



Anxiety, depression and suicidal ideation in university professors, in times of the COVID-19 pandemic

Ansiedade, depressão e ideação suicida em docentes universitários, em tempos de pandemia da covid-19

SOUZA, Thalita Costa ⁽¹⁾; ALVES, Verônica de Medeiros ⁽²⁾; JORGE, Jorgina Sales ⁽³⁾; MAGALHÃES, Ana Paula Nogueira de ⁽⁴⁾

⁽¹⁾ 0000-0002-0645-1035; Universidade Federal de Alagoas. Maceió, Alagoas (AL), Brasil. thcsouza@outlook.com.

⁽²⁾ 0000-0002-4343-2941; Universidade Federal de Alagoas. Maceió, Alagoas (AL), Brasil veronica.ufal.arapiraca@gmail.com

⁽³⁾ 0000-0001-5887-4446; Universidade Federal de Alagoas. Maceió, Alagoas (AL), Brasil. jorgina.jorge@eenf.ufal.br.

⁽⁴⁾ 0000-0002-5071-0778; Universidade Federal de Alagoas. Maceió, Alagoas (AL), Brasil. paula_nog@hotmail.com.

O conteúdo expresso neste artigo é de inteira responsabilidade dos/as seus/as autores/as.

ABSTRACT

Teacher's mental health has been evidenced in the COVID-19 pandemic due to the emotional and psychological pressure exerted by the disease on these professionals. Teaching activities carried out at home can generate stress, anxiety, depression and, consequently, affect their quality of life. This study aims to identify the presence of symptoms of depression, anxiety and suicidal ideation in teachers of a health course at the Federal University of Alagoas – campus A. C. Simões. Study with a quantitative, descriptive and cross-sectional, developed in a higher education institution in the city of Maceió-AL, Brazil. The sample consisted of permanent professors from the A. C. Simões campus who work in a health course. Analyzing the score of the CES-D depression scale, it was identified that 65.5% of teachers are at risk of developing depression. The analysis of the STAI score revealed that 89.7% of the professors had state anxiety at a moderate level, and 86.2% had trait anxiety at a moderate level. Conclusion: Mental illness is intrinsically present in the lives of teachers in the COVID-19 pandemic. It is necessary for the higher education institution to think about coping strategies for this mental illness, also offering psychological and emotional support.

RESUMO

A saúde mental do docente tem sido evidenciada na pandemia da COVID-19 por conta da pressão emocional e psicológica exercida pela doença sobre esses profissionais. As atividades docentes realizadas em casa podem gerar estresse, ansiedade, depressão e, conseqüentemente afetar a sua qualidade de vida. Esse estudo visa identificar a presença de sintomas de depressão, ansiedade e ideação suicida em docentes de um curso da saúde da Universidade Federal de Alagoas – Campus A. C. Simões. Estudo de abordagem quantitativa, descritiva e transversal, desenvolvido em instituição de ensino superior da cidade de Maceió-AL, Brasil. A amostra foi composta pelos docentes efetivos do campus A. C. Simões que atuam em um curso da área da saúde. Analisando o escore da escala CES-D de depressão identificou-se que 65,5% das docentes têm risco de desenvolver depressão. A análise do escore do IDATE revelou que 89,7% das docentes apresentam ansiedade-estado em nível moderado, e 86,2% apresentam ansiedade-traço em nível moderado. O adoecimento mental está intrinsecamente presente na vida dos docentes na pandemia da COVID-19. É preciso que a instituição de ensino superior pense em estratégias de enfrentamento desse adoecimento mental, oferecendo suporte psicológico e emocional.

INFORMAÇÕES DO ARTIGO

Histórico do Artigo:

Submetido: 22/06/2022

Aprovado: 12/09/2022

Publicação: 01/10/2022



Keywords:

Anxiety Disorders,
Depressive Disorder,
Professors.

Palavras-Chave:

Transtornos Ansiosos,
Transtorno Depressivo,
Docentes.

Introdução

A docência é uma profissão imprescindível, que carrega um enorme peso de responsabilidade na construção e formação de profissionais. Porém, ainda há pouca preocupação quando se trata da saúde dos docentes, apesar de estarem constantemente expostos a riscos psicossociais. As situações nas quais os professores são expostos diariamente, que incluem o planejamento e ministração de aulas, elaboração e correção de provas, coordenação de atividades, monitoramento de atividades práticas, entre outras atribuições, podem ocasionar transtornos mentais, como a ansiedade e a depressão, produzindo uma má qualidade de vida, que pode estar ligada à ideação suicida (Campos & Araújo, 2020; Duarte et al., 2016).

As longas jornadas de trabalho associadas a diminuição do tempo de lazer e com a família fora do ambiente de trabalho, acabam gerando um gatilho para o desenvolvimento de sintomas de ansiedade (Amaro & Dumith, 2018; Baptista et al., 2019). O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) pode ser definido como ansiedade e preocupação excessivas que causam sofrimento e prejuízos na vida social e emocional do indivíduo (American Psychiatric Association [APA], 2014).

As exigências e cobranças somadas à jornada exaustiva de trabalho causam no docente esgotamento, insatisfação e falta de realização profissional. Por conta disso, tendem a apresentar sintomas depressivos (Baptista et al., 2019; Batista et al., 2016). A depressão é caracterizada pela baixa autoestima, humor depressivo e ausência de alegria ou prazer. Insônia e fadiga também estão associadas a esses sintomas. Para serem considerados episódios depressivos, os sintomas devem estar presentes todos os dias, na maior parte do dia, por pelo menos duas semanas (APA, 2014). O pensamento ou a ideia de suicidar-se pode estar associada ao transtorno depressivo, mas pode também estar presente em outros transtornos, como o bipolar, esquizofrenia e transtornos do pânico (APA, 2014; World Health Organization [WHO], 2017).

O sofrimento mental do docente acaba refletindo no desenvolvimento de seu trabalho, gerando o estresse ocupacional, que é um fator de risco para a ansiedade, ou a falta de realização pessoal, fazendo com que haja uma dificuldade no cumprimento de suas atividades cotidianas e laborais (Batista et al., 2016; Mérida-López et al., 2017; Rodrigues et al., 2020).

Um estudo feito por Baptista et al. (2019), mostra que as principais causas que influenciam a interrupção das atividades laborais por professores são a depressão, estresse e a ansiedade. Apesar disso, ainda há pouca preocupação quando se trata da saúde dos docentes, mesmo que estejam constantemente expostos a riscos psicossociais (Fonseca & Fernandes, 2017; Fontes et al., 2019).

Trazendo à tona o cenário pandêmico em decorrência a Covid-19, momento em que o presente estudo foi realizado, pode-se inferir que o período foi um agravante à saúde mental

dos docentes. A pandemia exigiu o isolamento social para evitar a disseminação do vírus. Devido a isso, todos os docentes precisaram se adaptar ao “novo normal.” A forma de trabalho se modificou para promover o distanciamento social, e a prática adotada foi o uso da tecnologia (G. Santos et al., 2021).

Nesse período, surge a portaria nº 345/2020, que autoriza a substituição das aulas presenciais em andamento por aulas que utilizem métodos de tecnologia. Desta forma, as aulas passaram a ser remotas, surgindo então o primeiro desafio da adaptação: o manuseio das tecnologias e a comunicação com os alunos através do Ensino Remoto Emergencial (ERE).

O ERE foi uma alternativa temporária para que os alunos continuassem estudando em casa, durante a pandemia. As aulas passaram a ocorrer através de videochamadas e as atividades, bem como as provas, seguiram para o Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) (Oliveira et al., 2021). No entanto, essa alternativa virtual acabou se tornando mais um gatilho para o desenvolvimento de transtornos mentais entre os docentes (G. Santos et al., 2021).

Com essa nova tecnologia posta em prática, o docente se vê integralmente ligado à instituição, visto que agora as aulas seriam ministradas em sua própria casa. Esse elo integral se solidifica quando somado às outras atividades inerentes à docência, que ainda precisam ser realizadas (Silva et al., 2020).

O confinamento também se configura como um agravante desse cenário, pelo fato de que o docente precisa se isolar da companhia de muitas pessoas, incluindo seus familiares, amigos e colegas de trabalho. Somado a isso, o medo e a insegurança diante do momento vivido geram uma sobrecarga a mais no psicológico desse docente, aumentando significativamente as chances de desenvolver transtornos mentais (Silva et al., 2020).

Nesse contexto, esse trabalho tem como objetivo identificar a presença de sintomas de depressão, ansiedade e ideação suicida em docentes de um curso da saúde da Universidade Federal de Alagoas – Campus A. C. Simões, durante o período da pandemia por COVID-19. Objetiva ainda, identificar a relação ansiedade, depressão e ideação suicida nos docentes.

Procedimentos metodológicos

Trata-se de um estudo de abordagem quantitativa, descritiva e transversal. A amostra é classificada como não probabilística e foi selecionada por conveniência entre docentes de um curso da área da saúde. O estudo foi realizado na Universidade Federal de Alagoas (UFAL), Campus A. C. Simões, Maceió-AL, Brasil. A coleta foi realizada entre os meses de maio e novembro de 2020.

Para a coleta de dados foram utilizadas a Escala de depressão CES-D (Center for Epidemiologic Studies - Depression Scale), o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE)

e uma adaptação escala M.I.N.I. (Mini International Neuropsychiatric Interview) para ideação suicida.

A escala de depressão CES-D foi elaborada pelo National Institute of Mental Health com base nos inventários de depressão de Zung (Zung's depression scale, 1965), de Beck (Beck's Depression Inventory , 1961), de Raskin (1967) e no Inventário de Personalidade MMPI (Minnesota Multiphasic Personality Inventory, 1960). É uma escala de autorrelatos e busca a identificação do humor depressivo em estudos com indivíduos. Foi adaptada e utilizada no Brasil por Silveira e Jorge (2000) (Batistoni et al., 2010).

O Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) apresenta duas escalas: uma avalia a ansiedade enquanto estado (IDATE – E) e a outra avalia a ansiedade enquanto traço (IDATE – T). Foi desenvolvido por Spielberger, Gorsuch e Lushene (1970) e traduzido para o Brasil por Biaggio & Natalício (1979) (Fioravanti, 2006).

A escala M.I.N.I. é um breve questionário diagnóstico com duração de 15 a 30 minutos, desenvolvido por pesquisadores do Hospital Pitié-Salpêtrière de Paris e da Universidade da Flórida, que analisa a presença de transtornos psicóticos e de humor. O M.I.N.I. é organizado por módulos independentes, que vão de A à F, utilizando perguntas dicotômicas (SIM ou NÃO). A escala de risco de suicídio está inclusa na categoria C do M.I.N.I., e é composta por 6 perguntas direcionadas à ideação suicida durante o último mês (Amorim, 2000).

Devido a pandemia de Covid-19, as escalas foram incorporadas a um formulário online, que foi enviado por e-mail aos docentes, juntamente com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFAL e respeitou as diretrizes das resoluções 466/12 e 510/16, do Conselho Nacional de Saúde/Ministério da Saúde, que dispõem sobre os direitos e deveres a respeito do participante da pesquisa, comunidade ética e do Estado. Para orientações sobre procedimentos em pesquisas com qualquer etapa virtual, foram utilizadas as diretrizes do Ofício Circular N°1/2021/CONEP/SECNS/MS. Confere respeito aos participantes, assegurando sua liberdade para contribuir ou não através de seu consentimento livre e esclarecido.

As escalas e questionários foram preenchidos anonimamente e os dados armazenados em um arquivo no Excel, conferindo confidencialidade aos participantes da pesquisa. O tratamento estatístico foi realizado através de frequência relativa e absoluta. Para análise dos dados foi considerado o intervalo de confiança de 95% e valor $p < 0,05$. As informações coletadas foram tabuladas em banco de dados no Programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 23.0. As variáveis quantitativas foram estimadas pela estatística descritiva.

Resultados e discussões

Características gerais

Foram convidados a participar desse estudo um total de 39 professores de um curso da saúde da Universidade Federal de Alagoas campus A.C. Simões, dos quais 29 (74,4%) responderam aos questionários, compondo a amostra do estudo. Desses, 100% são do sexo feminino, 72,4% são casadas, 82,8% têm filhos e 27,6% trabalham em outro local. 51,7% das entrevistadas têm doutorado, 86,2% trabalham há mais de 5 anos na instituição e 62,1% têm a carga horária de 40h com Dedicação Exclusiva (DE). As características gerais da amostra estão detalhadas na Tabela 1.

Tabela 1.

Características gerais dos docentes de um curso da saúde da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), campus A. C. Simões. Maceió- AL, 2020.

		N = 29	FR (%)
Sexo	Feminino	29	100
Estado Civil	Solteira	3	10,3
	Casada	21	72,4
	União Livre	2	6,9
	Divorciada	2	6,9
Filhos	Sim	24	82,8
	Não	5	17,2
Trabalha em outro local?	Sim	8	27,6
	Não	21	72,4
Se sim, é como docente?	Sim	1	3,4
	Não	8	27,6
Tempo que ensina no campus UFAL	1 a 5 anos	4	13,8
	+ 5 anos	25	86,2
Habilitação profissional	Pós-doutorado	5	17,2
	Doutora	15	51,7
	Doutoranda	1	3,4
	Mestre	6	20,7
	Mestranda	2	6,9
Carga horária semanal	40 h DE	18	62,1

	40h	3	10,3
	20h	8	27,6
Exerce outra função no Curso, além da docência	Sim	13	44,8
	Não	16	55,2

Analisando os dados do perfil sociodemográfico, pode-se observar que no estado civil prevalece o casado (72,4%), além de 82,8% terem filhos. Isso sugere que fora do ambiente laboral, as docentes precisam dar atenção às suas próprias famílias, passar um tempo com seus filhos, ter seus momentos de descontração e resolver questões pessoais. Neste caso, a ocupação do tempo de lazer pelo trabalho torna-se um fator estressante, devido à redução dos momentos com a família. Além de que, os horários de lazer com amigos, realizando alguma atividade que promova seu bem-estar, são também reduzidos. No entanto, a família também pode oferecer um tipo de apoio emocional ao docente, tornando-se uma forma de diminuir o estresse (Godinho et al., 2015).

A maioria das docentes (86,2%) trabalham na instituição há mais de 5 anos, enquanto 44,8% exercem outro tipo de função além da docência. Isso sugere uma sobrecarga a mais, devido ao acúmulo de funções. Uma pesquisa realizada por Fontes et al. (2019) com enfermeiros docentes mostra que 66,6% dos entrevistados atuam também como professores no curso de especialização, 58,3% no mestrado e 50% no doutorado.

Ansiedade

Observando o escore da escala do IDATE – E, pode-se observar que 89,7% das docentes apresentam ansiedade-estado em nível moderado (Tabela 2). A ansiedade-estado se refere a um determinado momento de tensão e preocupação excessiva na vida do indivíduo, que pode variar de intensidade com o passar do tempo, culminando num estado de ansiedade transitório (Ferreira et al., 2009; Gama et al., 2008).

A análise do escore da escala do IDATE – T revelou que 86,2% das docentes apresentam ansiedade-traço em nível moderado (Tabela 3). A ansiedade-traço refere-se a um traço da personalidade do indivíduo e a sua disposição em perceber um maior número de situações estressantes como sendo potencialmente ameaçadoras ao seu nível de ansiedade (Ferreira et al., 2009; Gama et al., 2008).

Tabela 2.

Frequência absoluta e relativa de ansiedade estado em docentes de um curso da saúde da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), campus A. C. Simões. Maceió - AL, 2020.

IDATE E	N	%
Moderada	26	89,7
Baixa	3	10,3
Total	29	100

Tabela 3.

Frequência absoluta e relativa de ansiedade traço em docentes de um curso da saúde da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), campus A. C. Simões. Maceió - AL, 2020.

IDATE T	N	%
Moderada	25	86,2
Baixa	4	13,8
Total	29	100

A ansiedade é um sentimento de medo e tensão diante de situações consideradas potencialmente ameaçadoras associadas a sintomas físicos, como taquicardia, sudorese, tensão muscular, tremores entre outros (Strieder, 2009). Essa situação pode estar ligada a várias circunstâncias, dentre elas a preocupação excessiva e o alto nível de estresse. A preocupação com as atribuições que a docência exige, desde a elaboração e ministração de aulas, correção de provas e trabalhos, prazos para fechamento de notas, até a produção de artigos acadêmicos ou ainda preocupação com as atividades de projetos de extensão e pesquisa, levam o docente a um elevado estado de estresse. Essas atribuições podem ser ainda duplicadas quando o docente precisa desenvolver outros tipos de atividades dentro da instituição, como coordenar um curso ou ser responsável pela direção da escola (Godinho et al., 2015).

Uma pesquisa realizada por Lima e Lima Filho (2009) com professores de uma universidade federal, evidencia que 42,9% dos docentes sofrem com ansiedade.

A exaustiva jornada de trabalho pode levar o docente a uma tentativa de se ajustar às várias tarefas em um curto período, aumentando seu nível de estresse. No cenário pandêmico, o fator que contribuiu para o aumento do estresse foi a adaptação às tecnologias da informação, algo que muitos docentes não estavam preparados para inserir em seu espaço laboral. O docente que antes lecionava em sala de aula, de repente precisaria aprender a

manusear as novas tecnologias e se adequar ao ERE. Assim, é provável que o indivíduo com predisposição ansiosa veja como nociva essa situação de adaptação, o que eleva seu nível de ansiedade (Ferreira et al., 2009; Silva et al., 2020). Segundo uma pesquisa feita por Praça e Oliveira (2020) com professores universitários, 40% dos docentes desenvolveram sintomas de ansiedade durante a pandemia.

Tratando-se de profissionais da área da saúde, que atuam na linha de frente do enfrentamento da COVID-19, é preciso destacar que estes precisam conciliar a parte assistencial com a docência. Isso sugere que, além do estresse com as atividades da docência, esse profissional ainda está exposto a diversas situações na área assistencial, como lidar com a perda de pacientes e de colegas de trabalho em decorrência da doença; além de lidar com o medo diante do alto risco de ser contaminado. Isso acaba aumentando seu nível de estresse e ansiedade (Souza et al., 2021).

Um estudo realizado por Sampaio et al. (2020) com enfermeiros em Portugal, mostra que esses profissionais apresentaram maior nível de ansiedade, depressão e estresse durante a pandemia do que a população geral do país.

Outra pesquisa, realizada por K. Santos et al. (2021) com a equipe de enfermagem de um hospital no Rio Grande do Norte, mostra que 39,6% dos profissionais apresentaram sintomas de ansiedade durante o período da pandemia por Covid-19.

Depressão

Analisando o escore da escala CES-D de depressão, 65,5% das docentes têm risco de desenvolver depressão (Tabela 4), o que mostra um resultado preocupante. Estudo realizado por Batista et al. (2016), desenvolvido no setor de perícia médica de uma instituição de ensino superior na Paraíba, reforça que a depressão é a maior causa de afastamento de docentes. Segundo esse estudo, um total de 52% das fichas de docentes analisadas, têm depressão como causa do afastamento dos profissionais.

Tabela 4.

Frequência absoluta e relativa de risco de depressão em docentes de um curso da saúde da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), campus A. C. Simões. Maceió - AL, 2020.

Depressão	N	%
Sem risco	10	34,5
Com risco	19	65,5
Total	29	100

Um estudo realizado por Godinho et al. em 2015, mostra as situações geradoras de estresse declaradas pelos próprios docentes, das quais destacam-se as múltiplas tarefas e o pouco tempo para desenvolver atividades de lazer e cuidar da saúde. Além disso, as condições precárias de trabalho, baixa remuneração e a sobrecarga de trabalho são situações que aumentam o nível de estresse laboral desses profissionais (Godinho et al., 2015). Essa situação pode gerar gatilho para o desenvolvimento de sintomas depressivos que, além de afetar a saúde física e emocional do docente, interferem diretamente no seu desenvolvimento profissional (Batista et al., 2016; Silva & Carvalho, 2016).

Levando em consideração o momento no qual a pesquisa foi realizada, a pandemia de Covid-19 pode ter sido um agravante para a saúde mental dessas docentes. O prolongamento do distanciamento social juntamente com a inserção de um novo método de ministrar aulas, fez com que o docente precisasse se adaptar ao “novo normal”. Aliado a esses fatores, há ainda a inserção das novas tecnologias, como smartphones e notebooks, que não deixam o professor se “desligar” da função docência nem nos momentos destinados ao descanso. Por isso, o tempo de trabalho acaba sendo alongado e o docente entra em um ciclo onde fica integralmente ligado às funções laborais sem direito ao descanso (D’Oliveira et al., 2020).

As aulas remotas configuram-se como extremamente cansativas para os professores, o que implica na falta de motivação para realizar esse tipo de atividade. Isso gera, consequentemente, a perda do prazer de lecionar devido ao cansaço (Silva et al., 2020). Um estudo realizado por Barbosa et al. (2020), evidencia que a quantidade de horas trabalhadas, incluindo o tempo destinado a preparação das aulas remotas, aumentou em 59% durante a pandemia. Isso sugere que o tempo que o docente dedica ao trabalho aumentou, bem como seu nível de estresse.

Associação entre depressão e ansiedade

Neste estudo, foram encontradas associações significativas entre docentes com risco de desenvolver depressão e o nível de ansiedade. A análise revela que 65,5% das docentes com risco de desenvolver depressão apresentam nível de ansiedade (traço e estado) moderada (Tabelas 5 e 6). Isso significa que todas as docentes com risco de desenvolver depressão apresentaram nível de ansiedade moderado.

Desde a busca pela maior qualificação do currículo, até a realização de várias tarefas em um curto espaço de tempo, o docente acaba privando-se de realizar atividades que promovam seu relaxamento e bem-estar. Essa privação pode estar ligada ao alto nível de estresse emocional ligado ao trabalho e ao ambiente laboral (Batista et al., 2016; Mérida-López et al., 2017; Rodrigues et al., 2020).

Uma pesquisa feita por Almeida et al. (2014) com docentes mostra a relação entre distúrbios da voz, nível de ansiedade alta e baixa e depressão. O grupo que apresentou

ansiedade em nível alto foram os mesmos com sintomas de depressão, estresse excessivos e distúrbios vocais. O estudo aponta ainda que os docentes com um nível alto de ansiedade foram os que apresentaram maior comprometimento da qualidade vocal (Almeida et al., 2014).

O elevado nível de estresse pode ser um gatilho para o desenvolvimento tanto de sintomas depressivos quanto de sintomas de ansiedade. O sentimento de frustração pelas várias demandas da docência e a sensação de que não vai conseguir cumpri-las, somadas às exaustivas jornadas de trabalho causam no professor um sentimento de despersonalização, onde muitas vezes acaba culminando na desistência das atividades laborais (Batista et al., 2016). Essa situação foi agravada pela necessidade do isolamento social durante a pandemia, e da necessidade de se adequar ao ERE. Diante disso, o docente pode desenvolver sintomas depressivos e de ansiedade (Silva et al., 2020).

Um estudo desenvolvido por Freitas et al. (2021), com professores universitários da área da saúde, revela que 74,7% das docentes do sexo feminino apresentaram sintomas depressivos, enquanto 78,8% apresentaram sintomas ansiosos em decorrência à pandemia de Covid-19, o que corrobora com os resultados apresentados no presente estudo.

Tabela 5.

Frequência absoluta e relativa de ansiedade estado e depressão em docentes de um curso da saúde da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), campus A. C. Simões. Maceió - AL, 2020.

Depressão	IDATE E		N	%
	Classificação			
	Moderada	Baixa		
Sem risco	7	3	10	34,5
Com risco	19	0	19	65,5
Total	16	3	29	100

Tabela 6.

Frequência absoluta e relativa de ansiedade traço e depressão em docentes de um curso da saúde da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), campus A. C. Simões. Maceió - AL, 2020.

Depressão	IDATE T	Total	%

Classificação				
	Moderada	Baixa		
Sem risco	6	4	10	34,5
Com risco	19	0	19	65,5
Total	25	4	29	100

Ideação suicida

Uma análise da ideação suicida nas docentes mostra que 6,9% das entrevistadas já tentaram suicídio ao longo da vida, enquanto 3,4% quiseram fazer mal a si mesmo (Tabela 7). Apesar de ser um número relativamente pequeno, já pode ser considerado preocupante, visto o suicídio é algo que precisa ser discutido e prevenido. A ideação suicida pode se desenvolver a partir de sintomas depressivos (Batista et al., 2016; Silva & Carvalho, 2016).

Tabela 7.

Ideação suicida entre docentes de um curso da saúde da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), campus A. C. Simões. Maceió-AL, 2020.

Durante o último mês		N=29	%
Pensou que seria melhor estar morto (a) ou desejou estar morto (a)?	Sim	2	6,9
	Não	27	93,1
Quis fazer mal a si mesmo (a)?	Sim	1	3,4
	Não	28	6,6
Pensou em suicidar-se?	Sim	0	0
	Não	29	100
Pensou numa maneira de se suicidar?	Sim	0	0
	Não	29	100
Ao longo da sua vida: Já fez alguma tentativa de suicídio?	Sim	2	6,9
	Não	27	93,1

A ideação suicida em docentes universitários é ainda pouco pesquisada no meio acadêmico. A escassez desses dados não anula o fato que o problema existe e que precisa da devida atenção.

Um estudo realizado por Batista et al., em 2016, mostra que o índice de absenteísmo pelos docentes também é causado pelo uso de álcool e drogas psicotrópicas, como antidepressivos e ansiolíticos. Segundo esse estudo, o suicídio também está associado a intoxicação pelo uso dessas drogas.

Considerações Finais

À vista de todas as demandas laborais, o docente por vezes negligencia ou abandona completamente o autocuidado e o cuidado com a saúde mental. Além disso, o alto nível de estresse ao qual são expostos aumenta o risco de desenvolver depressão ou ansiedade moderada, como ficou evidenciado neste estudo. Também é possível afirmar, que o risco para desenvolver a depressão está presente em docentes com ansiedade moderada.

Além disso, o alto nível de estresse ao qual esses profissionais são expostos aumenta o risco de desenvolver depressão ou ainda, ansiedade em nível moderado, como ficou evidenciado nesse estudo. Também é possível afirmar, diante dos resultados, que o risco para desenvolver a depressão está relacionado ao nível moderado de ansiedade.

Percebe-se que, diante da falta de tempo para atividades de lazer e com a família, o docente acaba adoecendo cada vez mais, não só mentalmente, como também fisicamente, o que prejudica sua qualidade de vida e seu processo laboral. Essa condição pode ainda, interferir na qualidade do ensino prestado.

Diante da escassez de produções científicas voltadas à ideação suicida em docentes, esse estudo traz à tona um resultado preocupante, enfatizando o fato que a ideação suicida está presente entre os docentes. Esse é um problema que necessita de atenção psicossocial.

Somado aos fatores estressantes da profissão, o cenário pandêmico pode ter contribuído para o adoecimento mental dos docentes, devido a vários fatores, como o isolamento social e a adesão das novas tecnologias no processo ensino-aprendizagem.

É importante diminuir a sobrecarga de trabalho do docente, para que ele possa conseguir organizar os horários de trabalho e os de lazer para promover o relaxamento e o bem-estar físico e emocional. Isso irá contribuir na melhora da qualidade de vida e laboral desse docente.

É importante salientar ainda, que cuidar da saúde mental não significa necessariamente ter que abandonar o emprego ou a carreira acadêmica. Pelo contrário, é preciso encontrar um equilíbrio onde a vida pessoal e laboral coexista de maneira saudável. Isso é possível adotando medidas simples, como tirar um tempo para a

família, delimitar onde termina o horário de trabalho e onde começa o horário de descanso, realizar uma atividade física ou fazer algo que se sintam bem.

REFERÊNCIAS

- Almeida, L. N. A., Lopes, L. W., Costa, D. B., Silva, E. G., Cunha, G. M. S., & Almeida, A. A. F. (2014). Características vocais e emocionais de professores e não professores com baixa e alta ansiedade. *Audiology - Communication Research*, 19 (2), pp. 179-85, abr. 2014. <https://doi.org/10.1590/S2317-64312014000200013>
- Amaro, J. M. R. S., & Dumith, S. C. (2018). Sonolência diurna excessiva e qualidade de vida relacionada à saúde dos professores universitários. *J Bras Psiquiatr*. 67 (2), pp. 94-100, abr/jun 2018. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000191>
- American Psychiatric Association (2014). *Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais DSM-5*. (5ª ed). Artmed.
- Amorim, P. (2000). Mini International Neuropsychiatric Interview (MINI): validação de entrevista breve para diagnóstico de transtornos mentais. *Braz. J. Psychiatry*. 22 (3), pp 106-15. Set 2000. <https://doi.org/10.1590/S1516-44462000000300003>
- Backes, V. F., Thomaz, J. R., & Silva, F. F. (2016). Mulheres docentes no ensino superior: problematizando questões de gênero na Universidade Federal do Pampa. *Cad. Ed. Tec. Soc., Inhumas*, 9 (2), pp. 166-181, 2016. <http://dx.doi.org/10.14571/cets.v9.n2.166-181>
- Baptista, M. N., Soares, T. F. P., Raad, A. J., & Santos, L. M. (2019). *Burnout*, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. *Rev. Psicol., Organ. Trab.* 19 (1), pp. 564-70, jan/mar. 2019. <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2019.1.15417>
- Barbosa, A. M., Viegas, M. A. S., & Batista, R. L. N. F. F. (2020). Aulas presenciais em tempos de pandemia: relatos de experiências de professores do nível superior sobre as aulas remotas. *Rev. Augustus*, 25(51) pp. 255-280. <https://revistas.unisuam.edu.br/index.php/revistaaugustus/article/view/565/302>
- Batista, J. B. V., Carlotto, M. S., Oliveira, M. N., Zaccara, A. A. L., Barros, E. O., & Duarte, M. C. S. (2016). Transtornos mentais em professores universitários: estudo em um serviço de perícia médica. *J. res.: fundam. care. online*. 8(2), pp. 4538-4548, abr/jun. 2016. DOI: 10.9789/2175-5361.2016.v8i2.4538-4548
- Batistoni, S. S. T., Neri, A. L., & Cupertino, A. P. (2010). Validade e confiabilidade da versão Brasileira da Center for Epidemiological Scale - Depression (CES-D) em idosos Brasileiros. *Psico-USF*. 15 (1), pp. 13-22, apr. 2010. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712010000100003>
- Campos, T. C., Veras, R. M., & Araújo, T. M. (2020). Trabalho docente em universidades públicas brasileiras e adoecimento mental: uma revisão bibliográfica. *Revista Docência Do Ensino Superior*. 10, pp 1-19. <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2020.15193>.
- D'oliveira C. A. F. B., Souza, N. V. D. O., Varella, T. C. M. M. L., Vargens, O. M. C., Noronha, I. R., & Noronha, I. R. (2020). Cotidiano laboral docente: enfrentamentos dos

- professores de enfermagem na contemporaneidade. *Rev. esc. enferm. USP*, 54, pp. 1-8, 2020. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018038603577>
- Duarte, C. G., Lunardi, V. L., & Barlem, E. L. D. (2016). Satisfação e sofrimento no trabalho do enfermeiro docente: uma revisão integrativa. *Rev. Mineira de Enfermagem*, 20, pp. 1-8. <https://doi.org/10.5935/1415-2762.20160009>
- Ferreira, C. L., Almondes, K. M., Braga, L. P., Mataa, A. N. S., Lemos, C. A., & Maia, E. M. C. (2009). Universidade, contexto ansiogênico? Avaliação de traço e estado de ansiedade em estudantes do ciclo básico. *Ciência & Saúde Coletiva*, 14(3), pp. 973-981, jun. 2009. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232009000300033>
- Fonseca, J. P. S., & Fernandes, C. H. (2017). O enfermeiro docente no Ensino Superior: atuação e formação profissional. *Série-Estudos - Periódico Do Programa De Pós-Graduação Em Educação Da UCDB*, 22(45), 43-58. <https://doi.org/10.20435/serie-estudos.v22i45.1027>
- Fontes, F. L. L., Santana, R. S., Soares, J. C., Pereira, R. I. N., Santo, I. M. E., Sousa, M. S. R., Martins, G. S., Araújo, C. A., Silva, M. J. M., Neta, A. S. S., Coimbra, G. T., Lopes, M. C. F., Pinho, L. F., Silva, N. K. B., & Costa, A. M. A. S. (2019). Desafios e dificuldades enfrentadas pelo enfermeiro docente para o exercício da docência no ensino superior. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, (24), e300. <https://doi.org/10.25248/reas.e300.2019>
- Freitas, R. F., Ramos, D. S., Freitas, T. F., Souza, G. R., Pereira, E. J., & Lessa, A. C. (2021). Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70(4), pp. 283-292. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000348>
- Gama, M. M. A. Moura, G. S.; Araújo, R. F.; Silva, F. T. (2008). Ansiedade-traço em estudantes universitários de Aracaju (SE). *Rev Psiquiatr, RS*. 30(1), pp. 19-24, 2008. <https://doi.org/10.1590/S0101-81082008000100007>
- Godinho, R. L. P. Oliveira, L. A. Ferreira, J. S. Santos, N. A. R. S. Velasco, A. R. Passos, J. P. O. (2015). Estresse ocupacional e os docentes de enfermagem. *Rev Pró-UniverSUS*. 06 (3), 17-22. Jul./Dez. 2015. <http://editora.universidadedevassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/354>
- Fioravanti, A. C. M. Santos, L. F.; Maissonette, S.; Cruz, A. P. M.; Landeira-Fernandez, J. (2006). Avaliação da estrutura fatorial da Escala de Ansiedade-Traço do IDATE. *Avaliação Psicológica*, 5(2), 217-224. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712006000200011&lng=pt&tlng=pt
- Lima, M. D. F. E. M., Lima-Filho, D. D. O. (2009). Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a. *Ciências & Cognição*, 14(3), 62-82. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-58212009000300006&lng=pt&tlng=pt
- Mérida-López, S.; Extremera, N.; Rey, L. (2017). Emotion-regulation ability, role stress and teachers' mental health. *Occupational medicine (Oxford, England)*, 67(7), 540-545. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqx125>
- Oliveira, R. M., Corrêa, Y., & Morés, A. (2020). Ensino remoto emergencial em tempos de COVID-19: formação docente e tecnologias digitais. *Rev. Int. de Form.de Professores (RIFP)*, 5, pp. 1-18. <https://periodicoscientificos.itp.ifsp.edu.br/index.php/rifp/article/view/179/110>
- Portaria nº 345/2020 do Ministério da Educação. (2020). Diário Oficial da União. Edição 54-D, seção 1. <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-345-de-19-de-marco->

de-2020-
248881422?inheritRedirect=true&redirect=%2Fweb%2Fguest%2Fsearch%3FqSearch%3DPortaria%2520345%2520de%252019%2520de%2520mar%25C3%25A7%2520de%25202020

- Praça, L. A., & Oliveira, V. M. (2020). Qualidade de vida no trabalho em tempos de pandemia de Covid-19: os desafios e oportunidades dos docentes do ensino superior. *Rev. Uniacademia*.
<http://seer.uniacademia.edu.br/index.php/gestao/article/viewFile/2665/1743>
- Rodrigues, L. T. M. (2020). Estresse e depressão em docentes de uma instituição pública de ensino. *Enfermería Global*, 57, pp. 221-31.
<http://dx.doi.org/10.6018/eglobal.19.1.383201>
- Sampaio, F.; Sequeira, C.; Teixeira, L. (2020). Nurses' Mental Health During the Covid-19 Outbreak: A Cross-Sectional Study. *JOEM*. 62 (10), pp. 783-87.
<https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000001987>
- Santos, G. M. R. F., Silva, M. E., & Belmonte, B. R. (2021). COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 21(Suppl. 1), 237-243. Epub February 24, 2021.
<https://doi.org/10.1590/1806-9304202100s100013>
- Santos, K. M. R., Galvão, M. H. R., Gomes, S. M., Souza, T. A., Medeiros, A. A., & Barbosa, I. R. (2021). Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. *Escola Anna Nery*, 25 (spe), e20200370.
<https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0370>
- Silva, A. F. Estrela, F. M.; Lima, N. S.; Abreu, C. T. A. (2020). Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 30 (2), e300216. <https://doi.org/10.1590/So103-73312020300216>
- Silva, T. R., & Carvalho, E. A. (2016). Depressão em professores universitários: uma revisão da literatura brasileira. *Uningá Review*, 28(1).
<https://revista.uninga.br/uningareviews/article/view/1840>
- Souza, N. V. D. O.; Carvalho, E. C.; Soares, S. S. S.; Varella, T. C. M. M. L.; Pereira, S. R. M.; Andrade, K. B. S. (2021). Trabalho de enfermagem na pandemia da covid-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores. *Revista Gaúcha de Enfermagem*. 42. doi: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200225>
- Strieder, R. (2010). Depressão e ansiedade em profissionais da educação das regiões da Amerios e da AMEOSC. *Roteiro*, 34(2), 243–268.
<https://portalperiodicos.unoesc.edu.br/roteiro/article/view/307>
- World Health Organization (WHO). (2017). Depression and other common mental disorders: global health estimates. WHO/MSD/MER/2017.2.
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>.