativa no campo da administração. **Revista de Ciências Empresariais da UNIPAR**, v. 22, n. 1, 2021. DOI: 10.25110/receu.v22i1.8346. Disponível em: <https://unipar.openjournalsolutions.com.br/index.php/empresarial/article/view/8346>. Acesso em: 17 mai. 2025.

CAÇADOR. História. **Prefeitura Municipal**. 2025. Disponível em: https://cacador.sc.gov.br/pagina-25030/?utm_source=chatgpt.com. Acesso em: 15 jul. 2025.

CAETANO, Rosana et al. Desafios e oportunidades para telessaúde em tempos da pandemia pela COVID-19: uma reflexão sobre os espaços e iniciativas no contexto brasileiro. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, n. 5, 2020. DOI: 10.1590/0102-311x00088920. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00088920>. Acesso em: 25 jul. 2025.

CALCINI, Ricardo; ANDRADE, Dino Araújo de. **Home office e os riscos trabalhistas**. 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/212853/ConJur%20-%20Home%20office%20e%20os%20riscos%20trabalhistas.pdf?sequence=1>. Acesso em: 23 jun. 2025.

DONATO, Ana; JAIME, Adriana. Atuação do psicólogo no ambiente hospitalar em tempos de pandemia: acolhimentos aos profissionais e colaboradores da saúde – relato de experiência. **Health Residencies Journal - HRJ**, v. 2, n. 12, p. 210-219, 2021. DOI: 10.51723/hrj.v2i12.210. Disponível em: <https://doi.org/10.51723/hrj.v2i12.210>. Acesso em: 09 mai. 2025.

EVANGELISTA, Breno Pinheiro et al. Desafios e possibilidades do ensino remoto no contexto universitário durante a pandemia da COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 3, p. e44711326574-e44711326574, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i3.26574. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/26574>. Acesso em: 29 jul. 2025.

FERREIRA, José Genival Bezerra. O professor do ensino superior e os novos desafios da docência no contexto das tecnologias digitais: uma abordagem sociocognitiva. **Revista Crítica de Ciências Sociais**, n. 129, p. 177-202, 2022. DOI: 10.4000/rccs.14048. Disponível em: <https://journals.openedition.org/rccs/14048>. Acesso em: 29 jul. 2025.

FERREIRA, Rejane Eleuterio et al. Como o ensino emergencial adotado durante a pandemia da Covid-19 se deu para os graduandos em enfermagem. **Research, Society and Development**, v. 13, n. 4, p. e7613445047-e7613445047, 2024. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/45047>. Acesso em: 29 jul. 2025.

FERREIRA, Rejane Eleuterio et al. Graduação de Enfermagem em tempos de pandemia da COVID-19: implicações para formação profissional. **Revista Pró-UniverSUS**, v. 13, n. Especial, p. 134-136, 2022. DOI: 10.21727/rpu.v13iEspecial.3367. Disponível em: <https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/3367>. Acesso em: 29 jul. 2025.

GABRIEL, Marcelo. Métodos Quantitativos em Ciências Sociais. Sugestões para Elaboração do Relatório de Pesquisa. **Desenvolvimento em questão**, v. 12, n. 28, p. 348-369, 2014. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/752/75232664010.pdf>. Acesso em: 28 jul. 2025.

GIL, Antonio Carlos; REIS NETO, Aline Crespo dos. Survey de experiência como pesquisa qualitativa básica em administração. **Revista de Ciências da Administração**, v. 22, n. 56, p. 125-137, 2020. DOI: 10.5007/2175-8077.2020.e74026. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8086590>. Acesso em: 28 jul. 2025.

GODOI, Marcos; KAWASHIMA, Larissa Beraldo; GOMES, Luciane de Almeida. “Temos que nos reinventar”: os professores e o ensino da educação física durante a pandemia de COVID-19. **Dialogia**, n. 36, p. 86–101, 2020. DOI: 10.5585/dialogia.n36.18659. Disponível em: <https://periodicos.uninove.br/dialogia/article/view/18659>. Acesso em: 29 jul. 2025.

GOMES, Davy et al. Aplicação de PBL on-line em cursos da área de computação durante a pandemia de COVID-19. In: **Simpósio Brasileiro de Educação em Computação (EDUCOMP)**. SBC, 2021. p. 62-63. DOI: 10.5753/educomp_estendido.2021.14877. Disponível em: https://sol.sbc.org.br/index.php/educomp_estendido/article/view/14877. Acesso em: 29 jul. 2025.

GUEDES, Terezinha Aparecida et al. Estatística descritiva. **Projeto de ensino aprender fazendo estatística**, v. 1, p. 1-49, 2005. Disponível em: https://www.ime.usp.br/~rvicente/Guedes_et al_Estatistica_Descritiva.pdf. Acesso em: 17 mai. 2025.

GUSSO, André et al. Atuação de estudantes de enfermagem na ação “O Brasil Conta Comigo” para enfrentamento da COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 8, e0510816998, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i8.16998. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i8.16998>. Acesso em: 21 jul. 2025.

HUANG, Ivan; LIM, Michael; PRANATA, Raymond. Diabetes mellitus is associated with increased mortality and severity of disease in COVID-19 pneumonia – a systematic review, meta-analysis, and meta-regression. **Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews**, v. 14, n. 4, p. 395-403, 2020. DOI: 10.1016/j.dsx.2020.04.018. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2020.04.018>. Acesso em: 14 jun. 2025.

HUPALO, Leandro; HOFFMANN, Adriana; BONIN, Joel Cezar. Desafios educacionais na Microrregião da AMARP, Santa Catarina: análise e perspectivas para o avanço educacional do Ensino Médio na Rede Estadual de Ensino. **Diálogo**, n. 56, 2024. DOI: 10.18316/dilogo.v1i56.12027. Disponível em: <https://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/Dialogo/article/view/12027>. Acesso em: 11 jul. 2025.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Caçador. **Cidades**. 2022. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/sc/cacador/panorama>. Acesso em: 15 jul. 2025.

LEITE, Theodan Stephenson Cardoso. Consequências da pandemia de COVID-19 na composição corporal e saúde mental de professores de educação física de João Pessoa. **Fiep Bulletin - online**, v. 94, n. 1, p. 777–788, 2024. DOI:

10.16887/fiepbulletin.v94i1.6734. Disponível em:
<https://ojs.fiepbulletin.net/fiepbulletin/article/view/6734>. Acesso em: 29 jul. 2025.

LIMA, Rogério Silva et al. Representações Sociais de universitários brasileiros sobre as influências na adesão ao isolamento-distanciamento social durante a pandemia de COVID-19. **Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social: RPICS**, v. 8, n. 2, p. 4, 2022. DOI: 10.31211/rpics.2022.8.2.258. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8633478>. Acesso em: 29 jul. 2025.

MAIA, Fernanda Landolfi; BERNARDO, Kelen Aparecida da Silva. Condições objetivas do trabalho docente na modalidade remota no contexto da COVID-19: uma análise correlacional em instituições públicas e privadas. **Emancipação**, v. 21, p. 1-23, 2021. DOI: 10.5212/Emancipacao.v.21.2118179.030. Disponível em: <https://revistas.uepg.br/index.php/emancipacao/article/view/18179>. Acesso em: 29 jul. 2025.

MENELAU, Sueli et al. Realizar pesquisa sem ação ou pesquisa-ação na área de Administração? Uma reflexão metodológica. **Revista de Administração (São Paulo)**, v. 50, n. 1, p. 40-55, 2015. DOI: 10.5700/rausp1183. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rausp/a/5Gv5WTNL4NrfM3LpJs7FbWQ/?lang=pt>. Acesso em: 17 mai. 2025.

NEVES, Vanusa Nascimento Sabino; FIALHO, Lia Machado Fiuza; MACHADO, Charliton José dos Santos. EDUCAÇÃO NO CONTEXTO DA COVID-19: publicações brasileiras no Education Resources Information Center. **Revista Eletrônica Científica Ensino Interdisciplinar**, v. 7, n. 23, 2021. DOI: 10.21920/recei72021723618630. Disponível em: <https://periodicos.apps.uern.br/index.php/RECEI/article/view/3371>. Acesso em: 29 jul. 2025.

NORONHA, Kenya et al. Pandemia por COVID-19 no Brasil: análise da demanda e da oferta de leitos hospitalares e equipamentos de ventilação assistida segundo diferentes cenários. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, n. 6, 2020. DOI: 10.1590/0102-311x00115320. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00115320>. Acesso em: 02 jul. 2025.

OLIVEIRA, Adriane Silveira de et al. Impactos psicológicos da Covid 19: fatores que afetaram a saúde mental da equipe de saúde de uma UBS em Manaus-AM/ Psychological impacts of Covid 19: factors that affected the mental health of the health team of a UBS in Manaus-AM. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 5, n. 3, p. 11540-11558, 2022. DOI: 10.34119/bjhrv5n3-294. Disponível em: <https://scholar.archive.org/work/p4drg3psifdxjff62z3nazvz4y/access/wayback/https://brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/download/49546/pdf>. Acesso em: 17 mai. 2025.

OLIVEIRA, William; NETO, Cláudio. Impactos causados pela pandemia da COVID-19 na saúde mental: revisão de literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 2, p. 322-329, 2023. DOI: 10.51891/rease.v9i2.8434. Disponível em: <https://doi.org/10.51891/rease.v9i2.8434>. Acesso em: 17 mai. 2025.

ONU. Objetivos de Desenvolvimento Sustentável. **Organização das Nações Unidas**. 2015. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/sdgs>. Acesso em: 29 jul. 2025.

PDI. **Plano de Desenvolvimento Institucional 2019-2023/ UNIARP**. Caçador: EdUniarp, 2019.

PINTO, Matsya Souza et al.. Impactos gerados no ensino da radiologia na pandemia de COVID-19: Colar Metropolitano de Belo Horizonte. In: **Anais da Semana Nacional de Engenharia Nuclear e da Energia e Ciências das Radiações**. Anais...Belo Horizonte(MG) Escola de Engenharia da UFMG e Centro de Desenvolvimento da Tecnologia Nuclear, 2022. DOI: 10.29327/VI_SENCIR.542900. Disponível em: https://www.even3.com.br/anais/VI_SENCIR/542900-IMPACTOS-GERADOS-NO-ENSINO-DA-RADIOLOGIA-NA-PANDEMIA-DE-COVID-19--COLAR-METROPOLITANO-DE-BELO-HORIZONTE. Acesso em: 29 jul. 2025.

QUARESMA, Henry Uliano. Exportação: Um olhar para Santa Catarina. **AEB – Associação de Comércio Exterior do Brasil**. 2022. Disponível em: https://www.aeb.org.br/en/analises-de-comercio-exterior/2022/05/exportacao-um-olhar-para-santa-catarina/?utm_source=chatgpt.com. Acesso em: 15 jul. 2025.

RIBEIRO, Yasmin Pacheco et al. Impactos e efeitos psicológicos da pandemia da COVID-19 na atividade universitária. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23, n. 4, p. e12266-e12266, 2023. DOI: 10.25248/reas.e12266.2023. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/12266>. Acesso em: 29 jul. 2025.

SANTOS, Adriana Torres dos et al. Educação a distância através do ensino remoto durante a COVID-19 em um mestrado acadêmico em enfermagem: relato de experiência. **Saúde Coletiva (Barueri)**, v. 11, n. COVID, p. 6973-6982, 2021. DOI: 10.36489/saudecoletiva.2021v11iCOVIDp6973-6982. Disponível em: <https://www.revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/saudecoletiva/article/view/1755>. Acesso em: 29 jul. 2025.

SENKEVICS, Adriano Souza; BASSO, Flavia Viana; CASEIRO, Luiz Carlos Zalaf. Impactos da pandemia no acesso à graduação. **Cadernos de Estudos e Pesquisas em Políticas Educacionais**, v. 7, 2022. DOI: 10.24109/9786558010630.ceppe.v7.5575. Disponível em: <http://200.130.24.27/ojs3/index.php/cadernos/article/view/5575>. Acesso em: 29 jul. 2025.

SILVA, Amanda; JUNQUEIRA-MARINHO, Mariana. Saúde mental das crianças durante a pandemia de COVID-19: o que as crianças têm a nos dizer?. **Revista Contemporânea**, v. 3, n. 10, p. 17938-17962, 2023. DOI: 10.56083/rcv3n10-070. Disponível em: <https://doi.org/10.56083/rcv3n10-070>. Acesso em: 28 jul. 2025.

SILVA, Michelli Domingos da et al. Coronavírus: consequências da pandemia no ensino superior. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 5, p. e7120-e7120, 2021. DOI: 10.25248/reas.e7120.2021. Disponível em:

<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/7120>. Acesso em: 29 jul. 2025.

SOUZA, Thalita Cardoso et al. Basic education teachers post-COVID-19 pandemic: prevalence of disease symptoms and association with health habits and behaviors. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 22, n. 4, p. e20241258, 2025. DOI: 10.47626/1679-4435-2024-1258. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11822983/>. Acesso em: 29 jul. 2025.

TAVARES, Priscilla dos Santos Peixoto Borelli. Tecnologias de Informação e Comunicação–TIC e o trabalho profissional das assistentes sociais na saúde mental. **O Social em Questão**, n. 58, p. 219-240, 2024. DOI: 10.17771/PUCRio.OSQ.65393. Disponível em: <https://revistaseug.ugr.es/index.php/tsg/article/view/28434>. Acesso em: 29 jul. 2025.

VALDUGA, Tatiane Lúcia et al. Pós pandemia COVID-19: a saúde mental e o bem-estar dos estudantes de Serviço Social. **Global Social Work/Trabajo Social Global**, v. 13, 2023. DOI: 10.30827/tsg-gsw.v13.28434. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/5522/552276515010/552276515010.pdf>. Acesso em: 29 jul. 2025.

36° ENANGRAD