

# **Orientações sobre cuidado, saúde mental e atenção psicossocial frente ao retorno às atividades regulares no âmbito do Instituto Federal Fluminense**

Emanuela Nunes Sodre; Gisele Aparecida de Moraes; Marcelo Cardoso da Silva; Marcelo Ferreira Quirino; Maria Carolina Gomes Barbalho; Natália Molina Romano; Rhena Schuler da Silva Zacarias Paes; Viviane Oliveira Lopes de Souza<sup>1</sup>.

## **Apresentação**

A crise causada pela pandemia da Covid-19 trouxe uma nova realidade para o mundo, impactando nossas vidas em vários aspectos. A partir do momento em que a doença passou a ser considerada uma pandemia, nos vimos diante de novos desafios que vão desde os cuidados com a saúde física à promoção da saúde mental, em meio às incertezas que passam a emergir diante dessa situação de vulnerabilidade.

A necessidade de isolamento social, a mudança brusca na rotina, o rápido avanço da doença pelo mundo, o medo da contaminação e a preocupação com questões financeiras tendem a gerar sentimentos como tristeza, angústia e ansiedade. Tais sentimentos são comuns numa conjuntura como essa, entretanto, explorar os aspectos da subjetividade e da saúde mental que passam a estar em xeque desde o início da pandemia é fundamental para apontarmos para medidas de proteção e de promoção da saúde neste contexto singular.

O isolamento social, considerado pelos especialistas em saúde como uma das principais medidas para evitar a propagação do vírus, inevitavelmente culminou no fechamento das escolas, o que, no contexto do Instituto Federal Fluminense aconteceu a partir do dia 16 de março. Com isso, de forma repentina, fomos arrastados a essa nova realidade, diante de uma crise sem precedentes, sem referências que apontassem um caminho a seguir e nem tempo de preparação para enfrentar os desafios que viriam.

Toda essa situação nos coloca num clima de apreensão e expectativa acerca dos desdobramentos da crise, e de quando a vida “voltará à normalidade”. De uma hora para outra, a maior parte dos profissionais passou a precisar se organizar para atender às demandas de trabalho remoto; uma parte menor, que ainda realiza atividades presenciais, precisou se adaptar às exigências de prevenção e proteção – todos lidam com a pandemia, enquanto se

---

<sup>1</sup> As informações sobre os autores encontram-se no final do documento.

adaptam à nova rotina da vida cotidiana, do trabalho às novas tarefas e modos de fazer que assumem. Os alunos, por sua vez, dispendo dos recursos aos quais têm acesso, acompanham o desenrolar dos fatos em buscas de respostas sobre “como ficará o ano letivo”, “se haverá aula EAD” e “se existe uma previsão para o retorno das aulas”. Em certa medida, muitos passam a ter que lidar com a frustração pelos planos que precisaram ser interrompidos, adiados ou reformulados.

Após transcorridos vários meses de suspensão das aulas, temos visto o rápido avanço dos casos de contaminação e de mortes pelo país. Nesse contexto, além de todo processo de adaptação ao qual já estamos sujeitos, pesa sabermos que não há mais espaço e oportunidade para vivenciar os rituais de luto e despedida que são parte de nossa cultura, tão necessários na elaboração das perdas.

Assim, esse texto tem por objetivo provocar reflexões sobre os impactos da pandemia e apresentar alguns parâmetros capazes de nortear a construção do nosso porvir no Instituto Federal Fluminense que atentem à promoção da saúde em seus aspectos psicossociais. Esses parâmetros estão direcionados à promoção da saúde mental e orientados à produção da segurança também na ordem subjetiva. Afirma-se que os processos educativos e de trabalho construídos a partir de bons condicionantes e centrados nos sujeitos (i.e. em seus projetos singulares de vida) são excelentes promotores de saúde.

O presente documento foi produzido pelos oito psicólogos do Instituto Federal Fluminense durante o período de trabalho remoto com objetivo de formalizar as contribuições da psicologia. Muitos dos aspectos ligados ao impacto inicial da pandemia já tivemos a oportunidade de explorar em documento, através da **Nota de posicionamento dos psicólogos do Instituto Federal Fluminense**, entregue à Reitoria em 04 de abril deste ano. De agora em diante, iremos nos dedicar a explicitar outros aspectos que ou não estavam claros no momento, não faziam parte da nossa realidade ou não eram motivo de especulação, visto que, à época, o calendário acabava de ser suspenso e, portanto, não se tratava de momento para lançarmos ponderações sobre uma retomada de atividades.

A pandemia da Covid-19 tem na abrangência seu fator de maior complexidade, se constituindo em uma tragédia que se desdobra em incertezas, as quais escancaram e intensificam os problemas já existentes previamente, por isso esse material não se inicia, nem se encerra com a pandemia. Nesse sentido, embasa as ações da psicologia do Instituto na busca por uma educação **emancipatória, inclusiva, equitativa e de qualidade** para todos e

todas, compromissada com o desenvolvimento integral dos sujeitos, com a promoção de saúde e de cidadania e a valorização de toda a comunidade escolar.

Para melhor compreender o contexto psicossocial em que estamos inseridos, é fundamental nos remetermos à construção do país nos séculos XVIII e XIX, a qual foi feita a partir de ideias coloniais: elitistas/aristocráticas, racistas/eugenistas, misóginas, capacitistas e amplamente discriminatórias com intencionalidade de ter senão uma população de brancos-padrão, uma sociedade para brancos-padrão. Dessa forma, as políticas públicas, de maneira geral, e as educacionais, em específico, construíram-se a partir dessas intensas desigualdades estruturais e estruturantes.

A partir da Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB), de 1996, inicia-se um processo de universalização da Educação Básica, que, no século XXI, consolida a ampliação do atendimento obrigatório, com quase 100% de crianças e jovens matriculados nas instituições de ensino (Anuário Brasileiro da Educação Básica - 2020). Porém, a escola hoje ainda tem resquícios da sociedade escravocrata, com desígnios e parâmetros de ensinagem incompatíveis com a população atendida. Mantém-se ainda como um regime perverso, para o qual o acesso foi universalizado, porém a permanência de muitos ainda não foi alcançada (reflexo, em boa medida, das condições precárias das escolas e da baixa diversidade do que é ensinado), subjazendo-se como uma ferramenta de exclusão. Como exemplo, em 2019 apenas 65% dos jovens matriculados no ensino médio concluíram o curso (Anuário Brasileiro da Educação Básica - 2020). Pensando que 84% dos professores que responderam ao questionário da Prova Brasil de 2019 acreditam que o problema da aprendizagem dos alunos provém do contexto social, muito ainda precisa ser discutido sobre os processos e possibilidades do ensino e da aprendizagem para chegarmos a estratégias efetivas de mudança deste quadro.

No que tange o ensino superior, sabemos que passamos por um período recente de produção de algumas políticas afirmativas para as classes que outrora não acessavam os bancos universitários, mas é necessário chamar atenção para o fato de que um maior acesso não garante a permanência desses estudantes, o que exige políticas e ações que deem conta da complexidade das necessidades desses alunos.

Desse modo, é fundamental refletirmos sobre como construir nossas estratégias de permanência, considerando as vulnerabilidades de boa parte de nossos estudantes, para que nossos movimentos sejam os mais cautelosos possíveis e de modo a usar esse momento como

uma oportunidade de colocarmos em pauta questões que exigem respostas desde antes da pandemia. Nesse sentido, é imprescindível que possamos fazer um exercício de construção coletiva para dar conta do que nos convoca a pensar os atravessamentos neoliberais no Instituto e que nos instigue a refletir sobre quais são nossos objetivos na formação e nos saberes produzidos. Estaríamos produzindo processos de formação dos nossos alunos para mão de obra do mercado, sem problematizar o desemprego, a destruição ambiental, questões éticas, questões da vida em comum, entre tantas outras urgentes no nosso tempo? É imperioso que juntos pensemos qual é nosso papel e quais são nossos rumos e projetos para a sociedade. Com a pandemia, a discussão sobre o acesso à educação (de qualidade) é retomada, agora com riscos de ser reduzida ao debate sobre o acesso remoto, perdendo de vista que a exclusão digital é uma característica de exclusão da população mais vulnerável socialmente e não sua origem.

Nesse sentido, a constituição e capilarização da Rede Federal de Educação, Ciência e Tecnologia é uma verdadeira vitória na luta pela democratização da educação e da sociedade brasileira.

“(E)sse novo desenho constituído traz como principal função a intervenção na realidade, na perspectiva de um país soberano e inclusivo, tendo como núcleo para irradiação das ações o desenvolvimento local e regional. O papel que está previsto para os Institutos Federais é o de garantir a perenidade das ações que visem a incorporar, antes de tudo, setores sociais que historicamente foram alijados dos processos de desenvolvimento e modernização do Brasil, o que legitima e justifica a importância de sua natureza pública e afirma uma educação profissional e tecnológica como instrumento realmente vigoroso na construção e resgate da cidadania e da transformação social”. (Pacheco, E, 2010, pág. 07)

Luta esta que diariamente é renovada nos chãos dos institutos por todos esses que o compõem e que defendem seus princípios, ainda, e sobretudo, porque discutem suas práticas. São estes princípios que são norteadores e que nos situam estrategicamente no caminho que precisamos buscar e os quais não podemos perder de vista.

Na atual crise, precisamos verdadeiramente nos compromissar com os princípios e valores da educação, expressos sumariamente na Lei de criação dos Institutos Federais e nas competências básicas da Base Nacional Comum Curricular (BNCC):

- Valorizar e utilizar os conhecimentos historicamente construídos sobre o mundo físico, social e cultural para entender e explicar a realidade (fatos, informações, fenômenos e processos linguísticos, culturais, sociais, econômicos, científicos, tecnológicos e naturais), colaborando para a construção de uma sociedade solidária.
- Exercitar a curiosidade intelectual e recorrer à abordagem própria das ciências, incluindo a investigação, a reflexão, a análise crítica, a imaginação e a

criatividade, para investigar causas, elaborar e testar hipóteses, formular e resolver problemas e inventar soluções com base nos conhecimentos das diferentes áreas.

- Desenvolver o senso estético para reconhecer, valorizar e fruir as diversas manifestações artísticas e culturais, das locais às mundiais, e também para participar de práticas diversificadas da produção artístico-cultural.
- Utilizar conhecimentos das linguagens verbal (oral e escrita) e/ ou verbo-visual (como Libras), corporal, multimodal, artística, matemática, científica, tecnológica e digital para expressar-se e partilhar informações, experiências, ideias e sentimentos em diferentes contextos e, com eles, produzir sentidos que levem ao entendimento mútuo.
- Utilizar tecnologias digitais de comunicação e informação de forma crítica, significativa, reflexiva e ética nas diversas práticas do cotidiano (incluindo as escolares) ao se comunicar, acessar e disseminar informações, produzir conhecimentos e resolver problemas.
- Valorizar a diversidade de saberes e vivências culturais e apropriar-se de conhecimentos e experiências que lhe possibilitem entender as relações próprias do mundo do trabalho e fazer escolhas alinhadas ao seu projeto de vida pessoal, profissional e social, com liberdade, autonomia, consciência crítica e responsabilidade.
- Argumentar com base em fatos, dados e informações confiáveis, para formular, negociar e defender ideias, pontos de vista e decisões comuns que respeitem e promovam os direitos humanos e a consciência socioambiental em âmbito local, regional e global, com posicionamento ético em relação ao cuidado de si mesmo, dos outros e do planeta.
- Conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional, reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas e com a pressão do grupo.
- Exercitar a empatia, o diálogo, a resolução de conflitos e a cooperação, fazendo-se respeitar e promovendo o respeito ao outro, com acolhimento e valorização da diversidade de indivíduos e de grupos sociais, seus saberes, identidades, culturas e potencialidades, sem preconceitos de origem, etnia, gênero, orientação sexual, idade, habilidade/necessidade, convicção religiosa ou de qualquer outra natureza, reconhecendo-se como parte de uma coletividade com a qual deve se comprometer.
- Agir pessoal e coletivamente com autonomia, responsabilidade, flexibilidade, resiliência e determinação, tomando decisões, com base nos conhecimentos construídos na escola, segundo princípios éticos democráticos, inclusivos, sustentáveis e solidários.

Apesar de no momento não ser possível estabelecer uma previsão de retorno das atividades escolares presenciais, é preciso concentrar esforços em analisar conjunta e solidariamente os desafios impostos a nós, comunidade escolar, a fim de vislumbrar possibilidades e impossibilidades nos caminhos que temos a trilhar. Diante de tudo que será analisado aqui, entendemos que não é possível simplesmente estabelecer um novo calendário e retomar de onde paramos. Estamos diante de uma situação totalmente atípica, que tem impacto direto na vida de todos os envolvidos, e o faz sob diversos aspectos.

Nas discussões, tomadas de decisão e planejamentos que se seguirão, os aspectos psicossociais (subjetivos e coletivos) merecem uma atenção especial, tendo em vista os impactos que a pandemia da Covid-19 podem causar à saúde mental. Esse tema tem sido

motivo de investigação pela comunidade científica e diversos especialistas alertam para os cuidados que devemos ter durante o período (Fiocruz, 2020).

Quando são pensados preparativos frente a uma epidemia/pandemia, é habitual considerar aspectos relativos à biossegurança, às respostas da saúde diretamente afetadas pela doença e em relação ao impacto e ao ônus econômico. Falta, no entanto, levar em conta na programação, os aspectos psicológicos e sociais.

Considerando os aspectos multidimensionais da saúde, entendemos que as estratégias de cuidado em saúde mental devem ser pensadas, pactuadas e promovidas coletivamente por todos os atores envolvidos na comunidade escolar, tendo por base a realidade de cada *campus*.

As informações contidas nesse documento têm como base as orientações da Organização Mundial de Saúde e da Organização Pan-americana de Saúde, a Política Nacional de Promoção de Saúde, os documentos da Fundação Oswaldo Cruz sobre a atenção psicossocial em momento de pandemia e documentos do Conselho Federal de Psicologia, sendo também livremente inspirado na Política Nacional de Humanização do Ministério da Saúde. Iremos dividi-lo em partes que buscarão explorar nossa Instituição a partir das suas relações com alunos e trabalhadores e seus impactos na saúde mental de ambos os grupos. Abordaremos os seguintes pontos:

1. Afinal, o que é saúde mental e por que pensá-la da perspectiva institucional
  - 1.1. Do sofrimento psíquico à promoção de saúde mental;
  - 1.2. Breve análise do serviço de acolhimento psicológico durante a Covid-19.
2. Impactos da pandemia na saúde mental dos sujeitos.
  - 2.1. Nossa relação coletiva com a ameaça e com a perda na Covid-19: a vivência coletiva da catástrofe sanitária;
  - 2.2. Contágio, adoecimento e luto;
  - 2.3. Negacionismo, *fakenews* e as crises de confiança institucional;
  - 2.4. Nossa relação com as respostas possíveis focadas na biossegurança.
3. O trabalho em educação durante a pandemia: O Ensino Remoto, o regime de urgência e a precarização da saúde.
  - 3.1. As experiências impositivas de ensino remoto: esgotamento, violências e ineficácia;

- 3.2. A negação do desastre, o regime de excepcionalidade e a homogeneização da oferta: normalização da exclusão, fragilização de direitos e continuidade em detrimento da conexão com a vida.
4. A realidade do IFF a partir dos sujeitos.
  - 4.1. Questões psicossociais no IFF pré-pandemia;
    - 4.1.1. A escola promotora de saúde de estudantes e de trabalhadores;
    - 4.1.2. A escola alienada e alienante que coloca em risco a saúde mental de estudantes e trabalhadores.
  - 4.2. O IFF no contexto da pandemia.
    - 4.2.1. A realidade dos sujeitos trabalhadores: trabalho presencial e trabalho remoto;
    - 4.2.2. A realidade dos sujeitos estudantes.
5. Educação, ciência e tecnologia em domicílio via ambiente virtual ou outras tecnologias num contexto de pandemia: aspectos da educação iffiana e da aprendizagem neste novo contexto.
  - 5.1. A exclusão digital para além do acesso à tecnologia;
  - 5.2. Alunos-trabalhadores e a iminente exclusão educacional;
  - 5.3. Pessoas com deficiência e as tecnologias assistivas;
  - 5.4. Ambiente virtual e aprendizagem;
  - 5.5. A diversidade das ofertas educacionais como tecnologias sociais;
  - 5.6. Saúde e segurança na era digital.
6. A crise e seus aprendizados.
7. Questões norteadoras da proposição dos parâmetros: do enfrentamento aos riscos à produção de melhores possibilidades de vida.
8. Parâmetros de segurança socioemocional e de promoção da saúde mental relacionados à gestão da crise Covid-19 no âmbito das atividades do Instituto Federal Fluminense.

## **1. Afinal, o que é saúde mental e por que pensá-la da perspectiva institucional?**

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde como um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doenças ou enfermidades. A saúde mental está englobada nesse conceito e é, na verdade, sua marca, mas não há somente uma definição oficial para o conceito de saúde mental. Como subsidiária do conceito ampliado de saúde, a saúde mental também: (a) define-se como um processo e não um estado, sendo dinâmica; (b) depende de aspectos coletivos (ambientais, históricos, culturais e sociais); (c) é sempre vivida e regida pelos sujeitos em suas singularidades. Nesse sentido, o termo saúde mental está relacionado à forma como uma pessoa afirma sua vida, dispondo de recursos para agir sobre às exigências, desafios e mudanças da vida, bem como ao modo como harmoniza suas ideias, emoções e ações. Se estes recursos internos e externos para a criação e o enfrentamento da vida em sua dinâmica não estão plenamente disponíveis, vive-se sob formas precárias – que podem configurar-se como adoecimento.

A partir da definição de saúde como bio-psico-social (integral), experimentada e inventada por sujeitos e condicionada por aspectos coletivos, devemos pensar as ações de promoção de saúde de uma maneira institucional. Assim, a saúde precisa ser vista de forma a contemplar nossos processos coletivos, com foco nos determinantes/condicionantes para a melhoria da qualidade de vida, em trabalho interdisciplinar e intersetorial. Tendo, ainda, como foco os processos de gestão, já que os sujeitos são sempre ativos e protagonistas da sua saúde (ou seja, co-gestores), sendo a autonomia e a participação social fundamentais para efetivação dos processos coletivos como promotores de saúde.

A Carta de Ottawa (Canadá, 1986) define os campos de ação da promoção da saúde. São eles:

- elaboração e implementação de políticas públicas saudáveis;
- criação de ambientes (físico e psicossociais) favoráveis à saúde;
- participação comunitária;
- desenvolvimento de habilidades pessoais;
- reorientação dos serviços de saúde.

Uma instituição comprometida com a promoção da saúde compõe-se, assim, como um espaço nutritivo para os sujeitos, pois dirime desigualdades e se faz aberto à co-construção, colocando-se à serviço da ampliação dos recursos e da autonomia de sua comunidade, assim como capacitando-a e lhe dando instrumentos para que a própria atue na melhoria da sua



qualidade de vida e saúde, incluindo, ainda, maior participação e controle social nesse processo. Pensando na nossa instituição escolar, a promoção de saúde deve ser efetivada por todos aqueles que participam dessa Instituição diretamente: estudantes, servidores efetivos, servidores terceirizados e gestores; ainda, como em qualquer política, em ampla articulação com outros órgãos, serviços e agentes do estado no território (territorialidade e intersetorialidade) e da sociedade civil organizada.

### 1.1. Do sofrimento psíquico à promoção de saúde mental

Muitas vezes somos levados a crer que promover saúde é curar ou prevenir doenças, contudo, como já dissemos aqui, isso não é verdade. Não é a ausência de doença que define a saúde, tendo em vista que o adoecimento se constitui como processo inerente à vida. O adoecer é um processo defensivo, sendo o estreitamento dos recursos de vida de um sujeito, mas sempre é uma afirmação da continuidade de sua luta pela vida. Por outro lado, é bem verdade que vivemos em um mundo onde as doenças têm ganhado um grande espaço nas nossas vidas e os transtornos psíquicos têm se destacado cada vez mais como uma parte importante deste cenário; a cada ano e em uma escala global assistimos ao aumento das patologias mentais que têm, em geral, estreita relação com a intensidade do sofrimento humano e com a maneira hegemônica pela qual temos escolhido lidar com ele.

Em relação ao sofrimento humano (que, em si, faz parte da vida) e sua relação com as doenças, vale destacar que grande parte dos adoecimentos psíquicos é produzida pela precarização das condições de vida, pelas violências individuais ou coletivas, pontuais ou estruturais, materiais ou simbólicas, isto é, pelas opressões, de maneira geral, que sobrecarregam/inabilitam o sujeito para lidar com o cotidiano da vida.

Se o adoecer tem ampla relação com os modos de vida que construímos coletivamente na perspectiva de que estes têm servido à intensificação do sofrimento humano, também o é verdade na perspectiva em que a epidemia das patologias psíquicas tem a ver com a relação intolerante, pobre e elitista que construímos para lidar com o próprio sofrimento humano que, como já dissemos, é da vida e/ou produz-se nas e pelas desigualdades. A esse processo damos o nome de patologização do sofrimento, o qual é muito perigoso, uma vez que esconde a lógica coletiva e política da produção de saúde/doença, ao mesmo tempo que retira a autonomia dos sujeitos frente a seus processos de vida, colocando-os como objetos passivos às determinações da lógica biomédica. Iatrogenia é a denominação para as intervenções

clínicas que produzem mais mal do que o mal que julgam combater, técnicas eticamente condenáveis.

Por fim, quando trabalhamos com a perspectiva da promoção da saúde integral, da promoção de cidadania, da garantia de direitos e da aposta na transformação da realidade a partir do protagonismo dos sujeitos individuais e coletivos, estamos promovendo institucionalmente bem-estar psicossocial.

## 1.2. Breve análise do serviço de acolhimento psicológico durante a Covid-19

Assim que o houve a designação de pandemia e a obrigatoriedade do trabalho remoto, nós, psicólogos do IFF, começamos a nos reunir, virtualmente, buscando um alinhamento no entendimento técnico do momento, das diretrizes e orientações de como trabalhar nesse período. Logo nas primeiras semanas de trabalho, recebemos uma solicitação da Reitoria para organizarmos um serviço de apoio emocional à comunidade escolar neste momento. A partir das referências e notas técnicas do Conselho Federal de Psicologia e outras leituras, configuramos esta possibilidade de trabalho e a apresentamos em nossa já mencionada **Nota**. Estabelecemos ali o compromisso com a oferta de apoio psicológico estendido a alunos e servidores, mas demarcamos, contudo, a limitação de entender-se o atendimento psicossocial preventivo como o único recurso institucional de promoção da saúde mental dos sujeitos.

Construímos documentos, nos capacitamos e abrimos um canal institucional de atendimento aos servidores e estudantes, entendendo a possibilidade de aumento das dificuldades emocionais no âmbito da pandemia. O canal criado foi um e-mail institucional de acolhimento ([acolhimentopsi@iff.edu.br](mailto:acolhimentopsi@iff.edu.br)) que até hoje serve como contato para alunos e servidores. A partir do e-mail enviado, há um acolhimento inicial em que se faz um convite para roda de conversa, a qual tem como objetivos:

- Oferecer informações sobre saúde mental em situações de crise (pandemia Covid-19, isolamento social);
- Oferecer suporte emocional, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias para lidar com o isolamento, adaptação às mudanças e com situações de crise e vulnerabilidades (perturbação psicológica, situações de negligência, abuso, violência, consumos de substâncias tóxicas, etc);
- Contribuir na diminuição da percepção de isolamento, promovendo a tomada de consciência de que a pessoa não está sozinha;

- Contribuir para a promoção de comportamentos proativos, para que a pessoa se mostre próxima e socialmente conectável, e mantenha contatos com a família e amigos, através de meios de comunicação à distância;
- Promover estratégias psicoeducativas, de incentivo à realização de atividades integradas em rotinas e hábitos de vida saudáveis;
- Promover uma percepção positiva, e de sentimentos de auto-eficácia e de competência pessoal na capacidade da pessoa para lidar com a situação;
- Promover estratégias de *coping* para favorecer uma regulação emocional ajustada, aumentando a percepção de autocontrole;
- Orientar o desenvolvimento de estratégias alternativas e de formas adaptativas para lidar com os efeitos do estresse e da ansiedade decorrentes da situação pandêmica e das suas consequências ao nível do bem-estar;

Até o presente momento, realizamos trinta e quatro encontros (aproximadamente dois por semana) e tivemos contato com setenta e sete alunos e sete servidores, sendo que só vinte e sete destes participaram das rodas de conversa. Do número acima, seis são servidores que logo solicitaram constituir-se como um grupo regular de encontros mediados. Foi feito contato individual com nove alunos, sendo dois encaminhados para psicoterapia. Apesar da pouca participação da comunidade em geral, pensando a partir do quantitativo de servidores e alunos da Instituição, as rodas de conversa têm sido potencializadoras de vida, com participação frequente e ativa, conseguindo alcançar seus objetivos.

Além das rodas de conversa, temos feito acolhimentos individuais pontuais, com esclarecimento dos sentimentos vividos durante o isolamento, encaminhamentos para psicoterapia e contato com coordenações de cursos.

Como poucas pessoas recorreram a este acolhimento, fizemos uma avaliação da proposta e percebemos algumas dificuldades que vamos explicitar adiante, a fim de ajudar a justificar a proposta que se segue. No período que se passou pudemos observar o seguinte:

- A dificuldade em obter informação sobre o serviço. A maior parte daqueles que chegaram até nós nas semanas subsequentes à primeira semana da divulgação no Portal, foi através da mediação por amigos ou conhecidos.
- A dificuldade em assimilar propostas coletivas de atendimento a questões psíquicas. Infelizmente, as dificuldades emocionais ainda são vistas, de modo geral, como falhas ou fracassos individuais dos sujeitos, mesmo quando derivam de uma vivência tão escancaradamente comum como a pandemia.

- A dificuldade de construção de novos vínculos sob a mediação pelo ambiente virtual. Percebemos que muitos daqueles que supostamente precisavam de um acolhimento não estavam dispostos a buscar ajuda de uma pessoa desconhecida através do atendimento remoto, ainda que esta pessoa estivesse referendada pela Instituição. De modo que, para sua efetividade, precisaríamos contar com outros servidores que pudessem ser mediadores deste cuidado.

Essa avaliação, nos aspectos mencionados, aponta limitantes de uma proposta de atenção psicossocial necessária, porém estigmatizada e setorializada. Acreditamos que promover saúde mental se atrela intimamente ao trabalho da psicologia nesta Instituição, mas não se esgota nele. Por outro lado, o trabalho da equipe de psicologia pode ser amplo, sendo o acolhimento apenas uma das nossas atuações. Nosso trabalho deve estar a serviço não só de estruturar serviços, mas de orientar nossas políticas institucionais pelo sentido da promoção de saúde em seus aspectos subjetivos e coletivos.

No âmbito do enfrentamento à pandemia e seus agravos, podemos consolidar esse pensamento pelas Diretrizes do Comitê Permanente Interagências (IASC, na sigla em inglês) sobre Saúde Mental e Apoio Psicossocial em Emergências Humanitárias. Nelas, a composição do termo Saúde Mental e Apoio Psicossocial (SMAPS) é utilizada para descrever “todo tipo de apoio local ou externo cujo objetivo seja proteger ou promover o bem-estar psicossocial e/ou prevenir ou tratar condições de saúde mental” (IASC, 2020).

A pirâmide de intervenções (ver Figura 1) representa níveis de apoios complementares integrados às atividades de respostas ao surto, presentes nas diretrizes do IASC sobre SMAPS em Emergências Humanitárias. Estes níveis contêm um espectro de saúde mental e necessidades psicossociais e variam desde incorporação de considerações sociais e culturais em serviços básicos, a fornecimento especializado para indivíduos em severas condições.



Definida a necessidade de entendermos a promoção de saúde mental como um processo dinâmico, complexo e ligado a vivências coletivas, seguimos para a exposição do que entendemos serem os impactos da pandemia e seus agravos na saúde mental dos sujeitos.

## 2. Os impactos da pandemia na saúde mental dos sujeitos

De antemão, o grande contingente de adoecidos e de mortes, bem como o grande impacto econômico que advém de uma catástrofe sanitária como esta gera um alto risco psicossocial. A Organização Pan-americana da Saúde no guia Proteção da Saúde Mental em Situações de Epidemias define vulnerabilidade como “a condição interna de um indivíduo ou grupo, inerente e/ou adquirida, que diante de uma ameaça/evento traumático, gera um dano.” Esse dano resulta de um processo dinâmico de interação de diversos fatores (OPAS, 2006).

Os mais vulneráveis, como já apontamos, são geralmente os grupos populacionais com alguma desvantagem social. Aspectos ligados à idade, à raça, ao gênero e às condições socioeconômicas tendem a ser os preponderantes, mas podemos acrescentar a este grupo de condicionantes também aspectos ocupacionais, antecedência de doenças físicas e psíquicas e antecedência de eventos traumáticos prévios. Esses são fatores que, constantemente, se inter-relacionam, aumentando o grau de vulnerabilização dos sujeitos. Assim, destacam-se os seguintes grupos:

- Crianças e adolescentes, independente do gênero, idosos e mulheres;
- Populações indígenas e grupos minoritários;
- Pessoas com deficiência, pessoas com doenças psiquiátricas de longa evolução e com história de transtornos psiquiátricos, pessoas com doenças crônicas;
- Grupos que vivem na pobreza e na miséria, marginalidade em grandes cidades, migrantes do campo para a cidade e residentes ilegais;
- Grupos populacionais que foram vítimas da violência em suas diferentes formas, comunidades que são afetadas frequentemente por desastres naturais;
- Membros de equipes institucionais e comunitárias de resposta.

Cabe destacar que “os grupos mais vulneráveis são os que têm maiores dificuldades para reconstruir seus meios de subsistência e apoio social durante e depois da catástrofe”, pois possuem recursos escassos e acesso limitado aos serviços sociais e de saúde (*ibid*).

Em tempos de vulnerabilidade ampla, conflitos tendem a emergir (sejam os familiares suscitados pelo confinamento, sejam as violências de ordem social), de modo que os recursos para enfrentar a crise são distribuídos de acordo com a desigualdade estrutural do nosso sistema. Os mais vulneráveis estarão ainda mais vulneráveis. Há, naturalmente, muita comoção, já que as pessoas estão o tempo inteiro sendo mobilizadas. Felizmente, atos e redes de solidariedade também têm emergido desta mobilização e têm sido fundamentais para o enfrentamento deste momento.

A atenção à saúde mental para se tornar adequada implica em reconhecer as diferenças entre os grupos populacionais e suas necessidades. No caso da nossa Instituição, é necessário não só reconhecer esse contexto, como também reconhecer o impacto psicossocial do Instituto Federal Fluminense na vida de sua comunidade que se organiza a partir de dois vínculos estruturantes: estudantes e trabalhadores.

Concluindo, a experiência adquirida demonstra que os planos de saúde mental não podem se limitar a ampliar e melhorar os serviços especializados oferecidos diretamente aos afetados, mas é necessário estender a visão para um campo de competência muito mais amplo. Por exemplo, destaca-se a relação dos serviços de saúde mental com uma ampla classe de atividades, tais como ajuda humanitária e social; apoio psicológico à população e grupos de risco e comunicação social.

## 2.1. Nossa relação coletiva com a ameaça e com a perda na Covid-19: a vivência coletiva da catástrofe sanitária

Podemos afirmar com segurança que o impacto mais amplamente difundido da vivência de uma pandemia é psicossocial, já que muitos dos problemas que afligem as pessoas, como um todo, se originam do medo nas suas diversas expressões. A Organização Mundial de Saúde (OMS) fez um alerta sobre o aumento dos níveis de estresse em todo o lugar. Tal como a OMS, muitos outros órgãos passam a fazer recomendações sobre a proteção à saúde mental. Segundo orientações gerais realizadas pela Fiocruz sobre os cuidados relacionados à saúde mental, estima-se que entre um terço e metade da população exposta a uma epidemia ou pandemia pode vir a sofrer alguma manifestação psicopatológica, caso não seja feita nenhuma intervenção de cuidado específico para as reações e sintomas manifestados.

É importante destacar que nem todos os problemas psicológicos e sociais apresentados durante o confinamento e no retorno às atividades poderão ser qualificados como doenças. A maior parte deles se tratarão de reações normais diante de uma situação anormal. Precisamos entender e acolher os sentimentos gerados pelo isolamento e pela pandemia e transformá-los em enfrentamento, não adoecimento.

Com o crescente aumento dos casos e das mortes por Covid-19 em nosso país, temos, por outro lado, um contingente populacional importante tendo que lidar com as dificuldades relacionadas ao cuidado em saúde, frente a uma doença letal e altamente contagiosa, e a um sistema de saúde sobrecarregado. Esses pontos são de importante destaque, pois impactam, definitivamente, no sentido de gestão das singularidades dos sujeitos ante à crise, já que a saúde mental é determinada não só pelo adoecer em si, mas pelas condições de cuidado que estão disponíveis e pelo modo como são percebidas. Além do adoecer em si, a necessidade de isolamento dos doentes provoca um deslocamento na lógica do cuidado “padrão” que é vivida como contraditória e, portanto, como sofrimento, tanto para as pessoas sob cuidados como para os cuidadores. No âmbito da relação cuidadores-cuidados, menciona-se também a sobrecarga de tarefas ligadas à evitação do contágio e a possibilidade de vários doentes em um mesmo núcleo familiar.

Outra menção sumamente importante é como as pessoas têm efetivas possibilidades de acessar os serviços de saúde e como percebem esse acesso. A precariedade de uma rede de saúde impacta subjetivamente até os que não estão doentes. Nesse sentido, fatores

macropolíticos de gestão da pandemia têm sido preponderantes, não só porque não têm conduzido a uma gestão eficiente da crise no que diz respeito às políticas de prevenção, proteção e de assistência em saúde, mas porque a postura negacionista, a comunicação controvertida e diversionista e a politização da pandemia têm ampliado o nível de insegurança geral, aumentando o esforço subjetivo para compreender e reagir adequadamente à situação.

## 2.2. Contágio, adoecimento e luto

Especialmente vulneráveis aos problemas de saúde mental são aqueles que foram/estão sendo afetados diretamente pela doença (ibid). São eles:

- Os doentes;
- Os que sofreram da doença e sobreviveram;
- Os que não estão doentes, mas podem potencialmente adoecer; e podem ter sofrido perdas importantes (mortes ou doentes entre seus familiares, amigos ou vizinhos);
- Os membros das equipes de resposta que trabalham na emergência.

A vivência dos lutos têm sido especialmente difícil durante esta pandemia. Vivemos privativamente o luto coletivo imposto pela ameaça da Covid-19 e por tantas perdas que nos foram impostas. Vivemos dolorosamente os lutos reais, desprovidos dos recursos culturalmente constituídos para esse fim, sem ritos e, sobretudo, sem encontros que facilitem esta elaboração.

## 2.3. Negacionismo, *fakenews* e as crises de confiança institucional

Como já salientamos, as estratégias de comunicação social são cruciais para a prevenção e para promoção de saúde, especialmente em um contexto de pandemia. O controle emocional dos familiares e da população depende, em boa medida, de informações fidedignas, transparentes, adequadas e oportunas. Para o OPAS (ibid),

“As autoridades e líderes comunitários devem estar preparados para oferecer informação direta (...), bem como para responder perguntas e se dispor a buscar soluções. (...) Uma população bem informada pode atuar de modo adequado, proteger-se melhor e ser menos vulnerável do ponto de vista psicossocial.”

Infelizmente, vivenciamos outra realidade em nosso país onde a pandemia tem servido a uma disputa política sem precedentes e que tem produzido narrativas que colocam em xeque as verdadeiras bases oficiais de conhecimento que possibilitariam uma resposta efetiva ao risco. É assim que mais um agravo se instaura em decorrência da gestão da crise - a crise



de confiança institucional - que impacta diretamente na insegurança ampliada e no clima de incoesão social, e ainda na resistência à adoção das medidas de proteção e na alta reatividade de alguns segmentos da população.

#### 2.4. Nossa relação com as respostas possíveis focadas na biossegurança

Sabemos que momentos de crise são momentos de precarização da vida. No cenário imposto pela Covid-19, rotinas foram colapsadas a partir da implementação das medidas de distanciamento social, um sentido de urgência e de medo foi imposto pela ameaça do contágio e o medo da morte. Na apresentação dos aspectos psicológicos e sociais que se relacionam à crise, devemos destacar os que estão sob impacto indireto através das medidas de proteção e prevenção. Pelas próprias características da Covid-19 - alto e rápido poder de contágio e o definitivo ineditismo desta manifestação nestas proporções - faz com boa parte da estratégia de gerenciamento da pandemia dependa do engajamento das pessoas. As principais medidas de proteção acabam sendo as de prevenção - distanciamento social, higienização das mãos e objetos e uso de máscaras de proteção - que precisam ser difundidas, monitoradas e levadas a cabo por sujeitos minimamente engajados. Neste sentido, destacamos que a preocupação com as medidas de prevenção, o investimento em aprender novos hábitos, a introdução destas novas atividades em uma rotina prévia e o gerenciamento do amplo fluxo informativo que visa produzir o compromisso das pessoas com o enfrentamento à pandemia podem resultar na ampliação da ansiedade, à sobrecarga (principalmente relacionada à sobreposição desta nova rotina à rotina dos trabalhos invisíveis ligados ao cuidado) e ao estresse. Por outro lado, uma ampla parcela da população sofre alijada de todo processo e, portanto, sujeita ao contágio e à morte. Ou ainda sofre incluída nesta estratégia comunicacional, mas excluída pela falta de recursos para a prevenção; esta iniquidade gera sentimentos de impotência e de injustiça que ampliam os possíveis agravos à saúde mental desta população.

A imposição do distanciamento social também, em grande medida, levou a uma fragilização dos vínculos sociais, nos alertando para um cenário de intensificação de quadros de vulnerabilidade psíquica ligados à solidão, desamparo e à diminuição do exercício da autonomia, no caso dos adolescentes que deixaram de frequentar o ambiente escolar.

O confinamento domiciliar também intensificou riscos associados às relações intrafamiliares disfuncionais, com a ampliação de conflitos e da violência intrafamiliar e a

falta de acesso a equipamentos de proteção social como a escola, por exemplo. Por outro lado, há um impacto subjetivo próprio da invisibilização de toda a população que sofre com déficit habitacional no Brasil (que envolve a coabitação e o adensamento excessivo além de outros fatores) e com a exclusão do sistema de saneamento totalmente desconsiderada na estratégia-padrão de enfrentamento à pandemia.

A recondução massiva das atividades para o ambiente virtual que pôde ser realizada por uma parcela da população tem características que merecem ser avaliadas: o tempo de exposição à tela, a dinâmica própria das relações via redes sociais imposta aos relacionamentos, a indefinição entre os momentos para as atividades de trabalho, lazer, cuidado, etc. Em contraposição, temos também os que não podem fazer esta transposição, que sofrem, sobretudo, em relação ao trabalho. Falaremos sobre estas características no que se relacionam aos impactos subjetivos de maneira específica mais à frente.

De maneira mais ampla, o regime de crise/desastre envolve uma série de rupturas, precariedades, incertezas e os exercícios de gestão e reestruturação da vida. É necessário entender que estes processos envolvem tempo e recursos. O que temos avaliado é que, de maneira geral, a produção de urgências e de imperativos não tem cessado, afetando diretamente a capacidade de produção individual e coletiva de respostas adequadas à crise.

### **3. A educação durante a pandemia: O Ensino Remoto, o regime de urgência e a precarização da saúde.**

#### **3.1. As experiências impositivas de ensino remoto: esgotamento, violências e ineficácia**

Hoje passados cinco meses do início das medidas de isolamento social, podemos analisar com alguma lucidez a experiência de várias instituições de ensino que não suspenderam seus calendários letivos, tendo decidido pela redução da problemática a uma impossibilidade técnico-administrativa cuja resposta foi a medida administrativa de decretar o “ensino remoto”. A quebra abrupta de rotina, o alto nível de cobranças (externas e também internas), as dificuldades técnicas (os meios de trabalho agora são garantidos pelos trabalhadores dentre outras coisas), a imposição de um modo de trabalho radicalmente novo, as faltas de condições adequadas (colocadas pelos meios, pelo ambiente domiciliar inadequado para o trabalho e pelo próprio contexto da pandemia), as frustrações diárias foram

todos ônus lançados no colo de trabalhadores em educação, especialmente professoras e professores brasileiros com a imposição do ensino remoto durante a pandemia, comprometendo sua saúde física e, sobretudo, mental.

“De cursos pensados presencialmente, com todo o contato humano pelo qual prezamos muito, tivemos que adaptar tudo de modo bastante rápido para uma plataforma e um formato os quais sistematicamente desprezávamos: um ensino EAD.

Tudo isso sem muita preparação, nem tempo. Videoaula, videoconferência, atividades, estudos, usar a agenda Google, ajudar os colegas com mais dificuldade e pensar em como ajudar na rotina de estudos dos alunos. Além de abrir sua intimidade e mudar a rotina de todos que vivem em sua casa. Os professores ficam na frente da tela do computador das 07:00 até as 20:00 horas.’

‘Migrar um conteúdo corporal, presencial, relacional, que promove a integração e a vivência como parte do processo de aprendizagem, transferindo o tempo e o espaço da sala de aula para uma tela de computador ou celular é limitador’”. (Reportagem <https://desafiosdaeducacao.grupoa.com.br/depoimentos-sobre-escola-em-casa/>)

"A gente não consegue ter um retorno, porque poucas pessoas conseguem acessar. Eu fico frustrada, porque é obrigatório colocar conteúdo [no Google Classroom] e o aluno não acessa por diferentes motivos. Para que estou trabalhando?" (Reportagem <https://novaescola.org.br/conteudo/19401/ansiedade-medo-e-exaustao-como-a-quarentena-esta-abalando-a-saude-mental-dos-educadores>)

Segundo pesquisa do Instituto Península realizada em março, abril e maio deste ano, os professores têm se sentido ansiosos, cansados, entediados e sobrecarregados; têm ainda estado mais preocupados com a saúde de seus familiares, do que com sua própria saúde. A pesquisa levanta algumas hipóteses sobre essa situação que são: (a) a quase inexistente experiência prévia com ensino remoto que leva a 83% dos professores brasileiros a não se sentirem preparados para essa modalidade de ensino; (b) a falta de apoio institucional (treinamento para lidar com o ensino à distância, apoio pedagógico e apoio emocional). (c) - Infraestrutura de trabalho limitada / compartilhada. Sua rotina tem sido majoritariamente ocupada com atividades domésticas (66%), o trabalho remoto nas atividades da escola (62%) e com estudos (50%).

Esta pesquisa é importante para termos uma noção da realidade emocional e de rotina dos professores, contudo, precisamos pensar que tais constatações não se referem a um momento de exceção. Ao contrário, são a intensificação de uma crise que advém de um cenário de mudanças e de precarização do trabalho que há muito atinge a classe docente e vem sendo alvo de pesquisas no Brasil e no mundo. A OMS inclusive aponta a docência

como uma das profissões mais estressantes e com potencial para produção de adoecimento físico e mental - “(d)esgastes osteomusculares e transtornos mentais, como apatia, estresse, desesperança e desânimo, são formas de adoecimento que têm sido identificadas em professores” (Barros et al., 2007 *apud* Dieh e Marin, 2016).

Dieh e Marin (2016), em revisão da literatura sobre o adoecimento mental de professores no Brasil, apontam que:

- As mudanças estruturais que têm atingido a escola em relação ao seu papel social (reformas educacionais) têm impactado profundamente o trabalho docente, seja pela fragmentação do trabalho, seja pela complexidade e intensidade das demandas que são impostas a esses profissionais. Este esgarçamento das condições de promoção de saúde dos professores é efeito direto do aparente paradoxo das políticas educacionais do contemporâneo em que tanto a necessária universalização da Educação, quanto a renovada importância da Educação dentro do Capitalismo Cognitivo - se traduzem em políticas tanto públicas como privadas “que colocam o professor como um alvo importante no cumprimento das diretrizes, objetivos, metas e estratégias para assegurar a manutenção e desenvolvimento do ensino em seus diversos níveis” (Leite & Souza, 2007 *apud* Dieh e Marin, 2016) , mas que são literalmente contrapostas com a precarização do seu trabalho e das outras políticas públicas em um contexto neoliberal. Assim, o professor (e os educadores de um modo geral) é abandonado segurando fios frágeis de vida (inclusive a sua) ante a um precipício social; desgastado e sobrecarregado, quase inevitavelmente adocece frente a esta tarefa incomensurável. Como aponta a Reportagem da Nova Escola, a história dos professores com a frustração e a sobrecarga não começa na pandemia e é uma vivência ocupacional constante. Nas palavras da educadora Eliana: "Eu gosto do meu trabalho, mas existe uma dificuldade grande que não somos preparados. Não vamos conseguir dar conta de tudo".
- As causas de adoecimento podem ser descritas como o intenso envolvimento emocional com os problemas dos alunos, a desvalorização social do trabalho (falta de reconhecimento), a exigência de qualificação do desempenho, as relações interpessoais insatisfatórias, as classes numerosas, a inexistência de tempo para

descanso e lazer e a extensa jornada de trabalho (Neves & Silva, 2006 *ibid*), a exposição a ambientes conflituosos e de alta exigência de trabalho, as excessivas tarefas extraclasse, reuniões, atividades adicionais, a pressão do tempo, além de lidar com frequentes comportamentos inadequados dos alunos, especialmente na Educação Básica (Carlotto & Palazzo, 2006; Ministério da Saúde, 2001, *ibid*), como também o pouco acompanhamento familiar e problemas no ambiente físico (ergonomia, mobiliário, equipamentos e condições de ruído e temperatura) (Santos e Nascimento Sobrinho, 2011 *ibid*);

- Em relação ao Ensino Superior, os docentes são particularmente impactados pela pressão em relação à produção intelectual (parâmetros de produtividade cada vez mais exigentes), diversidade de atividades com altas exigências de investimento intelectual, inclusive as ligadas às burocracias institucionais; e sobrecarga de trabalho (Lopes, 2006, *ibid*); as dificuldades das relações entre os colegas motivada pela competição e a crescente precarização das condições laborais também têm sido identificadas como fatores críticos (Borsoi, 2012 *ibid*).

O professor ideal agora é um híbrido de cientista e corretor de valores. Grande parte do seu tempo deve ser dedicado a preencher relatórios, alimentar estatísticas, levantar verbas e promover visibilidade para si e seu departamento. O *campus* vai se reconfigurando num gigantesco pregão. O gerenciamento de meio acabou se tornando fim na universidade. A ideia é que todos se empenhem, no limite de suas forças. . . (Sevcenko, 2000, *apud* Mancebo, 2007).

- Santos e Siqueira (2010 *ibid*) afirmam uma alta prevalência de Transtornos Mentais Comuns entre professores - com destaque para o estresse, a ansiedade, o esgotamento e problemas relacionados ao sono -, taxa essa que chega a cerca de 60%.

Cabe lembrar que as condições de saúde dos professores dependem fundamentalmente das relações entre as exigências e condições de realização do trabalho (carga de trabalho) e estas derivam-se do contexto e das características da organização do trabalho. E é por isso que o contexto atual da pandemia, que precariza as condições subjetivas e objetivas de realização do trabalho, ao mesmo tempo em que é deslocado e ampliado o desafio relacionado à atividade educativa torna-se tão preocupante do ponto de vista da saúde dos trabalhadores em educação. Em matéria do editorial Grupo A Tarde Comunicação, *Pandemia: 'professores estão suscetíveis ao adoecimento em massa'* (2020), destaca-se a fala de uma professora:

A Instituição enviou tutoriais e ‘baixou’ portarias que deveríamos seguir. Muitas dúvidas surgiram e a maioria delas quem sanava eram colegas que tinham mais intimidade com o mundo virtual”, relata a professora Marina Pereira\*, que dá aulas em uma faculdade. De acordo com ela, a instituição para a qual trabalha tem se mostrado muito impositiva e não abre espaço para diálogo com o corpo docente. “Emocionalmente, eu estou muito abalada. Muita cobrança, muita pressão, pouco tempo, muito trabalho e ainda tenho que lidar com duas crianças em casa”.

Eminentemente, este momento tem sido vivido como uma assunção deste papel central do educador neste projeto de escola-pronto socorro (a que chamamos *sobreimplicação*), aumentado o desamparo - já que fomos destituídos das condições prévias de trabalho - e em literal isolamento, já que as atividades são desenvolvidas a partir dos domicílios, dificultando as relações entre colegas, as quais são necessárias para a construção de estratégias coletivas para o enfrentamento dos desafios do trabalho.

A escola-pronto socorro é a intensificação do regime da escola-salvadora - colocada pela lógica neoliberal que define este papel social “progressista” da escola e se assenta na América Latina Pós-Consenso de Washington - agora nos moldes da pandemia em que conflui com o regime de urgência e se assenta nos desejos em obter e dar respostas próprias às subjetividades em crise. A lógica da urgência favorece muito a respostas unívocas, centralizadoras e até mesmo autoritárias à crise - temos assistido a naturalização de práticas impositivas e até mesmo violentas que se apresentam como “respostas necessárias”. Em suma, a realidade do trabalho em crise (coletiva e social) é invisibilizada e individualizada; sob intensa pressão, resta aos sujeitos vivenciarem e reagirem com seus corpos e em suas subjetividades os efeitos nocivos desse processo. Esse quadro se agrava com o cenário de incertezas, sejam as ameaças de demissão frente à crise econômica das instituições privadas ou mesmo as ameaças dirigidas aos servidores públicos num contexto de reformas do Estado. No mesmo artigo jornalístico supramencionado, a professora da Universidade Federal do Espírito Santo, Tânia Maria de Araújo, afirma: “Estamos vivendo uma calamidade pública. Os professores estão suscetíveis ao adoecimento em massa.”

### 3.2. A negação do desastre, o regime de excepcionalidade e a homogeneização da oferta: normalização da exclusão, fragilização de direitos e continuidade em detrimento da conexão com a vida

Do outro lado dessa linha, a automática imposição do ensino remoto à primeira vista parece atender a um desejo de alunos e famílias que tentam reagir à crise com a produção (custosa) de uma aparente normalidade. Seria a continuidade dos projetos de vida dos estudantes (negação da interrupção); a ocupação do tempo dos estudantes (a produtividade contra o ócio) e a garantia de uma rotina que, teoricamente, faria bem, especialmente aos jovens (a ordem contra a desordem), vistos como sujeitos em desenvolvimento, portanto, mais vulneráveis.

No entanto, apesar de não haver pesquisas sobre os reflexos dessas experiências na saúde mental ou mesmo no desenvolvimento acadêmico dos estudantes, alguns levantamentos e algumas informações que têm sido veiculadas nas mídias nos mostram uma realidade bem diferente desta pretensa normalidade.

No *Dossiê sobre o Ensino EaD na rede estadual em tempos de pandemia* produzido pela Associação dos Estudantes Secundaristas do Estado do Rio de Janeiro (AERJ), que fez um levantamento com mais de 1100 estudantes, afirma-se “a grande dificuldade que não só alunos como os professores estão passando para se adaptar às aulas online.” Além da enorme dificuldade de acesso às tecnologias, os alunos relataram “uma forte confusão em entender o funcionamento EaD, sem contar a compreensão da matéria passada pelo professor”; “muitas reclamações em relação à sobrecarga, por não saber administrar o excesso de atividades com a nova rotina (...) devido aos diversos afazeres; 61,7% acham que o ambiente (virtual) é desfavorável e somente 10,2% dos estudantes não têm problema para se concentrar”. Apontam ainda, neste dossiê, a necessidade de se levar em conta o impacto econômico da pandemia dentro do contexto das desigualdades estruturais no estado.

É preciso atentar para a complexidade que envolve o ensino remoto para pensar se devemos ou não implementá-lo; caso decidamos por esta modalidade de ensino, é preciso considerar seus possíveis efeitos muito intensos na vida das pessoas, os quais precisam ser observados e cuidados. Como já dissemos, no momento, a pandemia atravessa a vida de todos de modo intenso, gerando medo, angústia, ansiedade - o que no nosso país tem sido ainda mais potencializado devido ao atual momento político em que nos encontramos. Informações falsas, crises no poder executivo, a começar no âmbito federal que não segue as determinações da ciência e das organizações de saúde internacionais e a acaba por disseminar ainda mais desinformação, além da ausência de políticas públicas que respondam aos efeitos

que a pandemia trouxe e intensificou, entre tantas outras coisas que fragilizam ainda mais a população.

Outro aspecto importante é que nossa vida contemporânea, baseada no produtivismo, aceleração e sensação de que estamos sempre em falta com alguma coisa tem produzido diversos sofrimentos psíquicos, os quais têm aumentado muito nos últimos anos, tais como depressão e ansiedade - vale lembrar que esses são processos, ao contrário do que se pensa no senso comum, produzidos socialmente e que num período como o que estamos vivendo podem se agravar profundamente.

Na Reportagem *Prática docente: 30 depoimentos sobre como a escola foi recebida em casa*, podemos destacar algumas falas que apontam a problemática do ensino remoto tal como visualizada por alunos e familiares:

- a dificuldade de concentração;
- questionamento sobre a qualidade e a eficácia da aprendizagem;
- necessidade do apoio parental às atividades escolares;

Ainda na referida matéria, destacamos a fala de duas mães ao expressarem suas considerações a respeito das vivências dos filhos submetidos à modalidade do ensino remoto. Uma mãe explicitou que “Os alunos ainda não se deram conta da ausência física e das interações na escola, preocupadas nos afazeres escolares”. Outra, expressou sua percepção da relação professor-aluno nessa modalidade: “Vejo que os professores, na ansiedade de ocupar o tempo delas, estão passando mais tarefas do que quando elas tinham aulas presenciais”.

Em pesquisa do CONJUVE (Conselho Nacional da Juventude) que aprofundaremos mais à frente, maioria dos jovens relata como desafios para estudar em casa, na ordem decrescente: a dificuldade de organização para o estudo à distância (82%), a dificuldade em tirar dúvidas sem o contato presencial (80%), o equilíbrio emocional (80%), a dificuldade dos professores com a nova modalidade de ensino (76%), a falta de um ambiente tranquilo em casa (63%) e a falta de um equipamento adequado para estudar (53%). Mas um número relevante de 49% relata, ainda, que tem faltado tempo para estudar, contra 39% que relata não sentir esta falta.

Uma frase que ouvi de estudantes que achei bem forte foi que eles falaram: as instituições de ensino querem que eu aprenda um monte de coisas, sendo que a minha prioridade agora é sobreviver. Eu preciso sobreviver nesse momento, eu não preciso aprender coisa nova, não tem o porquê eu estar focado em conteúdos muitos específicos. (CONJUVE, 2020)



#### 4. A realidade do IFF a partir dos sujeitos

O último tópico desta seção tratará da realidade dos sujeitos no IFF. Todo momento de crise promove um deslocamento natural da nossa atenção e um investimento para se sanar o que se identifica como problemático naquele momento, geralmente recorrendo-se ao que se tem mais *imediatamente* em mãos como resposta. É o que chamamos aqui de **regime de urgência**, e este é um fator que precisamos problematizar. Todo momento crítico, se não for contextualizado e cuidado, tende a ser um momento em que se suprime a lentidão do processo reflexivo e atento sobre as problemáticas humanas em nome da rapidez da ação; assim, lança-se mão de estratégias-normalizadoras (hegemônicas), respostas que já constam no repertório e que reduzem a complexidade dos problemas. A “eficiência” que é produzida tem mais a ver com a ilusão da continuidade do que com a demanda colocada, e pode muito bem estar assentada no retrocesso nos verdadeiros processos democratizantes, inclusivos e humanizadores.

Portanto, antes de abordarmos qualquer aspecto das implicações subjetivas do trabalho e da educação no contexto de pandemia, vale percorrer brevemente algumas questões já vigentes no IFF pré-pandemia, para que não esqueçamos as batalhas em que ainda precisamos avançar e os caminhos já percorridos até aqui.

##### 4.1. Questões psicossociais no IFF pré-pandemia

Nesta seção, discorreremos sobre nossa Instituição de maneira que parecerá contraditória: falaremos sobre a escola que promove saúde e a escola que adocece. Entendemos, no entanto, que a contradição emerge não de uma descrição equivocada, mas da contemplação da agonística do nosso ambiente relacional e dinâmico, à medida que somos uma Instituição em plena trajetória histórica, feita por sujeitos comprometidos ética, estética e politicamente com uma transformação subjetiva e social.

##### 4.1.1. A escola promotora de saúde de estudantes e de trabalhadores

Apesar de não contarmos com uma política centralizada voltada para a promoção de saúde, são muitas práticas e vivências em nossa Instituição que impactam positivamente na promoção de saúde de sua comunidade. São eles: o foco no desenvolvimento integral de estudantes, a oferta de uma educação diversificada (incluindo a educação para o trabalho, a

pesquisa e a extensão, a arte e cultura, o esporte e lazer, a internacionalização), as políticas de assistência estudantil e permanência (incluindo as políticas de alimentação escolar), de inclusão, de diversidade (étnico-racial e de gênero e sexualidade), de combate a violências e discriminações, de participação social com ênfase na produção de autonomia, na inserção crítica no contexto social, nas ações de educação em saúde. Não em menor grau influenciam na promoção de saúde, espaços físicos limpos, higiênicos e estruturalmente adequados, os recursos e as estruturas para execução das propostas idealizadas e o suporte profissional qualificado.

Nesse sentido, nossos discentes ao terem acesso a condições adequadas de desenvolvimento, à escola como equipamento de proteção social, a uma proposta formativa integral, integrada e emancipatória, ao serem respeitados em sua diversidade e incentivados em sua autonomia se transformam em sujeitos capazes de avaliar, influenciar e propor mudanças, em benefício de sua saúde e da suas comunidades de maneira geral. A possibilidade de desenvolver vínculos comunitários respeitosos, não discriminatórios, horizontais, em que a socialização é vivenciada como um processo de livre expressão das mais diversas identidades, com foco no enfrentamento coletivo das dificuldades, constrangimentos e opressões ainda presentes em nossa sociedade constitui-se também como parte importante deste currículo formativo tão caro à produção de saúde. Cabe pensar que há uma intrínseca relação entre a **produção de saúde na instituição escolar e a produção da permanência**.

Em pesquisa realizada com estudantes do IFF *campus* Cabo Frio, são destacadas “a qualidade da escola, das aulas e do ensino médio ofertado, as boas relações entre alunos, professores e funcionários, o incentivo à autonomia dos alunos e os benefícios de Assistência Estudantil” como fatores incidentes sobre a permanência dos estudantes. (MATOS, 2018). Se “pensar a permanência dos alunos não gera ações iguais se comparado a quando se pensa a evasão” (Paes, 2019), podemos entender que a permanência lograda por cada estudante e cada coletivo que o apoia em seu processo de desenvolvimento tem a ver com nossa capacidade de gerar soluções singulares, com a diversidade e complexidade das maneiras de se vincular com o IFF.

Da perspectiva dos trabalhadores, o trabalho sob condições adequadas e uma organização respeitosa e condizente com as atividades, com um grau adequado de autonomia dos trabalhadores em relação a seus processos de trabalho, de participação social, bem como

com um sentido social e coletivo - o trabalho em educação - sumamente relevante tende a ser um razoável promotor de saúde mental.

#### 4.1.2. A escola alienada e alienante que coloca em risco a saúde mental de estudantes e trabalhadores

Em relação à saúde mental dos estudantes do IFF, ainda não há estudos sistematizados, no entanto, a prática nos serviços de psicologia com alunos e servidores aponta que um número significativo de estudantes sofre:

- com a sobrecarga das atividades acadêmicas, com a pressão pelo bom desempenho (intensificada nos períodos de avaliação), com as dificuldades de aprendizagem que se relacionam, em boa medida, com as dificuldades de ensinagem, dos modelos formativos, dos currículos e com as relações estereotipadas com professores neste contexto de sala de aula;
- com as dificuldades materiais de sua vida e de se manterem nesta escola-padrão;
- com uma baixa auto-estima que se relaciona à normatividade dos padrões sociais hegemônicos - que muitas vezes redundam em ansiedade, depressão, agressividade, indisciplina;
- com o isolamento em suas questões (já que as questões emocionais são ainda vivenciadas como tabu, especialmente para pessoas do gênero masculino);
- com a dificuldade de identificar seu sofrimento ou pedir e buscar auxílio em um ambiente em que encontram pouco ou nenhum espaço institucional para serem enfrentadas as angústias, devido à ausência de uma política de atenção ao aluno centrada na promoção de saúde.

Tudo isso amplificado pela normalização do sofrimento psíquico que chega a ser visto como desejável dentro de um moralismo próprio da *autossuperação* - isto é, o culto à performance como tônica organizadora das lógicas de vida no capitalismo contemporâneo (Alain Ehrenberg, 2010) - muito coerente com a lógica do *excelentismo*, vivida intensamente numa instituição como a nossa, onde todos têm que ser não menos que excelentes, alunos, servidores, gestores.

Em relação à saúde mental de servidores, também não há muitos estudos, mas há uma certeza. O trabalho é uma categoria central na vida e na saúde humana. Como bem salientou a

psicóloga da Reitoria, Viviane Lopes, na I Jornada Saúde Mental e Trabalho, é o trabalho alienante que rouba deste campo a perspectiva de promoção de saúde.

Apesar da escassez de estudos, destacamos a pesquisa importantíssima de Bárbara Figueiredo, enfermeira do Instituto, para falar de aspectos relacionados à saúde mental dos servidores. A pesquisa intitulada “Transtornos mentais e comportamentais em trabalhadores da educação: perfil dos afastamentos de saúde na rede pública de ensino” mapeia os afastamentos provocados por Transtornos Mentais nos últimos anos 2014-2017, a partir da premissa de que a prevalência de licenças do trabalho por motivo de saúde é um dos indicadores das condições de saúde e segurança no trabalho.

Um dos indicadores das condições de saúde e segurança no trabalho é a prevalência de licenças do trabalho por motivo de saúde, que acontecem em decorrência de múltiplos fatores, incluindo condições diretamente ligados à atividade, podendo o ambiente de trabalho ser considerado um fator de risco ou um agravante de problemas de saúde pré-existentes nos trabalhadores, chegando a acarretar aposentadorias prematuras. (Figueiredo, p.3, *no prelo*, 2020).

O estudo aponta como contexto das instituições federais a “dissolução do compromisso inicial do governo com o modelo de saúde do trabalhador e o redirecionamento das ações para o modelo mais conservador de saúde ocupacional”.

Dentre as conclusões deste estudo, estão a constatação de que, diferente dos demais afastamentos do trabalho por doença, os Transtornos Mentais Comuns - TMC - afastam trabalhadores cada vez mais jovens, prevalecendo entre trabalhadoras do gênero feminino e servidores de função administrativa (mesmo estando em proporção menor na instituição); a confirmação de que as doenças mentais representam um aumento significativo no número de dias de licença comparado a outras causas, destacando-se como as doenças que mais tempo afastam do trabalho; a confirmação da relação entre a idade do servidor com o maior média de dias de afastamento, prevalecendo, neste caso, entre profissionais do gênero masculino e no cargo de docentes; a constatação de que as doenças mentais apresentam um expressivo crescimento no decorrer dos anos, apontando para um possível aumento do quadro de adoecimento nos anos vindouros.

Os TMC aparecem recorrentemente como fator que contribui para o aumento do número de dias e de quantidade de afastamentos entre os servidores públicos. Apesar de certa estabilidade no emprego, fatores tais como a precarização das condições e do ambiente de trabalho, a terceirização de funções, a responsabilização pelas deficiências crônicas no serviço prestado por falta de estrutura adequada, o achatamento salarial ao longo dos anos, a falta de reconhecimento e de controle sobre como o trabalho é realizado, são algumas das possíveis causas para esse aumento. (Figueiredo, *no prelo*, 2020).

Este estudo alerta sobre a importância da discussão sobre saúde mental na Instituição, já que, de acordo com o número de dias de afastamento, é esta categoria de doenças a mais relevante. Aponta, ainda, como fatores que devem estar sobre o radar institucional:

- Em relação à exclusão de pessoas conforme há aumento da idade, deve-se atentar a “razões motivacionais associadas à diminuição de produtividade e dificuldade com novas tecnologias inseridas nos processos de trabalho”.
- Em relação a servidores do gênero masculino, os quais se afastam em casos mais graves e requerem mais dias de tratamento.
- Em relação às servidoras do gênero feminino, destaca-se a dupla ou tripla jornada e a responsabilização das mulheres pelo trabalho doméstico como geradores de mal-estar físico e psíquico.
- Em relação aos técnico-administrativos, estes são os mais afetados pelos afastamentos.
- Em relação aos professores, os afastamentos podem ter “relação com o ambiente escolar, ritmo excessivo e a organização estrutural do trabalho”.
- Em relação ao avanço entre os jovens, destaca-se a precarização do trabalho devido à sobrecarga, já que a aceleração das aposentadorias disparada pela Reforma da Previdência não foi acompanhada de uma reposição dos quadros de servidores.
- Em relação às práticas de gestão, as mudanças dos últimos orientadas pelo modelo de gestão de qualidade total têm acarretado um aumento da tensão no ambiente de trabalho, bem como o nível de exigência. Esses fatores são ampliados pela distorção da imagem do servidor público perante a sociedade - junto às próprias políticas de enfraquecimento do Estado - o que afeta, diretamente, dentre outras coisas, a dinâmica do reconhecimento, tão cara aos processos de saúde dos servidores.

O estudo termina convocando para que se atentem às políticas de saúde do trabalhador.

A fim de concluir esta seção afirmamos que, por um lado, *faz-se importante* pensar sobre estas questões que estavam presentes antes da pandemia para que não sejam negligenciadas e mesmo agravadas no quadro de exceção. Entretanto, mais do que é isso,

*faz-se imprescindível* pensá-las, porque é sobre esta Instituição em suas contradições deficitariamente diagnosticadas no presente documento que serão (re)criadas as mazelas que advêm/podem advir da pandemia. Como falaremos a seguir, toda crise traz em si uma oportunidade de mudança; cabe a nós decidirmos a que forças colocaremos à disposição esta oportunidade.

#### **4.2. IFF no contexto da pandemia:**

##### 4.2.1. A realidade dos sujeitos trabalhadores

De acordo com o vínculo estruturante do trabalho, temos a princípio duas realidades bem diferenciadas no nosso Instituto: aqueles profissionais cujas atividades foram remetidas ao trabalho remoto e aqueles cujas atividades permaneceram ocorrendo de forma presencial.

- Trabalho presencial: servidores terceirizados, efetivos e gestores

A manutenção do trabalho presencial em um contexto de pandemia envolve obviamente ter que lidar com a exposição sistemática a algum tipo de risco. O nível de redução do desconforto subjetivo imposto ao trabalhador estará diretamente relacionado à disponibilidade de recursos para sua prevenção e proteção e ao sentido de utilidade do trabalho. Em relação aos recursos, são necessários: informações adequadas e acessíveis sobre prevenção, equipamentos de proteção individual em quantidade e qualidade adequada às tarefas, ambientes de trabalho seguro (no caso, com rotinas de higienização adequadas), readequação de tarefas de acordo com procedimentos de segurança individuais e coletivos. É necessário que os trabalhadores percebam que todos os meios de proteção possíveis lhe foram oferecidos, sobretudo que enxerguem o trabalho presencial como a única alternativa viável de realização do seu trabalho, já excluídas outras formas de organização do trabalho, como o trabalho remoto. Em relação ao sentido de utilidade, é necessário que as atividades de trabalho sejam vistas como essenciais e indispensáveis, de modo a compensar o sentimento de injustiça em relação a necessidade primordial de proteção. Do contrário, o trabalho insalubre passa a ser considerado penoso. Cabe ainda frisar que altos níveis de autonomia (individual e coletiva) na gestão de processos de trabalho - isto é, quando está viabilizada e apoiada o manejo do trabalho pelo(s) trabalhador(es) -, sobretudo nesses casos, são bons indicadores do trabalho como produtor de saúde.

Dito isso, cabe destacar a vulnerabilidade específica do grupo de trabalhadores com os vínculos precários em relação à nossa instituição: os servidores terceirizados. Estes trabalhadores em geral têm menos autonomia em relação às suas condições/organização do trabalho, são também aqueles que dada a divisão social do trabalho são os responsáveis pelas atividades de limpeza, isto é, as que envolvem maiores níveis de insalubridade; são ainda aqueles que, em um contexto de retorno a atividades presenciais, sofrerão com maior sobrecarga já que os protocolos de biossegurança exigem o aumento da frequência das tarefas de higienização e possivelmente de vigilância.

- **Teletrabalho em educação no domicílio em um contexto de pandemia**

Com a implementação do trabalho remoto no IFF após o início da pandemia, faz-se necessário trazermos alguns apontamentos para refletirmos sobre esse processo que vem trazendo consigo efeitos nas vidas e saúde dos trabalhadores e nos serviços por eles prestados. O fato de estarmos experimentando um processo jamais vivenciado antes e de forma coletiva, tem feito com que tenhamos que construir respostas muitas vezes do nada aos impasses que a pandemia traz. A produção de urgências não nos permite problematizar e considerar todos os aspectos complexos que esse período nos impõe, fazendo-nos correr o risco de atropelar processos fundamentais e coletivos de construção dos caminhos para se responder ao que essa situação nos exige, envolvendo todos os atores.

A pandemia trouxe a exigência de produzirmos nosso trabalho de modo virtual através de nossos próprios recursos boa parte das vezes e de casa. Sabemos que essa experiência é complexa devido ao fato do trabalho atravessar as dinâmicas domésticas produzindo muitas vezes duplas e triplas jornadas, o que traz mais responsabilidades e cobranças. Esta realidade atinge principalmente as mulheres, pois sabemos que ainda são elas em sua grande maioria que têm que dar conta dos serviços domésticos e cuidados com os filhos e/ou outros dependentes. Em pesquisa recente, intitulada “*Sem parar: o trabalho e a vida das mulheres na pandemia*” (Gênero e Número & Sempre Viva Organização Feminista, 2020), constatou-se que metade das mulheres passou a cuidar de alguém durante a pandemia, 72% afirma ter aumentado a necessidade de monitoramento e companhia, 41% que mantiveram as atividades de trabalho dizem trabalhar mais, 42% das mulheres responsáveis pelo cuidado não têm apoio externo (profissionais, instituições ou vizinhos), 54% destas mulheres são negras. A pesquisa demonstra como a crise da saúde e do isolamento social sobre o trabalho, a renda das mulheres e a sustentação financeira, o trabalho doméstico e de cuidado realizado de forma

não remunerada no interior dos domicílios se interconectam para formar um campo onde as “novas” exigências do cuidado se sobrepõem às “antigas”, à dificuldade do acesso à renda e à sobrecarga de trabalho.

“O cuidado muitas vezes é visto somente no âmbito da afetividade. O perigo é quando olhamos apenas para a dimensão afetiva, porque contribui ainda mais para o aprofundamento da invisibilização do cuidado, já que ele não tem valor como trabalho, na esfera econômica. Reconhecer o trabalho doméstico e de cuidados, numa perspectiva ampla, é valorizar esse trabalho feito pelas mulheres, o que não faz com que o cuidado deixe de ter essa dimensão afetiva”, avalia Anabelle Carrilho, doutora em Política Social pela Universidade de Brasília e pesquisadora de trabalho e gênero.

(...)

“É necessário e urgente que ele se torne também um debate político, do espaço público. Se nós reconhecermos o trabalho de cuidado como responsável por uma fatia da economia, contribuimos para a visibilização do cuidado, para que existam políticas públicas que reconheçam que o cuidado não é só uma questão das famílias, mas também do Estado e não só das mulheres, mas também dos homens.” (Ferreira, 2020)

Soma-se a isso o medo que todos estamos enfrentando de adoecer, de morrer, de perder pessoas queridas, lutos entre tantas outras coisas. É importante salientar que o trabalho remoto não é simplesmente substituir o meio e apostar que com isso ele vai acontecer tranquilamente. Esta substituição 100% tem efeitos que podem muitas vezes ser devastadores para os trabalhadores: sobrecarga, lógicas de urgência de produção do trabalho, falta de formação para lidar com esses novos meios entre tantas outras questões que, aliadas à própria pandemia e instabilidade política que vivemos com ações de desmonte das instituições públicas de ensino, fragilizam ainda mais os trabalhadores.

Sobre as questões de saúde relacionadas ao teletrabalho, cabe salientar que estas discussões são também anteriores à pandemia, pois esta reorganização das dinâmicas temporais e espaciais é uma tendência do mundo do trabalho (Harvey *apud* Silva 2018), cujo contexto é a nova organização social correspondente ao estímulo ao desenvolvimento das relações no mundo virtual dada a massificação das tecnologias da informação e comunicação. Junto à flexibilização das estratégias gerenciais (centradas na subjetividade dos trabalhadores), o emprego sistemático destas tecnologias possibilitam a expansão das organizações no espaço e no tempo e dão origem ao que tem sido chamado de economia 24/7 (vinte quatro horas por sete dias na semana).

A virtualização das organizações no tempo e no espaço tem como uma de suas principais ferramentas a adoção do teletrabalho. Certamente, este constitui forma de organização do trabalho com características qualitativamente diferentes das



tradicionais. Ele faz desaparecer as fronteiras de espaço e de tempo entre o trabalho e a casa, o trabalho e o não-trabalho, o trabalhador e o não-trabalhador, transformando o trabalho de um **lugar para ir** em **algo que se pode fazer** em qualquer lugar, a qualquer hora (COSTA, 2005 *ibid*).

Silva (2018) elenca possíveis vantagens e desvantagens deste modelo a partir da perspectiva dos trabalhadores:

- (a) Vantagens: Possibilidade de reduzir ou mesmo eliminar o tempo gasto no deslocamento casa-trabalho; economia no gasto de combustíveis; flexibilização do horário de trabalho, permitindo conciliar vida profissional e familiar; flexibilização do local de trabalho; autonomia relativa, com a diminuição dos constrangimentos hierárquicos; clima de trabalho mais confortável.
- (b) Desvantagens: isolamento social (quando o trabalho é feito em casa sem controle da jornada de trabalho e com redes de comunicação (in)formais precárias para o exercício das relações de trabalho); redução dos contatos com os colegas de trabalho e a hierarquia; desenvolvimento da precariedade de emprego (condições de trabalho insalubres ou com limitadas configurações ergonômicas); déficit de proteção jurídica; possibilidade de condições de emprego menos favoráveis, em termos de regalias econômico-sociais; degradação da vida familiar, devida à intrusão do trabalho no lar; apagamento da diferenciação entre trabalho e lazer; maior dificuldade de defesa dos seus interesses laborais e profissionais; presenteísmo (mesmo que em precárias condições físicas, cognitivas ou emocionais para a realização do trabalho); controle invisível e onipresente pelo “computador central; menores oportunidades de promoção.

Do ponto de vista das empresas, Silva apresenta uma desvantagem que cabe assinalarmos, pois diz respeito aos processos de gestão do trabalho. Frente à “impossibilidade de assegurar o controle da presença e a disponibilidade imediata do trabalhador no local de trabalho”, a empresa passa a “medir o trabalho em termos de resultados ou tarefas”. Nesse sentido, podemos entender que os processos de trabalho tendem a ser simplificados em sua complexidade pelos gestores, o que pode facilitar a produção de cobranças abusivas.

Destas, fazemos alguns destaques abaixo do que certamente são intensificados no contexto da atual já que estamos em um momento de urgência, já que estar em domicílio é uma situação de confinamento e não escolha pessoal, já que há um enorme desarranjo das organizações espaço-temporais de todos os familiares e há a intensificação das tarefas de cuidado, e já que a condição de teletrabalho irrompe ao invés de estar prevista nos contratos de trabalho, são eles: O **presenteísmo** e a dificuldade de regular os momentos de trabalho que afetam o **direito à desconexão do trabalho**.

Fazemos estes destaques porque sabemos que um momento crítico como este necessita da abertura de tempos internos e externos de (auto)cuidado ao mesmo tempo em que somos convocados imperiosamente a cuidar. Uma realidade de trabalho que passa ao

*trabalhador implicado* (como costuma ser o trabalhador da educação) o ônus pela gestão do seu tempo de trabalho pode ser produtora de sofrimento psíquico especialmente se invisibiliza os difíceis processos de aprender a trabalhar e a viver no novo contexto, e/ou quando se atém à contabilização dos resultados ou das tarefas para avaliarem o “desempenho” no trabalho (o que na realidade é um conceito bem mais amplo); vale lembrar que também aos gestores faltam ferramentas de acompanhamento do trabalho. Por outro lado, a possibilidade de estar em casa em segurança e continuar realizando seu trabalho, a função que se articula para seu sentido de vida, são fatores protetivos que emergem deste contexto .

Um fator que surge quase como novidade neste momento de intensa substituição das relações face a face pelas tele-relações - i.e., relações à distância, mediatizadas pelas tecnologias onde a pessoa física é substituída pela sua "imagem" textual, sonora ou visual na máquina - especialmente no contexto das conexões por vídeo, tem sido chamado de *Zoom fatigue*.

*Zoom fatigue*, ou fadiga virtual, é um fenômeno que tem sido recentemente explorado em decorrência da expansão de reuniões virtuais para trabalho (o nome faz referência a um aplicativo de reuniões). Trata-se do estado de fadigamento mental (e físico também) decorrente do excesso de exposição a esta modalidade de encontro virtual que fazem exigências psíquicas bem específicas em relação à tarefa comunicativa, tais como: o aumento da demanda de atenção e foco para dar conta de entender o que está sendo dito sem a linguagem corporal, o aumento do estresse ligado à pressão pela boa performance e aos silêncios que marcam os intervalos entre uma comunicação e outra que são vividos como expressão de um ambiente comunicativo não tão amigável.

Além da exaustão, a exposição a telas por longos períodos de tempo também pode levar à dor de cabeça e dores musculares: a própria luz emitida por elas cansa, e também faz com que pisquemos menos, favorecendo um ressecamento e irritação dos olhos. (MALAR, 2020).

Estes fatores que têm a ver com a comunicação mediada pela tela se adicionam aos fatores de pressão que já mencionamos (a pressão pela resposta sob a lógica da urgência) e o borramento de fronteiras entre a jornada de trabalho e a vida privada que tendem a suprimir os tempos de pausa e criar um ambiente de eterna disponibilidade (presenteísmo) fazem com que a vivência do teletrabalho esteja sendo especialmente problemática neste momento.

Neste sentido, a precarização dos processos de trabalho a qual devemos estar atentos está ligada às condições de trabalho (inadequações provenientes do ambiente domiciliar

especialmente difícil para as mulheres que assumem boa parte do trabalho doméstico e as tarefas de cuidado, características antropométricas do “posto de trabalho”, tempo de exposição à tela, meios de trabalho fornecidos pelos próprios trabalhadores - como aparelhos e serviços ineficientes e precários), à organização do trabalho (reestruturação radical do trabalho, subprescrição - não ter recursos procedimentais em relação às tarefas, nem serviços de apoio, sobrecarga, ritmos intensificados de trabalho (trabalho sob a lógica da urgência), perda do direito à desconexão com o trabalho, centralização e hierarquização das decisões - perda de autonomia, risco do assédio moral no trabalho e/ou da sobreimplicação - quando os próprios trabalhadores internalizam as cobranças excessivas em nome de um projeto comum e assumem o ônus total do trabalho e os gestores também não sabem como gerir estes novos processos. Vale alertar também para os impactos que advêm da realização das tarefas de ensino via ambiente virtual num contexto de perseguição ideológica a educadores, onde são ampliadas a ansiedade, a angústia de docentes frente ao controle e a vigilância de responsáveis sobre as atividades de ensino e, na verdade, frente a insegurança do ambiente virtual em relação a possíveis ataques virtuais motivados por esta perseguição.

Para enfrentar estas questões, Da Silva (2018) sugere:

Parece-nos, assim, que a redução (ou mesmo uma sonhada/utópica eliminação) das desvantagens e problemas do teletrabalho, com a correspondente potencialização das suas virtuais vantagens, deverá implicar uma discussão que envolva a sociedade no seu conjunto (sindicatos, empresários, agentes políticos, cidadãos em geral); encare o teletrabalho não apenas nos seus aspectos económicos (o que leva a uma visão economicista/reducionista), mas também em seus aspectos sociológicos, jurídicos, políticos, psicológicos, etc., promovendo uma visão globalizante e integrada da questão; e, tenha, na base, a consideração da pessoa como valor ou fim fundamental a promover, encarando sempre a tecnologia e a organização social como meios para atingi-lo.

#### 4.2.2. A realidade dos sujeitos estudantes

*“Nós escutamos o aluno para fazer um diagnóstico da instituição e não dos alunos, porque pensar a permanência dos alunos não gera ações iguais se comparado a quando se pensa a evasão.  
(Paes, R., 2020)”*

Quanto a realidade dos estudantes no que diz respeito à sua relação com a instituição, falta-nos dados para descrever com acurácia os impactos da suspensão das aulas em suas vidas, mas podemos assegurar que sobre este plano também não há homogeneidades. Dada a complexidade e a intensidade da tragédia que se abateu sobre cada sujeito em seu grupo

familiar e a particularidade do seu vínculo vivencial com nossa instituição (vínculo este determinado pela diversidade de nossas políticas - oficiais e oficiosas, únicas e territoriais - e sobretudo pela diversidade de relações entre as pessoas que compõem esta instituição), é possível assegurar que este impacto significou e significa alguma coisa muito singular para cada aluno/a, de modo que nesta seção tentaremos abordar algumas questões a partir do que tivemos acesso até aqui. Tentaremos descrever esta realidade a partir do que nos chegou através dos canais que disponibilizamos para contato com os alunos (sejam as rodas de conversa ou os atendimentos nos campi), o que chegou para as equipes multiprofissionais ou através de outros colegas, ou ainda o que chegou a partir de participações nas tantas discussões que ocorreram entre servidores e discentes durante este período.

Nos atendimentos online, como já apresentamos, tivemos contato com estudantes que em sua maioria já vivia dificuldades emocionais anteriores que tiveram agravamento durante a crise. Boa parte de sua angústia esteve assentada na ansiedade sobre o porvir, na interrupção abrupta do seu projeto de vida e na perda dos vínculos com seus colegas e professores. Alguns tinham dúvidas muito básicas sobre o funcionamento institucional e sobre como conseguir ajuda. Com o estímulo e as informações adequadas, parte significativa logrou alguma recomposição de suas estratégias de vida, outros ainda precisaram ser orientados a buscar ajuda profissional.

Outras participações, fizeram-nos perceber que um número significativo de estudantes manteve-se engajado em projetos como extensão, arte e cultura, e sobretudo em atividades de representação estudantil. Estas últimas foram fundamentais para manter o vínculo entre os estudantes e entre estudantes e a instituição durante estes meses, tendo organizado ações solidárias, ações políticas e entretenimento. Vale um destaque para a mobilização interestudantil pelo adiamento do Enem. Tendemos a acreditar que os estudantes envolvidos com a instituição através de projetos ou pela participação nestes redes ativas conseguiram se manter mais informados e assim diminuir o desgaste emocional frente à imprevisibilidade da crise. Na contramão deste aspecto, percebemos maiores implicações da suspensão das aulas nas falas dos grupos que não participaram do funcionamento institucional durante este período - dos projetos, das ações emergenciais -, sobretudo, entre os concluintes, mas também de maneira relevante entre os iniciantes.

Apesar de nos faltar dados sobre a realidade socioeconômica, sobre a realidade de saúde física e emocional de nossos discentes e de suas famílias, pelos processos de concessão

de auxílio emergencial e por dados mais gerais da crise econômica no nosso estado, podemos inferir que a realidade material dos nossos alunos foi em muito depauperada.

Em pesquisa organizada pelo CONJUVE (Conselho Nacional da Juventude), realizada em maio deste ano com mais de 33 mil jovens em todo o Brasil entre 15 e 29 anos, 5 a cada 10 mencionam uma redução na renda de suas famílias e 4 em cada 10 indicam ter diminuído ou perdido sua renda pessoal. Destes, metade estava trabalhando antes da pandemia, grupo no qual 73% continuou trabalhando, 14% com carga horária superior à anterior à pandemia. No geral, 33% dos jovens buscaram forma de complementar a renda, estando 60% cadastrado para receber o auxílio emergencial. Nesta pesquisa, os jovens relatam em ordem decrescente: uma piora nas atividades de lazer e cultura (73%), no estado emocional (70%), no condicionamento físico (65%), na disponibilidade de recursos financeiros (58%), na qualidade do sono (55%) e na alimentação (42%). E apontam melhoras nos hábitos de higiene (62%) e nos relacionamentos dentro de casa (33%). Um grupo de 25 % aponta ainda uma piora neste último aspecto (CONJUVE, 2020).

“A ansiedade, o tédio e a impaciência foram apontados como os sentimentos mais presentes durante o isolamento social. Acolhimento aparece como o sentimento mais positivo, sentimento que pode estar relacionado tanto ao convívio familiar como às interações remotas.

(...)

O medo da perda e a saúde são os principais receios que jovens enfrentam no contexto da COVID19.

(...)

O medo pelos outros, familiares ou não, é traduzido em uma elevada disponibilidade de jovens para ajudar, principalmente por meio de ações que podem ser realizadas sem sair de casa.”

Em relação ao impacto direto da doença, 30% dos jovens entrevistados ou foram infectados ou têm alguém próximo que teve Covid-19. Em relação aos estudos, a pesquisa aponta ainda que para além das atividades escolares, 85% dos jovens têm buscado formas de aprendizado por conta própria, através de vídeos, cursos online e consultando livros (impressos ou digitais).

“As barreiras para a continuidade dos estudos são tamanhas que, questionados sobre a volta às aulas após o fim do isolamento social, 3 a cada 10 jovens confessam que já pensaram em não retornar.

(...)

Quanto mais velhos, mais jovens pensam em deixar os estudos. Mas chama atenção a elevada proporção de jovens em idade escolar obrigatória que declaram ter pensado em parar.”

Quanto à informação sobre a prevenção e a situação da pandemia, que apontam um nicho importante de ação:

9 a cada 10 jovens se sentem informados sobre prevenção e contágio. Cai para 6 a cada 10 a proporção de respondentes que se sentem bem informados sobre a evolução da pandemia no Brasil e no mundo. Apenas 4 a cada 10 sentem que conhecem bastante sobre locais e procedimentos de atendimento.

(...)

37% concordam que falta clareza nas orientações dadas pelas autoridades.

Uma reportagem do Jornal El País dá uma perspectiva mais ampla às dificuldades destes jovens. Com o título “A geração que pagará a conta da crise na América Latina”, o informativo formula questões a partir da certeza da crescente exclusão ou penalização dos jovens no mundo do trabalho, inserindo este conjunto de questões ante à pandemia em um contexto mais geral de impasses da juventude no continente hoje.

As antigas promessas de progresso em troca de esforço —ter acesso à casa própria após muitos anos de trabalho, fazer uma carreira universitária para garantir um bom futuro, por exemplo— já haviam começado a se desintegrar para a Geração X (os nascidos entre 1965 e 1979, em média) e a Geração Y (**os célebres *millennials***, nascidos entre 1980 e 1995). Com pouca experiência de trabalho e sem economias, os *centennials* (nascidos entre 1996 e 2010) seguem o caminho de seus antecessores e vêm essas perspectivas se distanciando cada vez mais. (...)

(...)

Na **América Latina**, essa previsão é como jogar terra sobre o que já estava enterrado. “É uma geração que tinha poucas expectativas para o futuro”, afirma Pedro Núñez, pesquisador da Faculdade Latino-Americana de Ciências Sociais (FLACSO) na Argentina. Núñez estuda a juventude há anos, e aponta a instabilidade como o fator-chave para entender os *centennials*. “Os vínculos são mais instáveis, **o trabalho mais precário**, as trajetórias educativas mais intermitentes, e tudo isso se aprofunda com a pandemia.” (Jornal El país, 2020)

Apontando relatório da Organização Internacional do Trabalho, a reportagem destaca que 1 em cada 6 jovens perdeu o emprego durante a pandemia na América Latina, e metade deste grupo teve problemas relacionadas à saúde mental por conta deste episódio. Entre os jovens a maior preocupação é com a economia. A crise econômica histórica da América Latina e a própria crise do trabalho no contemporâneo agravadas pela pandemia tem um impacto particular sobre a Educação à medida que intensificam a dúvida sobre a premissa: qualificação-emprego. “Entre as coisas que cambaleiam devido à pandemia, está também a promessa de que a universidade levará a um futuro melhor.” Apesar de tudo, a valorização da ciência e o engajamento social contra as desigualdades, o machismo e as mudanças climáticas são apontadas como perspectivas reforçadas durante a crise.

Para finalizar, queremos salientar que muito desconhecemos sobre a realidade dos nossos estudantes, faltando-nos sobretudo diálogos para conhecer e reconhecer desejos, necessidades e invenções em relação à crise e ao futuro. Muitas iniciativas no âmbito do

instituto foram realizadas durante este período, mas os impactos das mesmas ainda não foram objetificados e reunidos. Sabemos de maneira geral que boa parte dos nossos alunos perdeu recursos financeiros em suas famílias e que podem estar em risco. Sabemos de maneira geral que parte de nossos estudantes perdeu entes queridos, que parte cuida de outras pessoas, que há um grupo de estudantes-trabalhadores que se encontra mais vulnerável neste momento. Sabemos de maneira geral o que nossos estudantes têm esperado de nós respostas e uma educação de qualidade. Mas como nós responderemos a este questionamento ainda está por ser construído.

#### **5. Educação, ciência e tecnologia em domicílio via ambiente virtual ou outras tecnologias num contexto de pandemia: aspectos da educação iffiana e da aprendizagem neste novo contexto.**

No último tópico buscamos explorar os impactos da suspensão do calendário letivo na vida de nossos estudantes, questão esta que não pode ser reduzida às respostas “está sendo bom”, “está sendo mal”. Ainda, muitos dos riscos relacionados à adoção de um regime excepcional de aprendizagem foram abordados quando falamos da experiência das escolas com a imposição do ensino remoto logo no início da quarentena. Nesta seção iremos então nos ater aos aspectos que restaram ser explorados quando se está por sistematizar uma rotina de atividades educativas-curriculares à distância em um período de crise.

O primeiro alerta a ser pensado diz respeito à natureza excludente de efetivar uma retomada das atividades curriculares em um momento de muita precariedade sem que sejam produzidos dados precisos sobre as realidades de alunos e professores. É fundamental atentarmos que a reabertura do calendário implica em não só restabelecer um direito, mas também em restabelecer deveres, já que as atividades de ensino são compulsórias.

O segundo alerta refere-se à necessidade de se produzir dados sobre a continuidade de um *certo* Instituto durante estes meses, um Instituto que a partir de seus territórios dialogou com seus estudantes, articulou-se e mobilizou-se enquanto comunidade e prol de seus compromissos coletivos. É fundamental reconhecemos a pluralidade, a complexidade e a efetividade destas ações no que se referem à proposta educativa ampliada deste Instituto. Estas devem ser experiências inspiradoras para nesta nova etapa, a fim de que não fiquemos presos sob a visão do que nos falta.

O terceiro alerta diz respeito ao destaque que as tecnologias da informação e o ambiente virtual têm tido na vida das pessoas e os riscos envolvidos na ampliação deste processo, sobretudo entre adolescentes.

### 5.1. A exclusão digital para além do acesso à tecnologia

A exclusão digital é múltipla e tem emergido como um campo de debate bastante disputado onde esta ora é vista como causa e ora como consequência da exclusão social. De uma maneira geral, os que a defendem como causa o tem feito em paralelo à defesa da expansão do acesso aos recursos digitais, uma expansão que é defendida inclusive pelo mercado. Os que a discutem como efeito da exclusão social, fazem-no sob a perspectiva das desigualdades estruturais.

“As políticas públicas podem aproveitar as novas tecnologias para melhorar as condições de vida da população e dos mais pobres, mas a luta contra a exclusão digital visa sobretudo encontrar caminhos que diminuam seu impacto negativo sobre a distribuição de riqueza e oportunidades. (Sorj, B e Guedes, L.E, 2005)

Em que pese as divergentes versões sobre o problema, a versão privilegiada aqui é a que discute causa e consequência como fatores que se interrelacionam.

“[A]lém de ser um veto cognitivo e um rompimento com a mais liberal das idéias de igualdade formal e de direito de oportunidade, a exclusão digital impede que se reduza a exclusão social, uma vez que as principais atividades econômicas, governamentais e de boa parte da produção cultural da sociedade vão migrando para a rede, sendo praticadas e divulgadas por meio da comunicação informacional. Estar fora da rede é ficar fora dos principais fluxos de informação. Desconhecer seus procedimentos básicos é amargar a nova ignorância”. (Silveira, 2001)

Neste sentido, chamamos a atenção para a necessidade de não reduzirmos a discussão da inclusão digital ao acesso a recursos tecnológicos.

a oposição entre acesso e não acesso é uma generalização razoável quando se trata de políticas públicas (...). Para aferir a exclusão digital, contudo, o número de proprietários de computador ou de pessoas com acesso à Internet é uma medida primitiva demais, já que vários outros fatores devem ser considerados: o tempo disponível e a qualidade do acesso afetam decisivamente o uso da Internet; as tecnologias da informação e comunicação (...) são muito dinâmicas e requerem constantes atualizações de hardwares, softwares e dos sistemas de acesso, que exigem um investimento regular por parte do usuário para não ficarem obsoletos; seu potencial de utilização depende da capacidade de leitura e interpretação da informação pelo usuário (no caso da Internet) e por sua rede social (no caso do *e-mail*). (Sorj e Guedes, 2005)

Com isto queremos dizer que, se a universalização de acesso será uma opção para a uniformização das condições básicas educacionais para os alunos frente ao ensino remoto,



devemos ter em mente que devemos “confrontar as complexidades associadas à apropriação efetiva das TICs pelos setores mais pobres da população.”

## 5.2. Alunos-trabalhadores e a iminente exclusão educacional

Frente à grande exclusão educacional perpetrada pela instituição escola no seu histórico no Brasil, a modalidade de ensino Educação de Jovens e Adultos, nossos cursos de Forma Inicial e Continuada e mesmo os cursos técnicos nas modalidades concomitante e subsequente são dispositivos importantes de combate à desigualdade e inclusão social. Sabemos, contudo, que estas são políticas muito exigentes que ainda ensejam um desafio muito particular mesmo na nossa realidade institucional.

A discussão que cabe alertar aqui é a migração destas políticas tão particulares para um ambiente de ensino remoto frente a duas questões referentes a este público: sua relação com a escola e sua relação com as tecnologias digitais. Sobre a primeira, cabe lembrar que esta é uma relação sensível, que requer muitos cuidados, já que a escola-padrão não foi preparada para este público e basicamente o expulsa de lá. A escola para estes alunos-trabalhadores tende a vigorar não como prioridade dada a sobreposição entre as dinâmicas de trabalho e estudo, as responsabilidades familiares dentre outros fatores. Como já discutimos anteriormente, tanto a pauperização das famílias como a intensificação das funções de cuidado com os familiares e a diminuição das redes de cuidado (creches e escolas) tende a atingir este público de maneira contundente, diminuindo muito suas chances de permanência.

Por outro lado, sabemos ainda que a alternativa tecnológica para a manutenção deste vínculo sensível entre escola e estudantes também precisa disparar interrogações. Sabe-se que este grupo tem mais restrições não só de disponibilidade de recursos tecnológicos como também em relação à própria interface com as TIC's., dificuldades ampliadas geralmente pelo fator idade, característica que acaba sobrepondo dois problemas já que a idade é também um fator que amplia as chances de evasão escolar.

O Prof. Dr. Gerson do Carmo, pesquisador da UENF e do Núcleo de Estudos sobre Acesso e Permanência na Educação (Nucleape) que tem refletido sistematicamente sobre a questão da permanência no IFF, a partir de estudos sobre o PROEJA afirma a necessidade de:

“facultar maior atenção às finas operações engenhadas pelos discentes e docentes do Proeja nos momentos em que são exigidos – entre acordos, conflitos, esforços, controvérsias, mal entendidos ou esclarecimentos – a fazer (des)fazer e (re)fazer o

comum de seus envolvimento múltiplos em torno dos processos de ensino-aprendizagem.” (Carmo, p. 139, 2019)

Em pesquisa realizada sobre um curso PROEJA do IFMT (COSTA, 2016), mas que pode inspirar reflexões por aqui, “desigualdades estão sendo criadas ou reproduzidas pelo programa, na medida em que se observa um menor acesso e permanência de mulheres e a prevalência de fixação de discentes com idade menor do que 31 (trinta e um) anos.” Apesar da autonomia ser um fator que a princípio favoreceria a inclusão deste público em um regime excepcional de aprendizagem remota, entendemos que a configuração do uso de TIC’s e do uso do espaço domiciliar para estudo são duas características que assomam de maneira preocupante para a exclusão destes alunos, sobretudo das alunas mulheres.

### 5.3. Pessoas com deficiência e as tecnologias assistivas

A mediação digital em todo o rol de TIC’s costumam ser vistos como aliados da inclusão social das pessoas com deficiência. No entanto, se pensamos a realidade escolar, é preciso refletir sobre como todo aparato de inclusão educacional - os dispositivos físicos e os relacionais podem ser transferidos para esse novo ambiente.

### 5.4. Ambiente virtual de aprendizagem

Entende-se que a modalidade de ensino preparada para um regime de aprendizagem à distância é a Ead, fruto de uma construção histórica. Cabe aqui apontarmos que esta discussão sobre a viabilidade de uma proposta formativa que contemple as relações entre aprendizagem-ensinagem, as TIC’s, o contexto precisa ser amplamente discutida, sobretudo em consideração aos seus aspectos **pedagógicos**. O privilégio da discussão pedagógica aqui vem amalgamar toda a discussão em relação à saúde, pois uma escola que não produz seu fim com qualidade é alienante e produtora de sofrimento.

Consideramos que, de fato, esta precisa ser o fio condutor da discussão uma vez que outro sintoma preocupante do contemporâneo é a exigência que se faz à escola de *dar conta de todas as problemáticas do mundo*, como nos alerta a filósofa negra Viviane Mosé sobre processos micropolíticos, mas alusão que podemos estender para pensar a relação da escola com outras políticas públicas também. Na tentativa de estender e complexificar a visão sobre os processos formativos e de responder à questão do que pode a escola, não podemos negligenciar nosso fim. Dizemos isso considerando, inclusive, que a perspectiva pedagógica

parece-nos por diversas vezes ser diminuída em nossa instituição: analisadores disso seriam o número reduzido de pedagogos nos campi e a não obrigatoriedade de formação em docência para a admissão em todos os concursos para docentes. Sem querer, portanto, reduzir esta discussão que deve ser interdisciplinar, intersetorial e com ampla participação dos estudantes, ateremo-nos a apontar alguns aspectos da aprendizagem que nos chamam à atenção neste momento.

Sabe-se que a aprendizagem está intrinsecamente associada à interação social, portanto, faz-se necessária atenção aos meios e ambientes de tecnologia virtual que possibilitem plena colaboração na construção do conhecimento. A percepção da interação com o outro não pode de forma alguma ser excluída desse processo, o ser humano é social em suas bases e, neste ambiente, tal qual no presencial, é importante que se fortaleçam os laços e conexões coletivas.

Dito de outro modo, é fundamental que o estudante sinta como relevante a presença do docente e de seus colegas em seu processo de aprendizagem. O grau de presença social, ou percepção de interação com o outro, vai predizer condições cruciais do processo de ensino e aprendizagem: impacta o grau de satisfação com o curso; permite sensação de maior aquisição de conhecimento, promove a permanência nos cursos e, portanto, diminui a evasão escolar; propicia melhores resultados em avaliações.

Importante ressaltar que o ambiente virtual possui características particulares que excluem certos elementos da linguagem corporal importantes na interação com o outro, tais como entonação de voz, olhar, postura, expressão facial e etc. A linguagem verbal e a corporal se complementam no sentido de transmitir a mensagem e, faz-se necessário pensar em estratégias e instrumentos para aumentar a interação social nas virtualidades não só em relação à quantidade, mas também à qualidade.

O ambiente virtual de aprendizagem constitui um misto entre a autoprodução de conhecimento e a colaboração na construção do mesmo, fundamental, pois, escolher os meios eletrônicos e virtuais mais adequados para atingir o equilíbrio entre estes dois âmbitos. Para além das ferramentas tecnológicas, é preciso refletir na maneira como a escola irá utilizá-la a fim de atingir o maior nível de interatividade social suficiente.

O caráter social na aprendizagem envolve o afeto, emoção e sensibilidade e é preciso ter clareza que a implementação de ensino em ambientes virtuais se coloca como um desafio para a escola, principalmente neste momento de pandemia, em que as condições

socioemocionais se encontram fragilizadas e cabe a todos pensar nestes aspectos tão fundamentais ao processo de ensino e aprendizagem, precisamos discutir maneiras para ampliar significativamente a humanização e diálogo neste contexto.

#### 5.5. A diversidade das ofertas educacionais como tecnologias sociais

Como último ponto, gostaríamos de olhar para a diversidade de ofertas formativas que compõem nossa instituição e toda a Rede Federal de Ensino e mesmo as políticas públicas em Educação (e suas interseções) no Brasil como tecnologias sociais. Isso revela que estas são produções inventivas de sujeitos coletivos em sua trajetória de transformação de sua dinâmica de vida e da dinâmica social. Neste sentido, correspondem às estratégias complexas engendradas por estes sujeitos na tentativa de responder aos desafios imponderáveis de seus tempos; são a performance do próprio processo de produção de vida contra a pulsão de morte de todo um sistema de aniquilação.

Por isso, não podemos sobretudo obliterar a complexidade destas respostas inventivas em nome da simplificação urgente de agendas que tem como premissa a produção de uma única resposta: o ensino remoto. Esta seria uma redução perversa, mesmo sob o alibi da proposição de um regime excepcional. Nossa educação se faz com Ensino, Pesquisa e Inovação, Extensão, Arte e Cultura, Esporte e Lazer, com NEABI's, NUGEDIS's, NAPNEE's, no Ensino Básico, no Ensino Superior, na EJA, com os valores de uma educação cidadã, crítica, reflexiva capaz de pensar sobre os próprios processos, com destaque especial para as Licenciaturas, e que tem o trabalho como categoria central de pensamento e em intensa relação com seu território. Entendemos que é subestimar, negligenciar ou reduzir qualquer uma destas invenções que dizem respeito à questão central da vida humana “como educar” é amputar o projeto de vida de todos os envolvidos e colocar em risco sua saúde mental. O fortalecimento dos projetos pedagógicos singulares e da atuação das equipes pedagógicas vai exatamente na direção do cuidado que precisamos.

#### 5.6. Saúde e segurança na era digital

Como um último ponto que responderia à uma política de saúde, o crescimento exponencial do uso de tecnologias digitais e das próprias culturas virtuais tem produzido novas formas de ser e estar no mundo. Os modos de organizar as relações privadas, os espaços públicos, passando pela educação e pelo trabalho ganham novos contornos, e são

apontadas por alguns como superficiais e fragmentadas, enquanto outros colocam a importância desse fenômeno para práticas libertárias e democráticas. Para Pierre Lévy (2008), as novas tecnologias da informação e comunicação abrem espaço para a liberdade de expressão, democratizam o acesso à informação, e funcionam como um instrumento de afirmação política dos sujeitos.

No âmbito deste trabalho, reconhecemos as mídias como uma tecnologia humana fundamental para o desenvolvimento social como um todo e afirma-se sua importância crucial para a superação deste momento no que tange ao que sua existência nos possibilita a manutenção dos vínculos relacionais e sociais, o acesso às informações, ao trabalho, a serviços, etc neste momento de quarentena. No entanto, gostaríamos de explorar mais adiante algumas implicações relacionadas à saúde e à segurança no que diz respeito ao uso de tecnologias digitais e ambiente virtual.

Em relação à saúde de adolescentes e crianças, a Sociedade Brasileira de Pediatria seguindo orientação da OMS recomenda que

“ o tempo de uso diário ou a duração total/dia do uso de tecnologia digital seja limitado e proporcional às idades e às etapas do desenvolvimento cerebral-mental-cognitivo-psicossocial das crianças e adolescentes.

No caso de adolescentes de 11 a 18 anos, é necessário limitar o tempo de exposição à tela, como assistir televisão, utilizar o computador, jogar videogame, conversar com os amigos ou similares entre 2 a 3 horas por dia, alertando que o uso da internet deve ser supervisionado pelos responsáveis, não devendo os adolescentes “ficarem isolados nos seus quartos ou ultrapassar suas horas saudáveis de sono às noites (8-9 horas/noite/fases de garantem seu crescimento e desenvolvimento cerebral e mental)”. É necessário ainda em contrapartida estimular à atividade física diária por uma hora já que o tempo de exposição à tela é considerado em vários estudos um fator de exposição ao comportamento sedentário (Comportamento sedentário associado ao tempo de exposição à tela - CSTT) para adolescentes que passam tempo maior ou igual a duas horas em exposição.

Vale destacar que apesar das inúmeras vantagens apresentadas através do uso de tecnologias digitais, o uso sistemático do ambiente virtual envolve uma complexidade de fatores que preocupam especificamente no caso destes grupos vulneráveis:

A tecnologia influencia comportamentos através do mundo digital, modificando hábitos desde a infância, que podem causar prejuízos e danos à saúde. O uso precoce e de longa duração de jogos online, redes sociais ou diversos aplicativos com filmes e vídeos na Internet pode causar dificuldades de socialização e conexão com outras pessoas e dificuldades escolares; a dependência ou o uso problemático e interativo

das mídias causa problemas mentais, aumento da ansiedade, violência, cyberbullying, transtornos de sono e alimentação, sedentarismo, problemas auditivos por uso de headphones, problemas visuais, problemas posturais e lesões de esforço repetitivo (LER); problemas que envolvem a sexualidade, como maior vulnerabilidade ao grooming e sexting, incluindo pornografia, acesso facilitado às redes de pedofilia e exploração sexual online; compra e uso de drogas, pensamentos ou gestos de autoagressão e suicídio; além das “brincadeiras” ou “desafios” online que podem ocasionar consequências graves e até o coma por anóxia cerebral ou morte. (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2016, p.2)

Estão claras a urgência do debate e a amplitude dos riscos envolvidos, especialmente para o desenvolvimento de transtornos de saúde mental e problemas comportamentais, que hoje têm inclusive classificação nosológica como dependência digital.

Em suma, aspectos que envolvem à saúde e à segurança de jovens e adolescentes não podem ser ignorados ou negligenciados quanto ao marco sociocultural no qual se inserem especialmente quando tratamos da implantação da ensino remoto na Educação Básica. Uma Política Integrada de Saúde ancorada nas reflexões do lugar do corpo nos processos educativos e de trabalho no contemporâneo, que fortalecesse programas de combate ao sedentarismo, seria de suma importância para este momento, já que sabemos que a prática de atividade física é também um fator essencial para a promoção da saúde mental.

## **6. A crise e seus aprendizados:**

Sem nenhuma perspectiva de romantizar este momento crítico desastroso que vivemos, precisamos nos dispor aprender com esta crise. Isto envolve reconhecer os aprendizados até aqui - tudo o que foi inventado e reinventado nas tentativas de recriar o Instituto durante estes meses, as questões e os diagnósticos que emergiram - e colocar insistentemente a pergunta “Como continuamos a aprender com a crise?”. Nesta linha, uma pergunta central, profundamente reflexiva e filosófica, diríamos até A Pergunta, se destaca em meio a tantas perguntas-respostas-padrão: Qual o papel do Instituto no mundo pré/em/pós-pandemia (papel da educação como promotora de saúde)?

*“Que Educação queremos e como ela cria o mundo que queremos na/pós-pandemia?”*

A esta pergunta este grupo responde com as seguintes proposições:

- Um Instituto como um espaço de promoção de saúde mental e permanência;

- Um Instituto no qual todos se reconheçam e tenham reconhecidos os seus Direitos.
- Um Instituto resiliente e disposto a desenvolver resiliência: que entenda que há crises, impotências, sofrimentos, doenças, tristezas, frustrações, fracassos que fazem parte da vida e que, tem situações que exigem, mais do que a ação contundente, a espera, o recolhimento e o acolhimento. Isto é:
  - Um Instituto disponível a explorar os aprendizados que advêm da situação de crise;
  - Um Instituto disponível para explorar o momento de aproximação de alunos e profissionais.

## **7. Questões norteadoras da proposição dos parâmetros: do enfrentamento aos riscos à produção de melhores possibilidades de vida**

Aqui apontaremos algumas questões que nortearam nossa proposta de parâmetros para a prevenção, proteção e promoção de saúde mental no Instituto. São elas:

- ★ Como podemos reconhecer nossos sujeitos para reconhecer nossos recursos frente à vida?
- ★ Como podemos dar lugar ao olhar do aluno para seu processo escolar, como parte do seu processo de vida?
- ★ Como podemos ampliar a lógica de cuidado e fortalecer a lógica comunitária que nos forma enquanto agrupamento humano, com corpo, história e território, que conflui em sonhos e partilha responsabilidades?
- ★ Como seguimos sim, mas respeitando ritmos e temporalidades?
- ★ Como seguimos sim, mas sem retrocessos - nenhum sujeito e nenhum direitos a menos?
- ★ Como cuidamos sem esquecer de quem cuida: pensando os processos de trabalho e a atenção psicossocial aos profissionais (o trabalho como promotor de saúde)?
- ★ Como aprendemos com a crise: Qual o papel da escola no mundo pré/na/pós-pandemia (papel da educação como promotora de saúde)?

## 8. Parâmetros de segurança socioemocional e de promoção da saúde mental relacionados à gestão da crise Covid-19 no âmbito das atividades do Instituto Federal Fluminense

Os parâmetros que agora apresentaremos estão direcionados à promoção da saúde mental e orientados, portanto, à produção da segurança também na ordem subjetiva. Como já pudemos explorar através da análise dos impactos e das questões orientadoras, sua proposta se alicerça: (a) no aumento da confiança institucional, (b) na garantia dos direitos à saúde, à educação e ao trabalho; (c) e na melhora do ambiente psicossocial da escola - i.e, no aumento dos vínculos empáticos e solidários, no respeito à dignidade e à diversidade dos sujeitos, no combate à toda forma de opressão, exclusão ou discriminação, na valorização da autonomia individual e coletiva dos sujeitos desta Instituição, alunos ou trabalhadores. Relembramos que os processos educativos e de trabalho construídos a partir de bons condicionantes e centrados nos sujeitos (i.e. em seus projetos singulares de vida) são excelentes promotores de saúde.

Apresentamos a seguir uma lista de parâmetros que devem servir de orientação para a construção e a avaliação de propostas ligadas ao planejamento das atividades regulares de trabalho e educativas durante a pandemia.

1. Decisão de retomada do calendário escolar e/ou retorno às atividades presenciais:
  - Clareza e transparência ampliada (ampla divulgação acessível) dos **critérios** técnicos bem como dos **condicionantes** (Plano de retorno) que venham subsidiar a decisão de retomada do calendário escolar.
  - Um dos critérios centrais para a decisão do retorno às atividades presenciais está ligado às condições de biossegurança nos territórios, lembrando que estudantes e trabalhadores se deslocam por um espectro significativo do território nacional.
  - Pactuação comunitária deste momento a partir de tentativas de avaliar e ouvir a comunidade em suas necessidades e soluções para a construção deste retorno.
  - É preciso lembrar que vivemos um momento de ampla crise institucional no Brasil, em que os governos, por inúmeras razões, têm falhado em oferecer soluções para o enfrentamento da crise, fragilizando assim os vínculos das pessoas com as instituições. Não ampliar as medidas que visam garantir a confiança institucional (não basta que as pessoas estejam seguras, elas precisam se sentir acolhidas, ouvidas e



incluídas) é arriscar um aumento das resistências que podem se traduzir na dificuldade de implementar um plano de retorno eficiente que depende amplamente do engajamento da comunidade na sua execução (pela própria natureza das estratégias de controle de risco), em um aumento do sofrimento e dos adoecimentos psíquicos (quando as pessoas decidirão seguir mais porque se sentem sem opção do que por que concordam com as regras), da evasão (o que feriria o direito do aluno) e no risco inclusive de ter trabalhadores se exonerando ou pedindo demissão (o que feriria um direito dos trabalhadores). A defesa da autonomia dos sujeitos, de sua participação nos processos decisórios e do seu direito ao controle social não é um recurso de luxo, senão a própria condição da promoção de saúde (mental).

- A confiança institucional é ampliada também quando há uma boa estratégia de vigilância em saúde operando na instituição, a publicização de dados e o fomento à implementação de estratégias de controle social.
- Além disso, ações de planejamento consolidadas que atendam à complexidade do cenário que vivemos (altamente mutável), apoiadas em nossa **autonomia institucional**, que permitam uma reorientação imediata de caminhos do Instituto frente a uma necessidade urgente também ampliam esta confiança. Em suma, nossa autonomia frente a fatores externos também é condição *sine qua non* à nossa saúde.

## 2. Efetividade das medidas de biossegurança num possível retorno presencial:

- Distanciamento social, higienização de mãos e objetos e uso de máscaras: as principais medidas das quais dispomos hoje para promover a segurança da comunidade escolar contra a Covid-19 são baseadas no comportamento dos sujeitos. Assim, negligenciar ou subestimar o papel dos aspectos subjetivos na gestão desta crise, mais do que deixar de produzir saúde mental, é assumir o risco de colocar todo o planejamento a perder. Isto é, para o plano dar certo, os sujeitos precisam confiar no plano e segui-lo.

## 3. Organização pela diversidade e contra a exclusão

- O plano deve diferir suas ações e responsabilidades nos três níveis: gestão, trabalhadores e usuários. A partir da clareza sobre estes vínculos estruturais com a

instituição, deve ainda diferir entre servidores efetivos e servidores terceirizados. Bem como no vínculo usuário, entre estudantes e público externo.

- As ações propostas no Plano devem guardar ampla capacidade de se adaptar à realidade das unidades do Instituto. Quanto mais plural e singular, mais efetivo.
- As ações propostas devem corresponder às políticas institucionais especialmente às que versam sobre a Saúde (dos discentes e Saúde do Trabalhador) e sobre Permanência. Tais políticas devem ser pensadas de maneira interdisciplinar e intersetorial, bem como serem construídas junto a toda a comunidade escolar.
- Atenção às pessoas nos grupos de risco.
- Atenção à discentes e trabalhadores impactados diretamente pela doença.
- Atenção ao aumento de discentes em vulnerabilidade socioeconômica.
- Atenção às pessoas com necessidades especiais e específicas de aprendizagem.
- Atenção à diversidade de formas de trabalho (rotina, funções), e às diferentes condições de trabalho a partir do trabalho domiciliar.
- Atenção à pluralidade fecunda das atividades educativas: ensino, pesquisa, extensão, arte e cultura e esporte. Fortalecimento da nossa proposta pedagógica singular e das equipes pedagógicas.

#### 4. Organização pelos processos de trabalho

- Para o plano ser efetivo e confiável, um eixo articulador além da gestão serão os processos de trabalho. Sabe-se que a organização do trabalho é importante porque será através dos trabalhadores que boa parte das medidas ganhará vida. Mas também porque os trabalhadores respondem a uma parte significativa da população escolar. E, portanto, também reconhecemos o trabalho como promotor de saúde para esta parcela da comunidade. Riscos de se ignorar o trabalho como um analisador institucional: o ônus das políticas (falhas) recai sobre os trabalhadores.
- É preciso construir novas condições e uma reorganização do trabalho orientadas pela nova realidade. Rotinas, tarefas, funções, tempo, produtividade (reestruturação produtiva), recursos, formação, número de funcionários (dimensionamento da força de trabalho), etc que consigam garantir as boas condições e a autonomia dos trabalhadores na execução de suas funções. Riscos de se ignorar institucionalmente a

demanda de tempo/esforço nos processos de reorganização: ônus para o trabalhador na forma de sobrecarga.

- Se o trabalho demanda uma reestruturação, é preciso um foco especial na participação dos trabalhadores neste processo e na garantia da formação continuada. Riscos da subprescrição do trabalho e da diminuição da autonomia dos trabalhadores que colocam em xeque sua produção de saúde.
- Recomposição das equipes de gestão do trabalho e de saúde do trabalhador para ganharem um caráter interdisciplinar com a participação de psicólogos, assistentes sociais, pedagogos, enfermeiros, médicos do trabalho, engenheiros de segurança, técnicos, etc.
- Atenção aos processos de trabalho organizados de maneira remota via tecnologia e em domicílio. Estes estabelecem outras condições e outra organização de trabalho com diferentes impactos na saúde.
- Atenção especificamente aos servidores terceirizados que já dispõe de um vínculo de trabalho precarizado. É preciso criar dispositivos rigorosos para a fiscalização das condições de trabalho destes agentes. Risco de reproduzir a violência de classe, racismo e também sexismo pela precarização da saúde dos trabalhadores.
- Atenção aos trabalhadores em grupos de risco.
- Atenção às condições de trabalho das mulheres e dos cuidadores, de maneira geral, que sofrem com o aumento das estratégias de cuidado, do trabalho doméstico ligado à prevenção da Covid-19 e com o regime domiciliar de trabalho. Riscos de agudizar as estruturas sexistas no trabalho.
- É preciso abrir espaços nas rotinas de trabalho para a ampliação dos processos cooperativos, solidários, de reflexão coletiva, acolhimento e co-construção de soluções. (Ampliação das possibilidades.)

##### 5. Organização tendo em vista os processos educativos - atividade fim

- O projeto educacional dos institutos federais é resultado de um amplo processo de idealização, construção e pactuação da sociedade brasileira, implementado pelo estado e sustentado pelos mais diversos atores de sua comunidade interna e externa na sua feitura e refeitura no cotidiano dos *campi*. Este projeto se complexifica a cada dia para cada vez mais atender aos seus desígnios. Frente aos desafios desta crise e a lógica,

não podemos prescindir de buscar reatualizar esta complexidade sob a pena de ferirmos nossos princípios fundamentais atualizando uma escola excludente, não comprometida com o desenvolvimento integral dos sujeitos, não orientada pelo trabalho, etc. A pluralidade, o detalhamento, a riqueza e a identidade desta instituição são fatores preponderantes da permanência de estudantes e da promoção de saúde de estudantes e trabalhadores.

- Soluções orientadas para a diversidade de atividades educativas: ensino (práticas e teóricas), extensão, arte e cultura, pesquisa, etc.
- Soluções orientadas pela diversidade de políticas de atenção ao estudante e ao trabalhador;
- Soluções orientadas pela diversidade dos cursos e como estes cursos ocupam os espaços escolares e o espaço social.
- Soluções orientadas às políticas transversais de inclusão como o Proeja e o Programa de Acessibilidade Educacional.

#### 6. Gestão da crise nos territórios

- Comitês organizados localmente, subsidiados por diretrizes claras e objetivas, instrumentalizados por métodos de ação, avaliação e planejamento, com condições prioritárias de trabalho, formados a partir da diversidade dos atores dos *campi* são condições essenciais para a promoção de saúde à medida em que aumenta a autonomia dos sujeitos coletivos para produzir respostas inventivas e afinadas com a sua realidade.

#### 7. Acesso à informação

- Materiais claros, adequados, transparentes e acessíveis sobre os processos institucionais que possibilitem aos atores gerirem seus vínculos com a instituição de modo mais autônoma. O controle emocional dos atores depende em boa medida do acesso à informação que passo fundamental para a tomada de decisão sobre suas vidas.
- A política de informação clara, adequada, transparente impacta também na participação dos atores no funcionamento institucional, o que promove o pertencimento e fortalece o sentido de comunidade.

## 8. Enfrentando o trauma coletivo: Acolhimento ampliado

- Ações que visem promover o aumento dos vínculos empáticos e solidários no retorno à crise. Exemplo: Programa de acolhimento dos alunos; Programa de acolhimento dos servidores.
- Oferta de ações em Educação em Saúde com foco na Formação de Trabalhadores para preparar servidores para as funções de cuidado emocional consigo, com os colegas e com os alunos.
- Oferta de ações em Educação em Saúde para os discentes e familiares.
- Diminuição das atividades curriculares para dar espaço ao trabalho socioemocional (de reconstrução dos vínculos entre os atores, de trabalho do trauma coletivo, etc).
- Estruturação de um retorno paulatino e inventivo à rotina, com espaço e recursos para o redesenho de caminhos.
- Atenção em saúde mental de casos críticos a partir de protocolos e amparo da rede de saúde.
- Atenção em saúde mental com grupos de acolhimento.
- Articulação e divulgação das atividades de atenção em saúde mental no Instituto.

## 9. Educação em saúde

- Ampla divulgação de formas de prevenção e promoção de saúde.
- Ações de sistemática de Educação em Saúde com as equipes técnicas para promover a reflexão e a orientação sobre as questões e desafios cotidianos.
- Foco em ampliar estratégias para lidar com as dificuldades socioemocionais decorrentes da pandemia.

### **Ações imediatas**

- Efetivar a inclusão de grupos organizados de estudantes (DCE's) e de trabalhadores (Sindicatos) e ainda dos coletivos temáticos - gênero e sexualidade (NUGEDIS's), relações étnico-raciais (NEABI's), pessoas com deficiência (NAPNEE) - nos comitês gestores da crise;

- Criação de uma força tarefa para mediar e facilitar a construção de uma política de saúde (integral e integrada) para o enfrentamento da crise e em sequência;
- Criação de uma Câmara Técnica de Saúde;
- Criação de Fórum Permanente de Saúde que integre saberes técnico-científico e saberes vivenciais;
- Recomposição das equipes multiprofissionais de saúde dos *campi*, as quais deverão inclusive auxiliar nas ações de planejamento estratégico;
- Pesquisa-ação (pesquisa baseada em metodologia participativa) de avaliação da situação de saúde de discentes e servidores;

## Considerações finais

O cuidado na cultura ocidental, eurocêntrica, elitista e sexista foi subalternizado, remetido à esfera privada, legado à responsabilidade das mulheres. Nestes documento, procuramos afirmar que o cuidado precisa ser reconhecido em sua dimensão de centralidade na vida humana; isto significa enfrentar a lógica hegemônica da invisibilização, da pessoalização/privatização, da generificação e da racialização do cuidado. Mais do que morais sobre o cuidado, precisamos de uma *ética do cuidado*, discutida e pactuada coletivamente, com a construção de um compromisso que se expresse em políticas públicas e, neste caso, institucionais.

Este documento, ao atentar para pontos importantes a serem cuidados e apontar parâmetros básicos de coletivização, visa condensar parte desta ação provocativa que é mote de muita reflexão em nossa comunidade escolar. Faz-se necessária a continuidade desta discussão com a necessária construção de projetos que descrevam e dividam responsabilidades. Como especialistas, afirmamos reiteradamente que precisamos retirar o cuidado da esfera dos especialismos (que em boa medida continua a atender à divisão sexual do trabalho) e, sobretudo, combater práticas que o remetam ao voluntarismo. Não podemos mais seguir encarando como uma “opção/dever pessoal” (individualização) o engajamento com estas práticas. “Indivíduos” não transformam realidades. Precisamos de estratégias de gestão, diretrizes, políticas, programas, que sustentem o cuidado enquanto ética coletiva, enfrentem os impasses históricos e dêem condições aos sujeitos sociais de continuarem transformando nossa realidade. Ademais, as políticas de cuidado têm de deixar o lugar subalterno que ocupam na ordem do dia, como ações de remendo, passando a ser prioridade; isso significa eminentemente criar políticas e processos de trabalho que transformem a cultura institucional. A Saúde tem se especializado não só em criar parâmetros para promover saúde, mas em disparar e acompanhar processos de coletivização, tendo em suas mãos uma diversidade de dispositivos metodológicos sem os quais tudo o que narramos aqui tornar-se inexecutável.

Neste sentido, a Política Nacional de Humanização, criada por psicólogos institucionalistas no âmbito do Sistema Único de Saúde, pode ser um marco inspirador no que aponta a indissociabilidade entre as práticas de atenção à saúde e as práticas de gestão. A PNH aponta para a organização do cuidado tendo em vista: A) as práticas de gestão (o

planejamento das políticas e programas de educação e de trabalho) e o fortalecimento da descentralização e da participação/controle social; B) a instrumentalização, a formação dos trabalhadores para o cuidado, bem como o cuidado dos cuidadores (valorização do trabalhador, defesa dos direitos e autocuidado); C) o autocuidado dos usuários, o cuidado centrado nas singularidades e a defesa de seus direitos, isto é, seu protagonismo na promoção de saúde; D) o fortalecimento dos vínculos comunitários centrados no diálogo e nas trocas solidárias.

A psicologia como campo de atuação tem capacitação para trabalhar em todas estas frentes, no entanto, enquanto grupo de trabalho temos limitantes: estamos sobrecarregados e estamos desgastados pela função de escuta muitas vezes solitária de um sofrimento cuja origem é institucional, mas sobre o qual não temos qualquer domínio, como a exemplo das queixas relacionadas aos processos de trabalho. Reapresentamos aqui a demanda de ampliar a inserção de psicólogos no Instituto para que a psicologia esteja contribuindo não só através da atuação de psicólogos escolares e educacionais no acompanhamento da Assistência Estudantil, como também atuando frente à diversidade de políticas formativas que apontamos e, sobretudo, na discussão de políticas de Saúde do Trabalhador como psicólogos Organizacionais e do Trabalho. O fortalecimento deste último campo demanda não só psicólogos, mas outros profissionais de saúde. Sem esta recomposição de força de trabalho, esforços como estes de rastreio e problematização são tornados ineficientes e reforçam para os trabalhadores a certeza de que há poucas possibilidades de mudança.

Para finalizar, destacamos o que achamos de suma importância neste momento e nos momentos vindouros:

É preciso criar estratégias de cuidado aos servidores e alunos. Não só cuidados para o não contágio pelo vírus. Em igual importância, deve-se cuidar de seus servidores e alunos para que não haja piora no quadro emocional, adoecimento, evasão e mesmo demissão. Atenção especial aos alunos admitidos segundo as políticas afirmativas e aos servidores terceirizados, às pessoas com deficiência e/ou em outras condições precárias de saúde, aos estudantes-trabalhadores (especialmente os do Proeja, dos FIC e dos concomitantes) que sofrem mais acentuadamente devido às desigualdades estruturais, racistas e capacitistas, e que seguem mais invisibilizados neste momento. Lembremo-nos que não bastam práticas não-discriminatórias, mas que é preciso construir prática anti-discriminatórias para combater estas heranças.



A instituição precisa ter plano bem estruturado durante e pós-pandemia, que deve partir do reconhecimento dos sujeitos e das suas ações, incluir estratégias solidárias, fomentando que a comunidade mais afastada possa trazer suas ideias de enfrentamento (pertencimento), saindo do adoecimento, do trauma, e focando em criatividade e cuidado. Esse cuidado é amplo: saúde física, emocional, cognitiva e social. Precisamos mais que nunca de uma Política Integrada de Saúde (interdisciplinar e intersetorial) e da ampliação das políticas de permanência, construídas através de ampla participação social, através do fortalecimento dos coletivos organizados.

A ação mais importante no momento é uma comunicação adequada (clara, transparente e acessível) sobre o que é esperado nesses momentos e, no caso da instituição escolar, é manter a comunicação com seus alunos e servidores, esclarecendo os processos em curso, fomentando a participação na reflexão e nas decisões tomadas pela instituição.

E, neste sentido, cabe ressaltar a comunicação e a informação adequada como um importante instrumento de estabilização emocional das pessoas na instituição, visto que promove a saúde mental na primeira base de intervenção, possibilitando um maior entendimento do cenário presente, permitindo sensações de pertencimento coletivo, percepção de maior controle e, portanto, direcionamento de ações mais eficazes e saudáveis, ajustes de protocolos de biossegurança, facilita o manejo do estresse e ansiedade e etc.

Além disso, a informação adequada é educativa, atenuando os impactos das notícias falsas, as famosas “fake news”, tão propagadas atualmente via mídias sociais e que podem gerar mais malefícios à saúde das pessoas, constituindo, portanto, excelente dispositivo de promoção de saúde.

As ações devem ser concretas, claras, alcançando as diferentes comunidades pertencentes à instituição, que deve fazer um levantamento dos grupos mais vulneráveis. A escola deve mapear e monitorar seus alunos e servidores para saber quais foram vítimas da Covid-19 ou tiveram casos na família, além de avaliar o estado emocional geral.

Os professores também devem ser capacitados a terem uma escuta qualificada e atenta de seus alunos, percebendo àqueles que estão mais fragilizados para inseri-los em um contexto de cuidado maior. A equipe técnica também deverá ser capacitada para perceber aqueles colegas de trabalho que estejam apresentando sentimentos que estão atrapalhando o desempenho das suas atividades diárias (sinal de alerta para sofrimento psíquico).

Lembrando que não é diagnosticar ou tratar como doença, mas apontar a necessidade de um acolhimento diferenciado a essas pessoas.

Em uma possível retomada das atividades curriculares, é esperado que alunos e servidores voltem às suas atividades com atenção diminuída. Por isso, as atividades promovidas durante um bom tempo devem dar lugar à escuta e troca de experiências e não uma corrida por “colocar a matéria em dia” ou por uma grande produtividade. O retorno ao material didático deve ser lento e objetivando trazer o aluno novamente à sala de aula, e não pensando em efetivar avaliações.

Sobretudo, é preciso refletirmos o que significa devolver o Instituto aos trilhos. Retomar ou seguir precisa ser do projeto de inclusão e de democratização da Educação, da Saúde e do Trabalho.

## Referências

ANDES. **Saúde Mental também requer atenção em tempos de Covid-19**. Reportagem do dia 14/04/2020. Disponível em: <https://www.andes.org.br/conteudos/noticia>. Acesso em: 10/06/2020.

Associação dos Estudantes Secundaristas do Estado do Rio de Janeiro. **Dossiê sobre o Ensino à Distância na Rede Pública Estadual do Rio de Janeiro**. Maio de 2020.

BENVENUTI, M. F. L.; OLIVEIRA, T. P.; LYLE, L. A. G.; **Afeto e comportamento social no planejamento do ensino: a importância das consequências do comportamento**. Psicol. USP vol.28 no.3 São Paulo Sept./Dec. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-656420160135>. Acesso em: 14/06/2020.

BRASIL, MEC. **Lei de Diretrizes e Bases** - Lei nº 9394/96, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da Educação Nacional. Brasília. MEC, 1996.

BRASIL, MEC, **Base Nacional Comum Curricular – BNCC**, versão aprovada pelo CNE, novembro de 2017. Disponível em: [http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC\\_EI\\_EF\\_110518\\_-versaofinal\\_site.pdf](http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_-versaofinal_site.pdf). Acesso em: 03/06/2020.

BORSOI, I. C. F. **Trabalho e produtivismo: saúde e modo de vida de docentes de instituições públicas de Ensino Superior**. Cad. Psicol. Soc. Trab. vol.15 no.1 São Paulo jun. 2012. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-37172012000100007](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-37172012000100007). Acesso em: 10/06/2020.

CARMO, G. T. **A Invenção de um “Endoscópio Socioacadêmico” para Observar o Cotidiano da Sala de Aula: Uma Experiência Coletiva de Feição Pragmática é Viável?** Interdisciplinary Scientific Journal v.6, n.1, p.138-159, Jan-Mar, 2019.

CONJUVE (Conselho Nacional de Juventude). **Juventudes e a pandemia do coronavírus**, 2020. Disponível em:  
[https://4fa1d1bc-0675-4684-8ee9-031db9be0aab.filesusr.com/ugd/f0d618\\_41b201dbab994b44b00aabca41f971bb.pdf](https://4fa1d1bc-0675-4684-8ee9-031db9be0aab.filesusr.com/ugd/f0d618_41b201dbab994b44b00aabca41f971bb.pdf)

COELHO, W. G.; TEDESCO, P. C. C. A. R. **A percepção do outro no ambiente virtual de aprendizagem: presença social e suas implicações para Educação à Distância**. Rev. Bras. Educ. vol.22 no.70 Rio de Janeiro July/Sept. 2017.  
<https://doi.org/10.1590/s1413-24782017227031>. Acesso em: 14/06/2020.

COSTA, J. V. **Evasão no PROEJA: um estudo de diagnóstico no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso – Campus Cuiabá (2007-2015)**. Dissertação de Mestrado. UFPE, 2016. Disponível em:  
<https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/18607>. Acesso em: 02/08/2020.

DA SILVA, G. E.. **Teletrabalho: nova configuração de trabalho flexível e possíveis efeitos à subjetividade e saúde mental dos teletrabalhadores**. Revista Espaço Acadêmica, nº 209, out/2018. Disponível em:  
<http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/44709>. Acesso em: 22/07/2020.

DIEHL, L; MARIN. A. H. **Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura**. Est. Inter. Psicol. vol.7 no.2 Londrina dez. 2016. Disponível em:  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2236-64072016000200005](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072016000200005). Acesso em: 20/06/2020.

DESAFIOS DA EDUCAÇÃO. **Prática docente: 30 depoimentos sobre como a escola foi recebida em casa**. Reportagem do dia 30/05/2020. Disponível em:  
<https://desafiosdaeducacao.grupo.com.br/depoimentos-sobre-escola-em-casa/>. Acesso em: 25/06/2020.

FERREIRA, Lola. **Pesquisa da Gênero e Número e da Sempreviva Organização Feminista revela como pandemia acentuou desigualdades em trabalhos de cuidado**. Reportagem publicada em 30/07/2020. Disponível em:  
<https://www.cartacapital.com.br/saude/metade-das-mulheres-brasileiras-passou-a-cuidar-de-alguem-durante-a-pandemia/>. Acesso em: 31/07/2020

FIGUEIREDO, B. O.; OLIVEIRA, T. C. . **Absenteísmo de servidores por licenças em saúde em uma instituição de ensino pública federal**. In: IV Congresso de Ensino, Pesquisa e Extensão (CONEPE): conhecimento, escolhas e transformação, 2017, Campos dos Goytacazes. CONEPE 2017: IV Congresso de Ensino, Pesquisa e Extensão. Campos dos Goytacazes-RJ: Essentia Editora, 2017.

FIGUEIREDO, B. O.; SILVA, L. S.; MOREIRA, T. R. **Transtornos mentais e comportamentais em trabalhadores da educação: perfil dos afastamentos de saúde na rede pública de ensino**. 2020 (no prelo)

FIOCRUZ. **Cartilha de Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19 – Cuidados Paliativos – Orientações aos Profissionais de Saúde**. Disponível em:  
<https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/Sa%cc3%bade-e-Mental-e->

[Aten%C3%A7%C3%A3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-cuidados-paliativos-orienta%C3%A7%C3%B5es-aos-profissionais-de-sa%C3%bade.pdf](https://www.fiocruzbrasil.org.br/wp-content/uploads/2020/04/Saude-Mental-e-Atencao-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-cuidados-paliativos-orientacoes-aos-profissionais-de-saude.pdf). Acesso em: 22/06/2020.

**FIOCRUZ. Cartilha de Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19 – Recomendações Para Gestores.** Disponível em: <https://www.fiocruzbrasil.org.br/wp-content/uploads/2020/04/Saude-Mental-e-Atencao-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomendacoes-aos-gestores.pdf>. Acesso em: 25/06/2020.

**FIOCRUZ. Cartilha de Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19 – Recomendações aos Trabalhadores e Cuidadores de Idosos** Disponível em: [https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod\\_folder/content/0/cartilha\\_idoso.pdf?forcedownload=1](https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod_folder/content/0/cartilha_idoso.pdf?forcedownload=1). Acesso em: 25/06/2020.

**FIOCRUZ. Cartilha de Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19 – Processo de luto no Contexto da Covid-19.** Disponível em: [https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod\\_folder/content/0/cartilha\\_luto.pdf?forcedownload=1](https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod_folder/content/0/cartilha_luto.pdf?forcedownload=1). Acesso em: 20/06/2020.

**FIOCRUZ. Cartilha de Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19 – A Quarentena na Covid-19: Orientações e Estratégias de Cuidado.** Disponível em: [https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod\\_folder/content/0/cartilha\\_quarentena.pdf?forcedownload=1](https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod_folder/content/0/cartilha_quarentena.pdf?forcedownload=1). Acesso em: 23/06/2020.

**FIOCRUZ. Cartilha de Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19 – Recomendações Gerais.** Disponível em: <https://www.fiocruzbrasil.org.br/wp-content/uploads/2020/04/Saude-Mental-e-Atencao-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomendacoes-gerais.pdf>. Acesso em: 23/06/2020.

**FIOCRUZ. Cartilha de Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19 – Recomendações aos Psicólogos Para Atendimento Online.** Disponível em: [https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod\\_folder/content/0/cartilha\\_recomendacoes-aos-psicologos-para-atendimento-online.pdf?forcedownload=1](https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod_folder/content/0/cartilha_recomendacoes-aos-psicologos-para-atendimento-online.pdf?forcedownload=1). Acesso em: 25/06/2020.

**FIOCRUZ. Cartilha de Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19 – Suicídio na Pandemia Covid-19.** Disponível em: [https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod\\_folder/content/0/cartilha\\_suicidio.pdf?forcedownload=1](https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod_folder/content/0/cartilha_suicidio.pdf?forcedownload=1). Acesso em: 25/06/2020.

**FIOCRUZ. Cartilha de Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19 – Orientações aos Trabalhadores dos Serviços de Saúde.** Disponível em: [https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod\\_folder/content/0/cartilha\\_trabalhadores\\_saude.pdf?forcedownload=1](https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod_folder/content/0/cartilha_trabalhadores_saude.pdf?forcedownload=1). Acesso em: 23/06/2020.

**FIOCRUZ. Cartilha de Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19 – Violência Doméstica e Familiar na Covid-19.** Disponível em: [https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod\\_folder/content/0/cartilha\\_violencia.pdf?forcedownload=1](https://efg.brasilia.fiocruz.br/ava/pluginfile.php/73400/mod_folder/content/0/cartilha_violencia.pdf?forcedownload=1). Acesso em: 22/06/2020.

IASC, 2020. **Guia Preliminar: Como Lidar com os aspectos psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de Covid-19.** Versão 1.5 Março 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/documents/interim-briefing-note-addressing-mental-health-and-psychosocial-aspects-covid-19-outbreak>. Acesso em: 15/06/2020.

INSTITUTO PENÍNSULA. **Em quarentena: 83% dos professores ainda se sentem despreparados para ensino virtual.** Reportagem do dia 27/05/2020. Disponível em: <https://www.institutopeninsula.org.br/em-quarentena-83-dos-professores-ainda-se-sentem-despreparados-para-ensino-virtual-2/>. Acesso em: 17/06/2020.

GANDRA, A. **Pesquisa aponta que 28% dos jovens não voltarão às aulas após pandemia.** Agência Brasil. 2020. Reportagem de 23/06/2020 <https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2020-06/pesquisa-aponta-que-28-dos-jovens-nao-voltarao-aulas-apos-pandemia>. Acesso em: 10/07/2020.

GÊNERO E NÚMERO & SEMPREVIVA ORGANIZAÇÃO FEMINISTA. **Sem parar: o trabalho e a vida das mulheres na pandemia.** Julho/2020. Disponível em: <http://mulheresnapandemia.sof.org.br/>. Acesso em 02/08/2020.

GÊNERO E NÚMERO. **Metade das mulheres passou a cuidar de alguém na pandemia.** Reportagem do dia 30 de julho de 2020. Disponível em [http://www.generonumero.media/metade-mulheres-passou-cuidar-pandemia/?fbclid=IwAR3cSMsrH52UtT5ujvgnOEUsc1x\\_BifRwwzAIAnuuZrrMyFXL9iFDgM\\_v\\_M](http://www.generonumero.media/metade-mulheres-passou-cuidar-pandemia/?fbclid=IwAR3cSMsrH52UtT5ujvgnOEUsc1x_BifRwwzAIAnuuZrrMyFXL9iFDgM_v_M). Acesso em 02/08/2020.

JORNAL EL PAÍS **A geração que pagará a conta da crise na América Latina.** Reportagem do dia 01/08/2020. Disponível em <https://brasil.elpais.com/internacional/2020-08-01/a-geracao-que-pagara-as-contas-da-crise-na-america-latina.html?fbclid=IwAR17Ds4LjafQYIDmYZyuEIKoZ43hExAUgm5g5L-EjJv6baJMZdfF7HSFcew> Acesso em: 02/08/2020.

LÉVY, P., **Cibercultura.** 2ª Ed. 7ª reimpressão. São Paulo: Ed. 34, 2008.

MALAR, J. P. **'Zoom fatigue': quando o home office pode levar à exaustão mental.** Reportagem do dia 21/05/2020. Disponível em: <https://www.bancariosrio.org.br/index.php/noticias/item/4782-zoom-fatigue-quando-o-home-office-pode-levar-a-exaustao-mental>. Acesso em: 14/06/2020.

MANCEBO, D. **Trabalho docente: subjetividade, sobreimplicação e prazer.** Psicol. Reflex. Crit. v.20 n.1 Porto Alegre 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722007000100010>. Acesso em: 14/06/2020.

MATOS, L. A de. **Permanência no Ensino Médio Profissional: O caso do Instituto Federal Fluminense Campus Cabo Frio.** Disponível em: <https://doi.org/10.17771/PUCRio.acad.35481>. Acesso em: 20/06/2020.

MOSE, V. **A escola e os desafios contemporâneos.** Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2013. 336 p.

OMS. **Constituição da Organização Mundial da Saúde. Documentos básicos**, suplemento da 45ª edição, outubro de 2006. Disponível em espanhol em: [https://www.who.int/governance/eb/who\\_constitution\\_sp.pdf](https://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf). Acesso em: 20/07/2020.

OPAS. **Proteção da saúde mental em situações de epidemias**. THS/MH/06/1. Original: Espanhol. Disponível em: <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2009/Protecao-da-Saude-Mental-em-Situaciones-de-Epidemias--Portugues.pdf>. Acesso em: 22/07/2020.

PAES, Rhena Schuler da Silva Zacarias. **Retratos sociológicos: do fracasso iminente à permanência e êxito escolar**. Campos dos Goytacazes, RJ: Universidade Estadual do Norte Fluminense, 2019.

PACHECO, E. **Os Institutos Federais: Uma Revolução na Educação Profissional e Tecnológica**. Brasília: MEC/SETEC, 2010. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/setec/arquivos/pdf/osinstfedera.pdf>. Acesso em: 10/07/2020.

REVISTA EDUCAÇÃO. **Covid: 83% dos professores não se sentem preparados para dar aulas online**. Reportagem do dia 19/05/2020. Disponível em: <https://revistaeducacao.com.br/2020/05/19/covid-professores-aulas-online/>. Acesso em: 10/06/2020.

RIBEIRO, D. S. S.; SANTOS, L. S.; MENEZES, A. S. **Exposição ao comportamento sedentário e fatores associados em adolescentes do estado de Sergipe, Brasil**. Vol. 16 nº 1 - Jan/Mar - 2019. Revista Adolescência & Saúde. Disponível em: [http://www.adolescenciaesaude.com/detalhe\\_artigo.asp?id=771#:~:text=Foram%20considera dos%20%22expostos%20ao%20comportamento,os%20amigos%20ou%20similares2](http://www.adolescenciaesaude.com/detalhe_artigo.asp?id=771#:~:text=Foram%20considera dos%20%22expostos%20ao%20comportamento,os%20amigos%20ou%20similares2). Acesso em: 15/06/2020.

SANTANA, R. **Pandemia: ‘professores estão suscetíveis ao adoecimento em massa’, alerta psicóloga do trabalho**. Grupo A Tarde Comunicação. Reportagem do dia 01/05/2020. Disponível em: <https://coronavirus.atarde.com.br/pandemia-professores-estao-suscetiveis-ao-adoecimento-em-massa-alerta-psicologa-do-trabalho/>. Acesso em: 01/06/2020.

SILVA, E. F; TOMÉ, L. A. O; COSTA, T. J. G.; SANTANA, M. C. C. P. **Transtornos mentais e comportamentais: perfil dos afastamentos de servidores públicos estaduais em Alagoas, 2009**. Epidemiol. Serv. Saúde v.21 n.3 Brasília set. 2012. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5123/S1679-49742012000300016>. Acesso em: 02/07/2020.

SILVEIRA, S.A. **A exclusão digital: a miséria na era da informação**. São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 2001.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Manual de Orientação: Saúde de Crianças e Adolescentes na Era Digital**. nº 1, Outubro de 2016. Disponível em: [https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/2016/11/19166d-MOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/2016/11/19166d-MOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf). Acesso em: 18/07/2020.

SORJ, B; GUEDES, L. E. **Exclusão digital. Problemas conceituais, evidências empíricas e políticas pública.** Novos estud. - CEBRAP no.72 São Paulo July 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-33002005000200006>. Acesso em: 10/07/2020.

TODOS PELA EDUCAÇÃO. **Anuário Brasileiro da Educação Básica de 2020.** Disponível em: [www.todospelaeducacao.org](http://www.todospelaeducacao.org). Acesso em: 03/06/2020.

VALENTINI, C. B.; BISOL, C. A.; **Análise dos processos cognitivos e autopoéticos em um ambiente virtual de aprendizagem.** Educ. rev. no.32 Curitiba 2008. <https://doi.org/10.1590/S0104-4060200800020001>. Acesso em: 20/07/2020.

---

#### **Sobre os(as) autores(as):**

**Emanuela Nunes Sodre:** Psicóloga educacional e escolar no IFF *campus* Campos-Centro com atuação na Coordenação de Apoio ao Estudante. Graduada em Psicologia UFF. Especialista em Humanidades na Contemporaneidade UFRJ. Mestranda em Educação em Ciências e Saúde UFRJ.

**Gisele Aparecida de Moraes:** Psicóloga educacional e escolar no IFF *campus* Itaperuna com atuação na Direção de Pesquisa, Extensão e Políticas Estudantis. Mestre em Psicologia pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade Salgado de Oliveira – UNIVERSO.

**Marcelo Cardoso da Silva:** Psicólogo educacional e escolar no IFF *campus* Campos-Guarus com atuação na Coordenação de Assistência Estudantil. Graduado em Direito e Psicologia. Especializado em arteterapia.

**Marcelo Ferreira Quirino:** Psicólogo educacional e escolar no IFF *campus* Macaé com atuação na Coordenação de Políticas Estudantis. Psicólogo clínico com atuação na Infância e Adolescência. Especialista em Psicopedagogia Clínica e Institucional pela Universidade Cândido Mendes. Graduado em Psicologia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro.

**Maria Carolina Gomes Barbalho:** Psicóloga educacional e escolar no Instituto Federal Fluminense *campus* Cabo Frio com atuação na Equipe de Qualidade de Vida, no NEABI e no NUGEDIS. Mestre em Psicologia Social pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

Especialista em Epistemologías del Sur: Justicia entre saberes pelo Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales. Pós-graduada em Formação para Docência em Nível Fundamental e Médio pela Universidade Cândido Mendes. Graduada em Psicologia pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

**Natália Molina Romano:** Psicóloga educacional e escolar no IFF *campus* Avançado Cambuci com atuação na Assistência Estudantil e Direção de Ensino. Coordenadora de Ensino. Pós-graduada em Psicopedagogia Institucional pela Universidade Norte do Paraná. Graduada em Psicologia pela Fundação Universidade Federal de Rondônia.

**Rhena Schuler da Silva Zacarias Paes:** Psicóloga educacional e escolar no IFF *campus* Campos-Centro com atuação na Coordenação de Apoio ao Estudante e NUGEDIS. Mestre em Sociologia Política pela Universidade Estadual do Norte Fluminense. Especialista em Terapia Familiar Sistêmica. Pós-graduada em Saúde da Família. Graduada em Psicologia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro. Integrante do NUCLEAPE - Núcleo de Estudos sobre Acesso e Permanência na Educação (IFFluminense/UENF).

**Viviane Oliveira Lopes de Souza:** Psicóloga Organizacional e do Trabalho no Instituto Federal Fluminense na Reitoria. Docente no curso de Psicologia da Uniredentor. Doutoranda em Psicologia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro. Mestre em Planejamento Regional e Gestão de Cidades pela Universidade Cândido Mendes. Pós-graduada em Psicopedagogia pela UNIVERSO. Graduada em Psicologia pela UNESA.