

## A ansiedade e as implicações no contexto escolar trazidas pela pandemia da covid-19

Delzuita Patrícia Sousa Miranda<sup>1</sup>  
Marcos Felipe Freitas do Nascimento<sup>2</sup>  
Ana Claudia Coelho Pereira<sup>3</sup>  
Rayana Michelle Sousa Lima<sup>4</sup>  
Regiane Oliveira Rodrigues<sup>5</sup>  
Lindoracy Santos Almeida Amorim<sup>56</sup>

### RESUMO

A presente pesquisa procurou discutir acerca da ansiedade e seus impactos no contexto educacional, uma vez que a pandemia da COVID-19 pegou a todos de surpresa, rompendo de maneira abrupta a vida de todos os indivíduos, onde foi preciso um momento de isolamento social devido a gravidade da doença que afetou todas as áreas, em especial o ambiente escolar. Onde foi preciso se adequar ao contexto remoto, longe do contato social. Dessa forma, desencadeando muitos problemas psicológicos, dentre eles a ansiedade, diante de um contexto atípico ao qual pouco se sabia e que trazia muito medo e incertezas acerca do que viria pela frente. A pesquisa surgiu através da revisão bibliográfica com abordagem qualitativa, sustentada através do aporte teórico Sanches (2010), Morin (2020), Soares e Martins (2010), entre outras fontes. Trazendo como resultado desta pesquisa um olhar para a questão da ansiedade e como ela interferiu negativamente no contexto escolar.

**Palavras-chave:** Ansiedade, covid-19, contexto escolar.

### INTRODUÇÃO

Nesse trabalho buscou-se desenvolver um contexto atual que foi a pandemia da covid-19, uma doença que apareceu de maneira inesperada no ano de 2020, que afetou não só o Brasil como o mundo, mudando a vida de todos por completo, surgindo de maneira inesperada e

---

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de Pedagogia da Universidade Estadual do Maranhão - UEMA, [delzuitapatricia887@gmail.com](mailto:delzuitapatricia887@gmail.com);

<sup>2</sup> Graduando pelo Curso de Pedagogia da Universidade Estadual do Maranhão - UEMA, [mharcosfelipe@gmail.com](mailto:mharcosfelipe@gmail.com);

<sup>3</sup> Graduanda do Curso de Pedagogia da Universidade Estadual do Maranhão - UEMA, [anaclaudiacoelho847@gmail.com](mailto:anaclaudiacoelho847@gmail.com);

<sup>4</sup> Graduanda do Curso de Pedagogia da Universidade Estadual do Maranhão - UEMA, [michellylima@gmail.com](mailto:michellylima@gmail.com);

<sup>5</sup> Mestranda em Educação da Universidade Federal do Maranhão-UFMA, [regyanejc@hotmail.com](mailto:regyanejc@hotmail.com)

<sup>6</sup> Professor orientador: Especialista pela Universidade Estadual do Maranhão-UEMA, [lindoracysantos@professor.uema.br](mailto:lindoracysantos@professor.uema.br);

rapidamente se alastrou, ceifando a vida de milhares de pessoas e que pouco se conhecia sobre ela.

No Brasil tem tido um aumento no número de doenças psicológicas tais como a ansiedade, e em decorrência da pandemia aumentou ainda mais pois era um cenário que favorecia o surgimento de doenças psicológicas visto que era um contexto atípico, repleto de medos e incertezas, mudando a rotina de todos.

Não mais poderia existir por um tempo o contato social, foi preciso um período de reclusão para que tentasse conter a contaminação desenfreada do vírus. A partir disso, foi escolhido essa temática trazendo um olhar para o contexto escolar, visando compreender como isso afetou a vida de professores e alunos ao ponto de muitos chegarem a desenvolverem ansiedade.

Dessa forma, foi dado o primeiro passo para a realização deste trabalho, pois de acordo com Cervo; Bervian (2002, p.81) diz “[...] o tema de uma pesquisa é qualquer assunto que necessite de melhores definições, melhor precisão e clareza do que há existe sobre o mesmo”.

Mediante esse contexto aterrorizante, foi preciso que escolas fechassem para que as aulas dessem continuidade de maneira remota, onde professores se sobrecarregaram tendo que se reinventar através de telas, adequando-se a uma nova rotina, dentro de casa, longe presencialmente dos seus alunos.

Do outro lado, os discentes também tiveram que se adequar a essa nova rotina através das telas, onde surgiu um outro agravante que é a desigualdade social, onde muito desses alunos não possuíam os recursos básicos para acompanhar as aulas, como o acesso a rede Wi-Fi, notebooks, até mesmo um aparelho celular, um local tranquilo e agradável para estudar e em alguns casos sentiam a falta da merenda escolar.

Todos pontos atrelados ao medo e as incertezas trazidos pela COVID-19, corroboravam para o surgimento da ansiedade que muito interfere de maneira negativa prejudicando o desempenho profissional e pessoal desses professores, como também a aprendizagem desses alunos.

A pesquisa desenvolveu-se através de uma revisão bibliográfica com abordagem qualitativa, sustentada pelo aporte teórico Sanches (2010), Morin (2020), Soares e Martins (2010), dentre outras fontes. Destacando algumas abordagens, tais como: a ansiedade no

contexto da pandemia, a ansiedade e as mazelas no contexto escolar trazidas pela pandemia da covid-19.

## **METODOLOGIA**

Para a realização desse trabalho foi feito uma revisão bibliográfica com abordagem qualitativa através de autores renomados sobre a temática abordada, tais como Sanches (2010), Morin (2020), Soares e Martins (2010), entre outros, para melhor fundamentação do trabalho em estudo.

Sendo desenvolvido através de artigos, teses, livros e demais matérias que contribuem na investigação desse material. A pesquisa que transcorreu esse trabalho foi a bibliográfica, pois de acordo com Marconi e Lakatos (1992) “a pesquisa bibliográfica é o levantamento de toda a bibliografia já publicada, em forma de livros, revistas, publicações avulsas e imprensa escrita.”

A pesquisa foi desenvolvida a partir da abordagem, pois de acordo com Denzin e Lincoln (2006, p.17),” A pesquisa qualitativa é uma atividade situada que localiza o observador no mundo. Consiste em um conjunto de práticas materiais e interpretativas que dão visibilidade ao mundo”.

O interesse acerca dessa temática surgiu por ser bastante atual, repercutindo no momento delicado que foi e ainda é a pandemia da covid-19, e os problemas que ela trouxe para a saúde pública, desemprego, em especial a ansiedade no contexto educacional, abordando também um novo olhar para as mudanças trazidas por conta da pandemia que muito afetou a educação.

## **A ansiedade no contexto da pandemia**

Nos tempos atuais vivenciamos umas das piores crises do século XXI, sendo a mais comuns doenças psicológicas, que pode afetar todos os grupos de pessoas. Atualmente, pode-se deparar com indivíduos de todas as faixas etárias, partindo das crianças ao idoso com doenças psicológicas como a depressão, transtorno de bipolaridade e ansiedade, sendo a mais comum entre as pessoas a ansiedade, que ataca os sujeitos sem haver distinção de gênero, idade ou raça.

A ansiedade é considerada normal desde que haja motivo para isso, sendo um sentimento natural que o indivíduo sente antes de algum acontecimento importante. No entanto, passa a ser um problema à medida que interfere na vida da pessoa. Dessa forma, muito são os motivos que pode provocar o transtorno de ansiedade, alguns deles são acontecimentos traumáticos,

situações de estresse causado por expectativas, doenças físicas, exagero no uso de substâncias ou até mesmo distúrbios hormonais.

A ansiedade através da revisão dos autores Andrade e Gorenstien em 1998 baseado na concepção de Lewis, sabendo da sua origem e significado a conclusão que os autores chegaram foi

“1. É um estado emocional, com a experiência subjetiva de medo ou outra emoção relacionada, como o terror, horror, alarme, pânico; 2. A emoção é desagradável, podendo ser uma sensação de morte ou colapso iminente; 3. é direcionada em relação ao futuro. Está implícita a sensação de um perigo iminente. Não há risco real, ou se houver, a emoção é desproporcionalmente mais intensa; 4. há desconforto corporal subjetivo, (...) aperto no peito, na garganta, dificuldade para respirar (...)” (D ‘AVILA E SOARES, 2003, P. 107)

Dado o exposto, é notável perceber que o medo é predominante no indivíduo que possui ansiedade. E diante desse cenário de pandemia, não foi incomum encontrar pessoas que sofreram ou sofra com esse mal, visto que ocorreu o processo abrupto de ruptura do até então contexto normal, para uma fase de adaptações, medo, angustias e luto gerada pela pandemia que mexeu bastante com o psicológico de todos.

Os sintomas da ansiedade assemelham-se a problemas de saúde tais como doenças do coração, uma vez que ela acelera o batimento cardíaco, provocando dores no peito, falta de ar, podendo causar também alterações de humor, inseguranças, dificuldades para dormir, estresses, isolamento social, dentre outros problemas. Além disso, Sanches (2010, p.52) fala que “quando estamos nervosos ou ansiosos não pensamos com a mesma clareza e é fácil focarmos apenas nos aspectos potencialmente negativos.”

A ansiedade pode causar além do sentimento de vazio, que fica ligado ao medo e a antecipação de algumas situações, causar desconfortos psicológicos, sendo extremamente desgastantes pois o indivíduo começa a ter medo sobre tudo, tendo inseguranças acerca do futuro, criando precipitadamente na mente situações de medo que na maioria das vezes nem irão acontecer, corroborando com esse pensamento Graeff e Brandão (1996,p.111) diz, “Desse modo, as causas mais comuns de ansiedade no ser humano deixam de ser ameaças concretas para se situarem em plano mais abstrato e complexo, onde predominam fatores socioculturais.”

É inegável prever quando se terá uma crise de ansiedade, pois são de variadas maneiras que ela pode manifestar com graus diferentes para cada pessoa. Segundo Soares e Martins (2010) esse transtorno é associado a diferentes fatores tais como sociais, biológicos e psicológicos que pode se apresentar em diferentes maneiras nos indivíduos uns com graus mais

elevados e outros bem menos. A forma como acontece a ansiedade depende do momento que a pessoa está vivenciando, pode desencadear por conta de fases ruins que estimula os desequilíbrios psicológicos ou também sem motivos aparente.

Fatores comportamentais, fisiológicos, afetivo e também os neurológicos são um conjunto que podem gerar aborrecimentos e despertar no sujeito sensações de desconfortos e agitações. Além disso, normalmente esse transtorno provoca outras doenças como a depressão, vícios, demências, transtorno afetivo bipolar.

Dado o exposto, é importante ficar atento aos sinais e caso apareça procurar ajuda através do psicólogo ou psiquiatra para fazer o tratamento, pois essa situação pode interferir negativamente na vida da pessoa, e quanto mais cedo for descoberta e tratada previne que ela avance e torne-se um problema ainda maior.

## **A ansiedade e as mazelas no contexto escolar trazidas pela pandemia da covid-19**

Sabe-se que a ansiedade pode aparecer em qualquer fase da vida do indivíduo, visto que atualmente vive-se em uma sociedade imediatista onde as informações graças a internet e as redes sociais chegam de maneira cada vez mais rápida onde predomina o virtual ao invés do social.

Mediante tais fatores já é motivo suficiente para gerar estresse e ansiedade em todos. No entanto, em 2020 houve mais um agravante que foi causado pela pandemia da covid-19, onde por conta dessa doença o Brasil e demais países entraram em lockdown, obrigatoriamente aderiu-se a quarentena e a sociedade não mais funcionava da mesma maneira, a partir daí viveu-se uma nova realidade repleta de restrições.

Diante dessa realidade, as escolas tiveram que aderir o que era proposto por conta do caráter emergencial, e por causa disso as escolas tiveram de deixar de ser presencial, tendo que aderir ao contexto de aulas remotas. Diante dessa situação, os impactos passaram não só a afetar o bem estar de todos, como também a saúde física e mental.

Mediante situações como essa de tamanho medo e incertezas, foi o período que houve um aumento de pessoas que desenvolveram ansiedade, e no contexto escolar não foi diferente, visto que tudo parecia contribuir para o aparecimento de problemas psicológicos, professores tendo que mudar por completo suas metodologias aumentando assim seu trabalho e tendo que lidar com as incertezas que esse novo trazia.



Do outro lado, os alunos tendo que incluir sua rotina de estudos dentro de casa, não mais nas escolas, isso afetou bastante a educação brasileira, principalmente de maneira negativa aos menos favorecidos, fato esse que pode afetar a educação por um longo período de tempo.

De acordo com estudos realizados pela Unesco e Banco Mundial (2020, p.5) diz

A crise atual irá perpetuar ainda mais essas diferentes formas de exclusão. Com mais de 90% da população estudantil mundial afetada pelo fechamento de escolas relacionado à COVID-19, o mundo está prestes a sofrer uma perturbação de grandes dimensões e sem precedentes na história da educação. As diferenças sociais e digitais colocam os mais desfavorecidos em uma situação na qual correm o risco de ter perdas de aprendizagem ou abandonar a escola. Lições do passado – como as da crise do ebola – mostraram que as crises de saúde podem deixar muitos para trás, muitos dos quais nunca poderão retornar à escola.

Assim diante da preocupação com sua própria saúde e da sua família por conta das incertezas desse vírus, aluno e professores tiveram que enfrentar essa nova rotina no contexto escolar, onde redobrou as incertezas desse público acerca da questão educacional. Desencadeando assim, vários problemas psicológicos entre eles o mais conhecido, a ansiedade.

Problemas estes trazidos não apenas para os alunos, como também para os professores que se viram diante de um contexto atípico, tendo que aprender a mexer com os recursos tecnológicos para assim ministrar suas aulas, através de salas virtuais como Google meet, classroom, Whatsapp, e-mails entre outros, tudo isso tendo que conciliar esse novo contexto em casa com a família, afazeres domésticos, gerando assim estresses, frustrações, depressão, dentre outros problemas.

Diante disso, surge um outro problema que é a desigualdade social, pois de acordo com dados da Unesco (2020), conforme o Relatório de Monitoramento Global da Educação; Inclusão e educação para todos, antes da pandemia um em cada cinco crianças e adolescentes estavam fora da educação, com a pandemia despertou ainda mais essa situação de desigualdade.

Pois muitos dos alunos principalmente nas escolas públicas, não tinham Wi-Fi em casa para ter acesso as aulas, ou um lugar adequado para estudar em casa, assim atrasando o rendimento na aprendizagem e aumentando a evasão escolar de muitos, pois muitas dessas desistências não era causada por desinteresse, mas sim por não ter como acompanhar as aulas.

Atrelado a tudo isso, a falta de contato físico, o medo, e aos menos favorecidos isso tem um agravante a mais, pois em muitos casos a falta de privacidade em casa para estudar, a falta de alguém que auxiliem nas tarefas da escola pois muitos pais não sabem ou conhecem o assunto, falta da merenda escolar, tende a interferir na vida desses alunos causando menor

rendimento escolar, causando estresses que afetam diretamente a saúde mental de muito desses alunos.

De acordo com ZHAI; DU (2020)

Infelizmente grupos mais desfavorecidos são excluídos ou afastados dos sistemas de educação por meio de decisões às vezes sutis que levam à sua exclusão[...] São o sistema e o contexto que não lebsn em consideração a diversidade e a multiplicidade de necessidades, o que também foi explicitado pela pandemia da COVID-19.

Atrelado a tudo isso, o trabalho do professor aumentou já que para tentar incluir esses alunos tiveram que aderir a pequenos vídeos aulas, onde professores gravavam seus próprios vídeos para enviar para esses alunos que não podiam acompanhar de maneira regular, desenvolviam apostilas, entre outras coisas para incluir estes alunos. Dessa forma, os educadores tiveram que se reinventar tendo que sair da sua zona de conforto, mudando por completo seus planejamentos e metodologias.

O contexto de adentrar ao novo de maneira rápida não estando preparados, tecnologias, o uso excessivo de telas, confinamento, rotina em casa e trabalho redobrado, falta de recursos para uma boa aula remota, pressão acerca da aprendizagem dos alunos, exaustão, isolamento social, inseguranças, percas de entes queridos nesse período de pandemia, e medo de perder o emprego em caso de professores de escolas particulares, muitos educadores adoeceram psicologicamente.

Diante disso, saúde física e mental andam juntas, pensando nisso é preciso um olhar para essas questões, políticas públicas voltadas para essas questões, acesso facilitado para esse público com médicos e psiquiatras, assim como direito a um acompanhamento acessível e adequado, para enfrentar esses resquícios deixado pelo coronavírus, pois saúde mental é muito importante para o bem estar e uma melhor qualidade de vida. No mais, mediante os fatos é preciso que os sistemas de ensino propunham estratégias para superar as lacunas deixadas na educação, que já está sendo visto e somente com o transcorrer dos anos saberá a proporção que isso afetou a educação brasileira.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

De acordo com os dados expostos, a pesquisa apresentou uma temática bastante atual visto que ainda se vive esse contexto da pandemia. No entanto, em um cenário mais brando graças a vacinação que conseguiu conter o estado de calamidade em que se encontrava-se o Brasil e o mundo.

A ansiedade é uma doença que vem afetando a vida de milhares de pessoas ao longo do tempo e com esse contexto de pandemia agravou-se ainda mais. Diante disso, o ambiente escolar não foi diferente, a vida de professores e alunos mudou de maneira que interferiu diretamente na jornada de trabalho desses docentes e na aprendizagem dos alunos.

Mediante isso, essa pesquisa buscou-se conhecer um pouco mais de perto esse cenário não apenas em sociedade como também no contexto escolar, a nova realidade de professores e alunos, os motivos que levaram muitos deles a adoecerem psicologicamente, de maneira a desenvolverem a ansiedade, entre outros transtornos que afeta de maneira negativa a vida do indivíduo.

Diante desse cenário, surgiu outras questões extremamente relevantes como a desigualdade social em que muitos alunos, especialmente os mais pobres, não tinham como ter acesso as aulas regularmente sendo assim de acordo com Borges (2004, p.236) “Dar atenção a um aluno em dificuldades e manter o grupo atento é um dilema comum para a maioria dos docentes”.

Onde cabe a escola e ao professor desenvolver maneiras para incluir esses alunos, já que há muitos anos não se passava por nada parecido ainda mais de maneira tão rápida e inesperada como foi o da pandemia da COVID-19.

Visto que de acordo com MORIN (2020, p.30)

[...] O importante é que a partir de agora as profissões desvalorizadas passem a gozar de pleno reconhecimento social, que as profissões dedicadas ao próximo- médicos e professores-sejam confirmadas na grandeza da missão a que se elevaram durante a crise e na qual deveriam ser mantidas.

Dado o exposto, ressalta-se como qualquer pessoa está sujeita a desenvolver a ansiedade, ainda mais em um cenário assustador e repentino como esse que exigiu muito de todos em um curto tempo, trazendo um novo olhar para o papel dos professores que tanto trabalharam e tiveram que lidar com o novo contexto atípico repleto de morte, insegurança, despreparo, incertezas acerca do futuro.

Pois no ápice da pandemia ainda não existia uma vacina que conseguisse conter a contaminação exacerbada do vírus, e isso prejudicou psicologicamente bastante a vida desses



educadores e educandos como também desmitificou muita coisa na educação, pois de acordo com apud Petraglia (1995, p.16) “A educação que é complexa por essência, influi e é influenciada pelas partes e aspectos que a define e constitui [...]”.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao fim deste trabalho chegou-se à conclusão, de como foi desafiadora a jornada do professor nesse período de pandemia, tendo seu trabalho redobrado e ainda sim tendo que continuar dando o seu melhor mediante ao novo cenário, chegando ao ponto de muitos adoecerem psicologicamente pelo excesso de responsabilidades.

Enquanto que por outro lado, muito dos alunos também passaram a ter crises de ansiedade, por conta dessa nova realidade e que escancarou a triste desigualdade social enfrentada em especial pelos alunos menos abastados, visto que como foi dito anteriormente não possuíam o básico para acompanhar as aulas e garantir sua permanência nas escolas.

Assim gerando crises de ansiedade, dentre outras doenças psicológicas, que muito interferiu na vida dessas pessoas limitando sua qualidade de vida já que a ansiedade se não tratada tende a piorar e agravar-se ainda mais. Por tanto, essa pesquisa trouxe uma breve explicação de como o coronavírus afetou diretamente a educação e as mazelas trazidas por essa lacuna deixada pela COVID-19 no contexto escolar.

## REFERÊNCIAS

BORGES, C.M.F. **O professor da educação básica e seus saberes profissionais**. Araraquara: JM, 2004.

BRANDÃO, Marcus Lira, Graeff, Frederico Guilherme. **Neurobiologia das Doenças Mentais**. 3º Edição. São Paulo: Lemos Editorial, 1996.

CERTO, A.L. Bervian. **A metodologia científica**. São Paulo, SP: Prentice Hall, 2002.

DENZIN, N.K; Lincoln, I. **O planejamento da pesquisa qualitativa: teorias e abordagens**. Porto Alegre: Artmed, 2006.

MARCONI, Marina de Andrade; Lakatos, Eva Maria. **Metodologia do trabalho científico**. São Paulo: Editora Atlas, 1992. 4º ed. p 43 e 44.

MORIN. Edgar. **É hora de mudarmos de via: as lições do coronavírus**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2020.



PETRAGLIA, I.C. **Edgar Morin**: A educação e a complexidade do ser e do saber. 6.ed. Petrópolis: Vozes, 1995.

SANCHES, Laura. Ansiedade: Viver no Futuro. Zen Energ.P 52-55, jan.2010. Disponível em <<http://www.espaco-vida.com/ZEN 012 ansiedade.pdf>. Acesso em 16 jun. 2022.

SÃO, Y.; DU, X. Cuidados de saúde mental para estudantes chineses internacionais afetadas pelo surto **COVID-19**.**The Lancet Psychiatry**. Disponível em:<[https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(20\)30089-4/fulltext#articleInformation](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(20)30089-4/fulltext#articleInformation)>. Acesso em 17 jun. 2022.

UNESCO. **Resumo do Relatório de Monitoramento Global da Educação 2020**: inclusão e educação para todos. Paris: Unesco, 2020.