



## **Efeitos do Distanciamento Social Para a Saúde Mental e Seus Obstáculos no Ensino de História Durante a Pandemia De Covid-19: Um Relato do Programa de Residência Pedagógica**

**Wesley G. Neves (IC)\*; Dr. Ordália Cristina G. Araújo (OR). [designerwesleyneves@gmail.com](mailto:designerwesleyneves@gmail.com)**

Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES); Universidade Estadual de Goiás (UEG) - Campus Sudoeste.

Resumo: Este trabalho caracteriza-se como um relato acerca da experiência de iniciação à docência, proporcionada pelo Programa Residência Pedagógica, programa da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior em parceria com a Universidade Estadual de Goiás - Campus Sudoeste. Objetifico ao utilizar como argumento as palavras de Oliveira, et al (2020) em seu artigo intitulado "A educação a distância (EaD) e os novos caminhos da educação após a pandemia ocasionada pela Covid-19" alertar sobre como as mudanças no formato das aulas durante o isolamento social podem ser permanentes em partes, e que isso pode afetar prejudicialmente a saúde mental de educando e educadores, como afirma Almeida e Cipriano (2020) em seu artigo "Educação em Tempos de Pandemia: Análises e Implicações na Saúde Mental do Professor e Aluno", relativizando formas para evitar tais prejuízos à saúde segundo recomendações da Sociedade Brasileira de Pediatria (2020) e Nota Técnica do Programa Todos Pela Educação (2020). Pois é de amplo conhecimento que é função social da escola os esforços iniciais e de conscientização da manutenção da saúde física e mental dos envolvidos em seus trabalhos, seja este profissional, educando e seus familiares.

Palavras-chave: Saúde Mental; Distanciamento Social; Pandemia de Covid-19; Educação; Ensino à distância.

### **Introdução**

Este trabalho caracteriza-se como um relato acerca da experiência de iniciação à docência, proporcionada pelo Programa Residência Pedagógica (PRP), programa da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) em parceria com a Universidade Estadual de Goiás (UEG) - Campus





Sudoeste. O referido programa proporciona a relação entre universidade e escolas de ensino básico, qualificando os futuros professores e os inserindo na realidade da qual irão fazer parte. Levando em consideração o momento atípico na educação ocasionado pela pandemia de Covid-19 detectado na China em dezembro de 2019, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (2019), e no Brasil em fevereiro de 2020, segundo o Ministério da Saúde (2020). Na educação, as medidas de isolamento social para o controle da disseminação do vírus resultaram no fechamento de escolas públicas e particulares com interrupção imediata de aulas presenciais e na adoção das aulas remotas mediadas por tecnologias como medida para não se perder todo um ano letivo.

Segundo nota técnica emitida pelo Programa Todos Pela Educação em abril de 2020, os colégios da rede estadual de ensino estiveram à frente na migração do ensino presencial ao Ensino Remoto Emergencial (ERE). O colégio estadual onde estagiei, e onde ingressei como residente bolsista do PRP é um exemplo desse pioneirismo, caminho esse viabilizado, principalmente, por meio da disponibilização de plataforma online, já antes adotada pelo colégio, e ainda pela rápida inserção de aulas ao vivo por meio de aplicações de reunião de vídeo, como o Google Meet e o Zoom, e o contato direto entre professores, coordenação, direção e alunos via mensageiros instantâneos, como o WhatsApp. Mesmo com essa agilidade os prejuízos podem ser notados relacionados principalmente ao contato professor / aluno e aluno / aluno, afetando principalmente à saúde mental e desempenho desses que começaram a se sentir solitários e culpados pelo seu baixo rendimento nas atividades relacionadas à escola.

Objetifico ao utilizar como argumento as palavras de Oliveira, et all (2020) em seu artigo intitulado “A educação a distância (EaD) e os novos caminhos da educação após a pandemia ocasionada pela Covid-19” alertar sobre como as mudanças no formato das aulas durante o isolamento social podem ser permanentes em partes, e que isso pode afetar prejudicialmente a saúde mental de





educando e educadores, como afirma Almeida e Cipriano (2020) em seu artigo “Educação em Tempos de Pandemia: Análises e Implicações na Saúde Mental do Professor e Aluno”, relativizando formas para evitar tais prejuízos à saúde segundo recomendações da Sociedade Brasileira de Pediatria (2020) e Nota Técnica do Programa Todos Pela Educação (2020). Pois é de amplo conhecimento que é função social da escola os esforços iniciais e de conscientização da manutenção da saúde física e mental dos envolvidos em seus trabalhos, seja este profissional, educando e seus familiares.

### Educação à Distância, desafios e aprendizado

A rede de ensino no geral não estava e ainda não está levando em consideração a constante evolução nesse quesito, preparada para trabalhar nesse novo sistema de aulas remotas mediadas por tecnologias. Desafios tiveram de ser superados e adaptações precisaram ser feitas quase que de forma instantânea, dificuldade de acesso e adaptação de professores e alunos às novas tecnologias de mediação foram analisadas e remediadas; problemas nutricionais devido a ausência de distribuição de merenda escolar aos alunos de baixa renda tem sido amplamente discutido; e o desempenho dos alunos por não serem completamente acompanhados no processo de ensino-aprendizagem pelo professor vem preocupado diretores e secretário de educação (OLIVEIRA, ET ALL, 2020). Neste sentido, dizemos que essas dificuldades na oferta das condições de ensino e aprendizagem gera dentro das relações individuais do docente e do discente estresse emocional, a privação do sono, a ansiedade, entre outros efeitos à sua saúde mental (ALMEIDA, CIPRIANO, 2020), que tratarei neste artigo focado sob a perspectiva da minha experiência como acadêmico de Licenciatura Plena em História no Programa de Residência Pedagógica.

Sobre acesso à internet, o Brasil tem hoje situação em que 67% dos domicílios possuem acesso à rede, sendo esse percentual muito diferente entre classes sociais: 99% para aqueles da classe A, 94% na B, 76% na C e 40% na DE, como apresentado no quadro a seguir. Para os domicílios que





não têm atualmente acesso à internet, o motivo mais apontado como o principal pelo não acesso é o alto custo (27%), seguido do fato de os moradores não saberem usar a internet (18%). Dados como esses indicam a necessidade de se flexibilizar a disponibilização de internet às comunidades mais vulneráveis enquanto a situação de distanciamento social se fizer necessária, para tentar elevar o acesso de estudantes à rede e buscar reduzir potenciais efeitos na desigualdade educacional. (TODOS PELA EDUCAÇÃO, 2020, p. 9)

Na situação atual, o ensino remoto é visto como a única opção para que as aulas não sejam interrompidas durante o período de quarentena. Porém, a falta de acesso à Internet e de dispositivos conectados, nas residências dos alunos, são alguns dos problemas que as famílias de baixa renda encontram para garantir a continuidade dos estudos dos filhos. Tais limitações do Ensino Remoto Emergencial ameaçam a universalidade e democratização da educação, essas limitações fazem da desigualdade social um dos seus maiores legados. Quando estamos mais cientes das necessidades educacionais dos serviços de Internet, da privação de relacionamentos face a face no ambiente escolar e o isolamento social, podemos ver que professores e alunos foram prejudicados no processo.

Vale destacar que o Ensino Remoto Emergencial (ERE), adotado durante esse período atípico, não é equivalente ao de Educação à Distância (EaD), já amplamente usado por universidades à distância e cursos online. Segundo Behar (2020), a EaD é uma modalidade que possui uma metodologia própria, pensada em atender demandas específicas que não se resumem somente no fato do distanciamento físico existente entre professores e alunos diferente do que afirma sobre o Ensino Remoto:

“[...] o Ensino Remoto Emergencial (ERE) é uma modalidade de ensino que pressupõe o distanciamento geográfico de professores e alunos e foi adotada de forma temporária nos diferentes níveis de ensino por instituições educacionais do mundo inteiro para que as atividades escolares não sejam interrompidas.” (BEHAR, 2020, p.1)

Daí se entendendo a diferença, e principalmente o porquê da comparação entre o ERE e o EaD. Ambos foram pensados em momentos diferentes e para





demandas indiscutivelmente diferentes. Também é interessante debater sobre como um não pode, e nem deve, equivaler ao outro, pois, o ERE foi elaborado para suprir uma necessidade temporária numa situação onde o ensino presencial é inviável, já o EaD é um complemento ao ensino presencial, onde existem diversas críticas ao considerá-lo como um modelo de ensino completo.

### Saúde mental e o futuro da educação

Devido a baixa qualidade da estrutura e a impossibilidade de alunos da classe baixa exercerem o direito de participar dos cursos à distância de forma cívica, os educadores são prejudicados pela baixa qualidade do contato, resultando em pressão emocional, sentimento de impotência e auto-responsabilidade. Assim, qualquer situação que prive educadores e alunos de exercerem as suas responsabilidades e direitos no âmbito da educação fará com que percam as suas capacidades físicas e mentais no ambiente escolar e no pessoal, ou seja, isso pode afetar individualmente e indiretamente alunos e professores, nos âmbitos do conhecimento e do ambiente emocional (ALMEIDA, CIPRIANO, 2020).

Se considerarmos que o próprio professor está provendo equipamentos, ambientes de gravação, velocidade suficiente de internet em casa, e que a maioria dos alunos do grande sistema educacional brasileiro, esbarram na falta real de condições financeiras de aquisição e acesso digital, podemos afirmar que, mais do que nunca a temática da Inclusão na educação (que envolve saúde psicológica e mental, dificuldades de aprendizado, negação de direitos) se ampliou (ALMEIDA, CIPRIANO, 2020, p.3).

Os acontecimentos que vivemos nos mostram que a educação não será mais a mesma. Como antes, as aulas ministradas da maneira tradicional não existirão mais. Em face da pandemia causada pela Covid-19, todas as mudanças na escola e no trabalho diário mudaram inesperadamente. Tais incidentes levam a mudanças no vínculo entre alunos e professores, o que por sua vez leva a mudanças na dinâmica de aprendizagem e desempenho de tarefas, criando assim uma nova forma de "fazer educação". O retorno à sala de aula acontecerá de uma forma completamente





diferente, e a ideia utópica é que as atividades de ensino sejam retomadas no ponto original após a interrupção das atividades escolares. Diante dessa situação, instituições, professores e alunos começaram a entrar em contato com uma nova forma de ensino, o que levou a muitos improvisos na tentativa de implementar um determinado grau de educação a distância.

Aspectos políticos, econômicos, sociais, culturais e de saúde permeiam a saúde mental e a vida de cada um. Obviamente, essas diferenças em diferentes aspectos existiam antes da pandemia e não desaparecerão após a pandemia. O isolamento do ambiente familiar tem levado à perda de referências externas, como referentes ao ambiente escolar e de trabalho, o que exige que as organizações internas estejam vigilantes na construção de um ambiente familiar e no fortalecimento da rede doméstica. Nesse sentido, além das medidas de suporte básico à saúde preconizadas pela Organização Mundial da Saúde para o enfrentamento do COVID-19, também pode auxiliar as famílias no enfrentamento das adversidades, restaurando e fortalecendo as relações interpessoais, a autonomia e a consciência de suas habilidades:

Os pais de crianças e adolescentes, sobrecarregados pelas mudanças de vida exigidas pela nova situação, têm também de gerenciar o dia a dia de seus filhos, minimizando o impacto das atuais circunstâncias na saúde mental das crianças e adolescentes (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2020, p. 2).

Segundo fala de Gurski (2020), antes mesmo da pandemia, no contexto acadêmico, devido a fatores como a demonização de professores e universidades públicas, a dor mental já existia. Para os autores citados, há uma oposição ao intelectualismo que se apoderou da sociedade brasileira e gerou um ataque frontal à vida acadêmica e ao forte desgaste da identidade docente. Como todos os trabalhadores, os professores ficaram surpresos. Com o fechamento das escolas, alunos e professores enfrentam a árdua tarefa de se reinventar da noite para o dia.







À carga de trabalho soma-se o fato de que agora as famílias possuem acesso ao WhatsApp, e-mail, número de telefone e tudo mais dos professores. E não por maldade, ficam em qualquer horário pedindo explicações, tirando dúvidas, pedindo orientação etc. Os professores trabalhando em casa, na grande maioria, trabalham o tempo todo. Agora isso é feito, na maioria dos casos, de forma individualizada, o que faz com que os professores estejam o tempo todo à disposição. Esta sobrecarga de trabalho poderá potencializar os já terríveis processos de adoecimento dos professores .

A busca de atividades interativas entre o próprio núcleo familiar, dentro de casa, a criação ou fortalecimento dos vínculos socioafetivos entre esses, e com parentes distantes através da internet, podem ser alternativas para suprir essa ausência de contato externo. Mas é claro que não deixa de ser indispensável o acompanhamento da família pela Concelho de Garantia dos Direitos da Criança e do Adolescente e do Conselho Tutelar de cada cidade, mesmo durante a pandemia, para resguardar o menor de abusos psicológico que podem surgir a partir dessa invisibilidade da comparação como outras família.

### Considerações Finais

Em minha experiência como residente bolsista do Programa Residência Pedagógica (PRP) ficou claro como o distanciamento social e as aulas remotas afetam à professores e alunos. Inclusive com relatos dos colegas citando sua exaustão quanto a realidade escolar nesse momento de pandemia. Os horários de aula, de preparação de conteúdo e de auxílio ao discente quase se unem construindo um trabalho intermitente e/ou honorário ao professor. Os alunos, recebem atividades escritas assíncronas, e ainda participam de aulas síncronas que são como avalanche de conteúdo, sem apoio direto do professor. Por mais que estimulados, os alunos ainda se acanham em procurar por ajuda, tanto via mensageiro ou nas reuniões síncronas em horário de aula. Esse sentimento de





incapacidade gerado em ambos os lados, trás como já antes citado, auto responsabilização sob eventuais erros ou dificuldades enfrentadas, afetando diretamente na saúde mental desses.

Foi riquíssima minha experiência como residente bolsista do PRP, teria sido ainda mais em outras circunstâncias, porém, pude perceber e enfrentar junto ao professor preceptor essa transição essencial nesse momento. Uma nova geração de educadores se formará com esses materiais, e eu, como estudante de graduação, e parte dessa nova geração influenciada por novos conceitos de tempo e espaço, diante da adaptabilidade demonstrada pela história, me encontro seguro. Seja por meio do aprendizado em sala de aula ou do aprendizado remoto, posso perceber isso vividamente. Todo período de crise traz incerteza e medo do desconhecido, mas também pode ser usado como uma oportunidade para o autoconhecimento e o desenvolvimento de resiliência e sabedoria criativa. Vale lembrar que a pandemia vai passar. Nos desafios desta fase difícil, os pais, professores e alunos podem ter a oportunidade de aprofundar o relacionamentos, estabelecer um bom modelo e construir relacionamentos baseados no respeito, companheirismo e solidariedade.

## Referências

ALMEIDA, Leila Cristina da Conceição Santos. CIPRIANO, Jonathan Alves. **“Educação em Tempos de Pandemia: Análises e Implicações na Saúde Mental do Professor e Aluno”**. in “Educação como (re)Existência: Mudanças, conscientização, e conhecimentos”. CONEDU - VII Congresso Nacional de Educação. Centro Cultural de Exposições Ruth Cardoso: Maceió, 2020.

BEHAR, Patrícia Alejandra. **“O Ensino Remoto Emergencial e a Educação a Distância”**. UFRGS: Jornal da Universidade: Porto Alegre, 2020. Disponível em <<https://www.ufrgs.br/coronavirus/base/artigo-o-ensino-remoto-emergencial-e-a-educacao-a-distancia/>>. Acesso em 03 de Abril de 2021.

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







FREIRE, Paulo. “**Pedagogia da Autonomia**”. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1996.

GURSKI, Rose. Palestra Ao Vivo no canal do YouTube da UFMG, 2020. do Diário de bordo 22 de Agosto de 2021.

MARX, Karl. ENGELS, Friedrich. “**Textos sobre educação e ensino**”. Tradução de Rubens Eduardo. São Paulo: Centauro, 2004.

OLIVEIRA, Eleilde de Sousa. ET AL. “**A educação a distância (EaD) e os novos caminhos da educação após a pandemia ocasionada pela Covid-19**”. in Brazilian Journal of Development. v. 6, n. 7, p. 52860-52867. DOI: Curitiba, 2020.

RACHID, Laura. “**Professores: saúde mental fragilizada e a desvalorização como regra**”. Revista Educação. Disponível <https://revistaeducacao.com.br/2021/03/22/professores-saude-mental-estresse/>. Acesso em 30 de Setembro de 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. “**Pandemia de COVID-19: guia prático para promoção da saúde mental de crianças e adolescentes**”. Residência Pediátrica: Rio de Janeiro, 2020.

TODOS PELA EDUCAÇÃO. “**Nota Técnica: Ensino a Distância na Educação Básica Frente à Pandemia da Covid-19**”. Disponível em [https://crianca.mppr.mp.br/arquivos/File/publi/todos\\_pela\\_educacao/nota\\_tecnica\\_ensino\\_a\\_distancia\\_todospelaeducacao\\_covid19.pdf](https://crianca.mppr.mp.br/arquivos/File/publi/todos_pela_educacao/nota_tecnica_ensino_a_distancia_todospelaeducacao_covid19.pdf). Acesso em 20 de Março de 2021.

