



**LAZER E BEM-ESTAR MENTAL E SOCIAL DO PROFESSOR  
UNIVERSITÁRIO DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

***LEISURE AND MENTAL AND SOCIAL WELL-BEING OF THE  
UNIVERSITY PROFESSOR DURING THE COVID-19 PANDEMIC***

Submetido em: 03/11/2021

Aprovado em: 20/11/2021

Robert Marra<sup>1</sup>  
Yann Handel Farias Gonçalves<sup>2</sup>  
Vagner Miranda da Conceição<sup>3</sup>

**RESUMO**

A pandemia forçou o professor universitário a uma rápida adaptação para manter o ensino. Esse processo, atrelado às obrigações sociais e domésticas e à necessidade do lazer, impactou a saúde do professor. O objetivo desse trabalho foi analisar o bem-estar social e mental de professores universitários e suas possíveis relações com o tempo de lazer antes e durante a pandemia de COVID-19. Um questionário *on-line* sobre lazer, trabalho e bem-estar foi respondido por 339 professores universitários. Análise categórica de conteúdo e estatística descritiva foram os meios de análise. A demanda de trabalho aumentou e o tempo para o lazer diminuiu impactando no bem-estar mental e social, reverberando em transtornos psíquicos e emoções negativas. Refletir sobre trabalho e lazer do professorado, classe acometida pelo estresse, é importante para mitigar os impactos negativos ao bem-estar mental e social.

**Palavras-chave:** lazer; bem-estar; professor universitário; COVID-19.

---

<sup>1</sup> Licenciado em Educação Física (Universidade FUMEC – Fundação Mineira de Educação e Cultura); integrante do Grupo de Estudos e Pesquisa em Lazer e Educação Física (GEPILEF); e-mail: robert-marra@hotmail.com.

<sup>2</sup> Bacharelado em Educação Física (Faculdade Pitágoras, MG), integrante do Grupo de Estudos e Pesquisa em Lazer e Educação Física (GEPILEF); e-mail: yannhandel17@gmail.com.

<sup>3</sup> Doutor e mestre em Estudos do Lazer (UFMG); Especialista em Dança e Consciência Corporal, e em Educação Física Escolar pela Universidade Gama Filho. Licenciatura em Educação Física pela Universidade Federal de Minas Gerais. Coordenador do Grupo de Estudos e Pesquisa em Lazer e Educação Física (GEPILEF); Professor Assistente Faculdade Pitágoras; e-mail: eefvagner@hotmail.com

## **ABSTRACT**

*The pandemic forced the university professor to adapt quickly to keep teaching. This process, linked to social and domestic obligations and the need for leisure, impacted the teacher's health. The objective of this work was to analyze the social and mental well-being of university professors and their possible relationship with leisure time before and during the COVID-19 pandemic. An online questionnaire on leisure, work and well-being was completed by 339 university professors. Categorical content analysis and descriptive statistics were the means of analysis. Demand for work increased and time for leisure decreased, impacting mental and social well-being, reverberating in psychological disorders and negative emotions. Reflecting on the work and leisure of teachers, a class affected by stress, is important to mitigate the negative impacts on mental and social well-being.*

**Keywords:** *leisure; well-being; university professor; COVID-19.*

## **INTRODUÇÃO**

A população mundial adentrou o ano de 2020 com uma crise mundial proporcionada pela rápida propagação do coronavírus SARS-CoV-2, que teve origem na cidade Wuhan, na China e rapidamente se espalhou pelos seis continentes (MATOS; PINHEIRO; BAHIA, 2020). Diante dessa realidade, em 11 de março de 2020, a Organização Mundial de Saúde OMS, após mais de 118.000 casos confirmados em 114 países entre os meses de janeiro e março do mesmo ano, declarou que estávamos mundialmente em pandemia de COVID-19 (ZHUO; ZACHARIAS, 2020; MATOS; PINHEIRO; BAHIA, 2020; SOUTTO MAYOR; SILVA; LOPES, 2020).

Esse trágico evento estabeleceu novos comportamentos e atitudes fazendo com que os sujeitos recriassem suas formas de relacionar com as pessoas e com o espaço. Tais adaptações influenciaram em diversas dimensões da vida, entre elas, lazer e trabalho. A necessidade de evitar que o vírus continuasse a circular, e possivelmente acometer mais pessoas, foi e é urgente e, como estratégia de contenção, o distanciamento e isolamento social se fizeram necessários.

Eventos como a referida pandemia podem ser entendidos como choques populacionais, que são ocorrências inesperados ou imprevisíveis que alteram e perturbam circunstâncias diversas – ambientais, de saúde, econômicas ou sociais – dentro de uma população, podendo comprometer e/ou interromper aspectos e dimensões relacionados à vida humana, tais como a interação social e a mobilidade urbana. Choques populacionais podem ocorrer tanto em regiões pontuais e específicas ou simultaneamente em diferentes localidades, configurando, nesse caso, um choque global (SANTOMAURO *et al.*, 2021), tal como a atual pandemia de COVID-19 que tem assolado e impactado praticamente toda a população mundial.

Os impactos do choque variam de acordo com a sua duração, que pode ser um único ponto no tempo, demorar semanas, meses ou se estender por longos períodos. Em eventos

extensos, como a pandemia de COVID-19, que já dura 19 meses<sup>4</sup>, o choque pode ter efeitos flutuantes. Essa variação temporal do choque pode impactar a população de diferentes formas, mas de forma recorrente tem influenciado no aparecimento e/ou no agravamento dos transtornos psíquicos, motivo pelo qual esse estudo com professores universitários brasileiros merece atenção, pois a pandemia em território brasileiro já acarretou a morte de mais de 606.000 pessoas<sup>5</sup> (WHO, 2021).

A junção isolamento social e o entrelaçamento de tarefas em casa reverberaram no bem-estar trazendo implicações para a vida como um todo (ZHUO; ZACHARIAS, 2020). Para Santomauro *et al.* (2021), o aumento das taxas de infecção pelo SARS-CoV-2 e a diminuição da mobilidade humana fez com que esses dois fatores, somados a isolamento social, diminuição das interações sociais, fechamento de escolas e serviços não essenciais e *home-office* promovessem um aumento da prevalência de transtornos depressivos e de ansiedade que foram associados a pandemia de COVID-19, interferindo no estilo de vida e na rotina de diversos contextos laborais.

Globalmente, o sistema educacional foi um dos mais impactados e teve que rapidamente se adaptar, ajustando suas estratégias de ensino para um novo modelo que atendesse as possibilidades do momento. A comunidade acadêmica – alunos e professores – foi afetada e as medidas de distanciamento e isolamento social, que provocaram o fechamento de escolas e universidades, elevaram a prevalência dos transtornos psíquicos como depressão, ansiedade e estresse nesse grupo (GAUTAM; SHARMA, 2020; SANTOMAURO *et al.*, 2021)

Durante a pandemia, o *home-office* se estabelece diante de aprendizados e adaptações ao meio tecnológico. Nesse período, o professorado desempenha papéis para além dos pedagógicos se tornando, por vezes, importante motivador e guia acadêmico dos estudantes, ajudando os alunos na contenção afetiva e na prática da resiliência. Concomitante, os professores foram “atropelados” por esse processo para desenvolver suas aulas remotas, aprendendo sozinho sobre as tecnologias de informação e comunicação e transformando seu domicílio num verdadeiro estúdio de gravação (SANTOS; SILVA; BELMONTE, 2021).

Associado ao trabalho, o espaço casa deixou de ser um ambiente privado para ser apossado por atividades que antes não eram pertinentes ao lar, gerando um imbricar de atividades, tarefas, funções e tempos partilhados nesse espaço (SOUTTO MAYOR; SILVA; LOPES, 2020). Situação semelhante foi descrita por Falcão e Gomes (2020), onde a casa perdeu

---

<sup>4</sup> Texto elaborado em outubro de 2021.

<sup>5</sup> Dados extraídos em 29/10/21.

a exclusividade das práticas de cuidados pessoais tornando-se um espaço de multitarefas. Matos, Pinheiro e Bahia (2020) destacaram uma nova configuração no dia a dia das pessoas, que de forma repentina, modificaram a relação dos sujeitos com o espaço casa, que agora engloba os diversos tempos e obrigações do cotidiano - estudos, cuidados domésticos, relações socio familiares, trabalho, experiências religiosas, lazer etc.

Esse entrelaçamento dos tempos de trabalho, de tarefas pertinentes a rotina do lar, cuidado com familiares e o trabalho, acarretou a diminuição na produtividade do professorado, resultando em aumento da fadiga, impactando negativamente na saúde e no bem-estar. (CURRIE *et al.*, 2020). No estudo de Choate *et al.* (2021), 10 professores universitários relataram que o aumento da demanda de trabalho em casa se deu também pelo fato de que as tarefas laborais estavam sempre disponíveis e preenchendo diversos espaços de tempo, indo para além da carga horária de trabalho contratada. O aumento dessa demanda não melhorou a produtividade, mas trouxe maior cansaço e redução da saúde física e mental e da percepção de bem-estar.

A docência, diferente de outras ocupações, tem grande complexidade. Suas multitarefas fazem do professor um sujeito que trabalha para além do momento de sala de aula, desenvolvendo parte das suas atividades laborais em casa. Elaborar e organizar tarefas, leituras, provas etc. demanda tempo para efetivar um ensino de qualidade. Ademais, o professor universitário, além do ensino, pode atuar em projetos de pesquisa e de extensão, que necessitam de tempo para estruturação (CONCEIÇÃO, 2021). Todas essas atividades pedagógicas aliadas às demandas de projetos acadêmicos podem aumentar a probabilidade de professores desenvolverem transtornos psíquicos, contribuindo para permanência e manutenção do professorado como a segunda profissão mais estressante no Brasil (SANTOS; SILVA; BELMONTE, 2021).

A saúde está atrelada ao bem-estar físico, mental e social e tratar dessas dimensões de forma isolada é uma tarefa árdua, pois todas se interrelacionam para sua integralidade (WHO, 2018). O lazer, nas suas diversas possibilidades, se manifesta também através do encontro com o outro, num tempo/espaço social de contatos e trocas e a experiência de interação, influenciada pelas relações sociais, é importante para o ser humano e sua saúde (GOMES, 2014; WHO, 2018). O contexto pandêmico, que enclausurou e distanciou os sujeitos e provocou o aumento de sentimentos negativos (FARO *et al.*, 2020) e de transtornos psíquicos (ZHUO; ZACHARIAS, 2020) podendo comprometer as dimensões do bem-estar. Diante do exposto, o objetivo desse trabalho é analisar o bem-estar social e mental de professores universitários e

suas possíveis relações com o tempo de lazer antes e durante a pandemia de COVID-19.

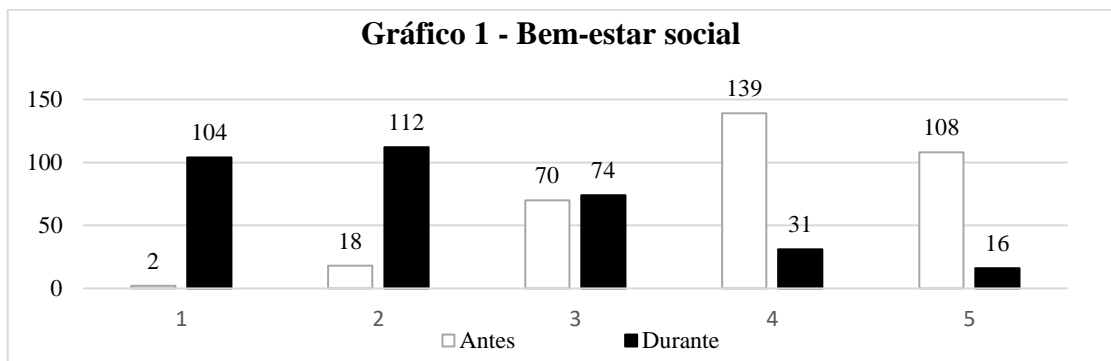
## **MÉTOD**

Essa pesquisa quali-quantitativa coletou dados de 339 professores universitários brasileiros (61,1% sexo feminino, 45,5 anos de idade e 20,1 anos de atuação no ensino superior, em média) através de um formulário *Google Forms* com itens sobre perfil socioeconômico, trabalho, lazer (RIBEIRO *et al.*, 2020; STOPPA; ISAYAMA, 2017) e bem-estar (ZHUO; ZACHARIAS, 2020). Para a satisfação com o bem-estar foi utilizada uma escala *Likert* de cinco itens, variando de “1” (um), muito insatisfeito, a “5” (cinco), muito satisfeito. O percentual de satisfação foi calculado pela soma dos percentuais dos itens 4 e 5 e o percentual de insatisfação pela soma dos percentuais dos itens 1 e 2. Os dados foram organizados via *Microsoft Excel* e analisados via estatística descritiva (CALLEGARI-JACQUES, 2004) e análise categórica de conteúdo (BARDIN, 2016).

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

### **BEM-ESTAR SOCIAL E LAZER**

Para 72,9% dos professores o tempo de lazer diminuiu após o início da pandemia. A satisfação com o bem-estar social diminuiu de 72,9%, antes do isolamento social, para 13,9%, durante o isolamento social, e a insatisfação no mesmo período foi de 5,9% para 63,7% (GRÁFICO 1). O percentual de satisfação foi calculado pela soma dos percentuais dos itens 4 e 5 e o percentual de insatisfação pela soma dos percentuais dos itens 1 e 2.



Fonte: elaborado pelos autores. 1 = Muita insatisfação; 5 = Muita satisfação.

A impossibilidade de sair de casa e de estar em locais públicos e privados de lazer, devido a estratégias sanitárias de combate a transmissão SARS-CoV-2, consequência do distanciamento e do isolamento social, privou não somente os professores da amostra desse estudo, como diferentes grupos sociais, da possibilidade de uma interação presencial. O lazer se efetiva num tempo/espaço social como condição das relações sociais e da natureza, através da qual a sociedade, ao mesmo tempo que produz a si mesma, transforma a natureza e com ela interage (GOMES, 2014).

Silva *et al.* (2013) descrevem os espaços de lazer como ambientes favoráveis para revigorar e promover o bem-estar e a saúde trazendo melhorias nos aspectos físicos, sociais e emocionais. Atualmente, distanciamento e isolamento social são necessários como forma de preservar a saúde e a vida humana, o que tem comprometido o lazer – momento de estar consigo ou com o outro em algum lugar.

A privação das atividades sociais é ponto abordado em diferentes trabalhos relacionados ao isolamento social em decorrência da COVID-19. Em pesquisa realizada com adultos e idosos por Ribeiro *et al.* (2020), desfrutar da companhia dos familiares e amigos no tempo livre foi a vivência mais valorizada pelos sujeitos da pesquisa evidenciando o interesse social como o mais impactado durante a pandemia de COVID-19. A diminuição dos contatos sociais também foi percebida em pesquisa com idosos de Lins *et al.* (2020), na qual os termos isolamento e saudade foram os mais evocados, explicitando a necessidade de atenção e cuidado com sujeitos dessa fase da vida que, como característica, tem a perda de contato com outras pessoas, podendo agravar a sensação de solidão. Em Conceição (2021), professores universitários evidenciaram o interesse social do lazer como o mais afetado devido às medidas restritivas de isolamento social, pois durante o período pandêmico os espaços que permitiam a experiência de lazer e as

interações entre pessoas foram fechados.

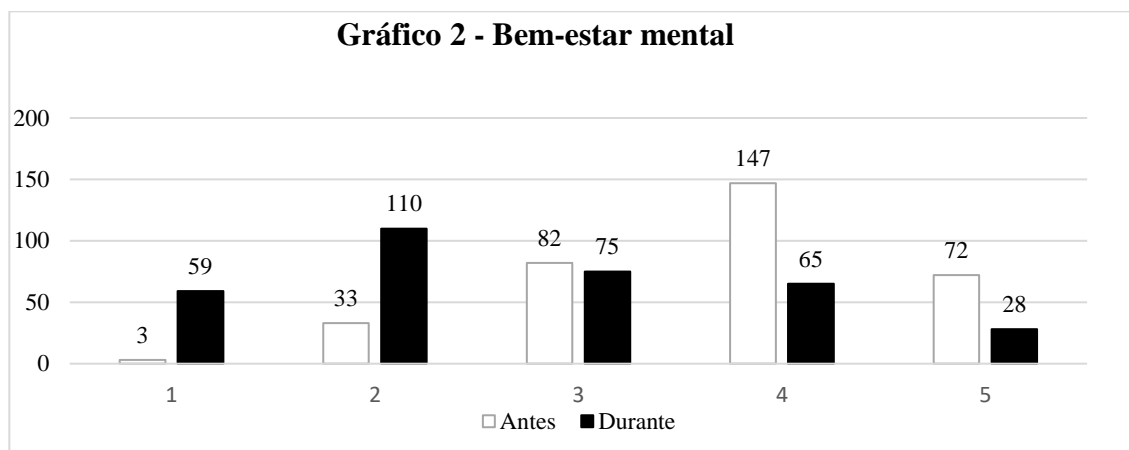
Para Zhuo e Zacharias (2020), pessoas que tinham um estilo de vida ativo em período anterior a quarentena e ao isolamento social, tiveram reduções significativas em relação a percepção do bem-estar social, uma vez que as atividades de lazer foram limitadas e/ou proibidas. Em contrapartida, indivíduos que aprenderam novas atividades de lazer durante a quarentena, apresentaram avaliação positiva em relação ao bem-estar social, mesmo sabendo que as atividades de lazer em casa, sejam físicas, manuais ou de consumo, dificilmente apresentariam benefícios similares proporcionados pelas atividades fora de casa.

Comparando os níveis de satisfação antes e durante a pandemia, o bem-estar social dos professores pesquisados reduziu em aproximadamente 81%, enquanto a insatisfação aumentou aproximadamente 1080%. Infere-se que, dentre os fatores que podem contribuir para o declínio na satisfação e para o expressivo aumento da insatisfação, a falta de contato social presencial e a impossibilidade de usufruto dos espaços de lazer, devido ao isolamento, seja responsáveis por essas alterações. Ter acesso aos espaços de lazer propicia e fortalece a conexão entre as pessoas promovendo socialização via interação (MARCELLINO *et al.*, 2007) beneficiando e favorecendo as relações sociais permitindo percepções positivas sobre o bem-estar físico e mental (PACHECO; SCHWARTZ, 2021).

Outro fator que pode ter comprometido o bem-estar social dos professores pesquisados é o aumento de 73,1% da demanda de trabalho. Esse acréscimo do tempo de trabalho se deve ao excesso da demanda *on-line* e involuntária que ocupou um tempo que poderia ser utilizado para outras atividades não laborais (SANTOS; SILVA; BELMONTE, 2021). Segundo Rodrigues e Bramante (2003), o tempo de lazer é definido pelo indivíduo, mas em contexto pandêmico o entrelaçar do *home-office*, atividades domésticas e outras obrigações sociais em casa pode ser um dos principais redutores e/ou limitadores desse tempo (SOUTTO MAYOR; SILVA; LOPES, 2020).

## **BEM-ESTAR MENTAL E LAZER**

A satisfação com o bem-estar mental diminuiu de 64,6%, antes do isolamento social, para 27,4%, durante o isolamento social, e a insatisfação no mesmo período foi de 10,6% para 49,9% (GRÁFICO 2).



Fonte: elaborado pelos autores. 1 = Muita insatisfação; 5 = Muita satisfação.

Para Faro *et al.* (2020), apesar do distanciamento social ser importante para evitar a contaminação, tal fato pode impactar na saúde mental. Quando não voluntário, o distanciamento social pode gerar emoções negativas, uma vez que os indivíduos estão tendo diminuídos seus experimentos de satisfação pela vida e de felicidade (SILVA *et al.*, 2020).

Dentre as situações que podem ter relação com a redução do bem-estar mental dos professores pesquisados, existem aspectos que vão além da rotina das atividades acadêmicas e das alterações na rotina do espaço de casa. Durante a pandemia, o lar do professorado, que antes era um espaço de aconchego e descanso, se transformou em um ambiente conturbado alocando um emaranhado de tempos, espaços e funções sociais.

O aumento das demandas de trabalho, atividades socio domésticas e familiares, além das adaptações urgentes e contínuas ao ensino remoto – tudo isso, simultaneamente – transformou a casa num espaço de multitarefas e estigmatizado ao estresse, à angústia e à solidão no qual o lazer e suas sensações positivas de bem-estar foram diminuídos e/ou excluído. Ademais, nessa realidade, ainda existe a busca e a efetivação do lazer em casa, acarretando a diminuição das experiências e a qualidade do lazer usufruído nesse ambiente.

A adoção de novos comportamentos para adaptação à nova rotina diária vai além do autocuidado e ecoa nos contextos socioeconômicos, religiosos, educacionais, laborais, de lazer etc. Muitas profissões tiveram que se adaptar ao “novo normal”, assim como as experiências e possibilidades de lazer passaram por uma reformulação e ressignificação para esse momento, forçando parte da população a repensar e a reelaborar seus comportamentos, atitudes e funções sociais (CONCEIÇÃO, 2021). Como consequência e possibilidade, o lazer virtualizou e, em alguns casos, se tornou um tempo/espaço no qual a socialização acontece em diferentes plataformas e aplicativos. Por estas ferramentas ocorrem encontro entre amigos, comemorações



e debates diversos. De olho nesse novo modo de consumo, a indústria do entretenimento se direcionou para o consumo de experiências virtuais (SOUTTO MAYOR; SILVA; LOPES, 2020), alcançando a população através dos televisores, computadores e principalmente dos *smartphones*, oferecendo aplicativos com diversos fins e interesses, abarcando diferentes possibilidades dos interesses culturais do lazer (SCHWARTZ, 2003; CAMARGO, 1992; DUMAZEDIER, 1980), tais como social, artístico e físico (CAVALCANTE, 2021).

Atividades passivas, como assistir televisão, e atividades com alto potencial de causar vícios, como jogar nos *smartphones* e/ou jogos *on-line*, podem gerar impactos negativos em relação ao bem-estar mental (ZHUO; ZACHARIAS 2020). Ressalta-se que, se a utilização dessas ferramentas não for ponderada e adequada, em oposição aos benefícios que poderiam ser alcançados através do lazer presencial e com interações sociais, essa virtualização sem medidas e exacerbada pode acarretar num aumento e/ou potencialização dos transtornos psíquicos, reduzindo as sensações de bem-estar que poderiam ser adquiridas através do uso consciente desses aparelhos (CAVALCANTE, 2021).

Somando os impactos causados pelo isolamento social, o aumento da demanda de trabalho em *home-office*, o entrelaçamento dos tempos no espaço casa e o uso exacerbado de aplicativos de *smartphones*, fica evidente que a saúde mental merece atenção, pois as incertezas e as inseguranças desse momento podem gerar estresse, ansiedade, depressão e outros transtornos psíquicos (RIBEIRO *et al.*, 2020), trazendo novas intercorrências, para além das advindas da COVID-19 (SHIGEMURA *et al.*, 2020).

O trabalho com objetivos respeitosos é um dos meios para cuidar do bem-estar mental e consequente êxito do *home-office* (LOSEKANN; MOURÃO, 2020). A adaptação ao contexto de pandemia pode trazer incômodos caso não se alcance equilíbrio entre os tempos de trabalho e de não trabalho, em especial, deixando claro onde termina um e inicia o outro. O tempo de lazer é essencial de ser vivido e experienciado na sua plenitude e nas suas possibilidades – descanso, diversão e desenvolvimento pessoal e social (MARCELLINO, 2010), pois pode ser um atenuante para os transtornos psíquicos e para as emoções negativas.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O bem-estar social e mental dos professores universitários foi impactado pela aproximação entre aumento da demanda de trabalho em casa e diminuição do tempo e

experiências de lazer, a saber, as fora de casa e com encontro com outras pessoas. A pandemia inverteu a percepção dos professores acerca do bem-estar social e mental, ocorrendo uma migração dos índices quando comparamos os períodos antes e durante o isolamento social, evidenciando redução em relação a satisfação e aumento considerável em relação a insatisfação.

A amostra dessa pesquisa não foi arguida sobre possível infecção e/ou sequelas da COVID-19, assim como, se previamente, estavam em tratamento ou se foram acometidos por algum transtorno psíquico. Essa limitação pode impactar nos resultados, pois tais fatos poderiam potencializar o aparecimento e/ou agravar sintomas e transtornos associados, influenciando na percepção sobre o bem-estar social e mental. Os resultados e a discussão refletem somente a percepção dos professores pesquisados, no entanto, não devem ser ignorados, pois estas informações são importantes para auxiliar na compreensão do comportamento das dimensões constituintes da saúde do professorado universitário em momentos durante e pós pandemia.

Considerando o professorado, que é a segunda classe trabalhista mais acometida por transtornos psíquicos devido ao estresse e às demandas laborais, e todos os impactos provocados pelos diferentes aspectos impostos pela COVID-19, deve-se priorizar a saúde em geral, em especial no que tange os direitos humanos. Nesse caminho, corroborando Santomauro *et al.* (2021, p.9), “não tomar nenhuma ação não pode ser uma opção”. É necessário direcionar atenção, recursos e políticas públicas e educacionais para desenvolvimento de estratégias de mitigação dos impactos negativos nas dimensões social e mental do bem-estar provocados e impostos pela pandemia de COVID-19.

## REFERÊNCIAS

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

CAVALCANTE, F. R. Aplicativos para Smartphones que Possibilitam o Lazer em Tempos de Lockdown: Entre a Socialização, o Entretenimento e as Práticas Corporais. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 23, n. 3, p. 369–390, 2020. DOI: 10.35699/2447-6218.2020.25449. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/25449>. Acesso em: 10 set. 2021.

CALLEGARI-JACQUES, S. M. **Bioestatística: princípios e aplicação**. São Paulo: Artmed, 2004.

CAMARGO, L. O. L. **O que é lazer?** São Paulo: Brasiliense, 1992.

CHOATE, J.; AGUILAR-ROCA, N.; BECKETT, E.; ETHERINGTON, S.; FRENCH, M.; GAGANIS, V.; HAIGH, C.; SCOTT D.; SWEENEY, T.; ZUBEK, J. International educators' attitudes, experiences, and recommendations after an abrupt transition to remote physiology laboratories. **Advances in Physiology Education**, v. 45, p. 310–321, 2021. DOI:10.1152/advan.00241.2020. Disponível em: <https://journals.physiology.org/doi/full/10.1152/advan.00241.2020>. Acesso em: 15 out. 2021.

CONCEIÇÃO, V. M. da. Impactos da Pandemia de Covid-19 no Lazer e no Trabalho do Professor Universitário em Home Office. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 24, n. 3, p. 490–526, 2021. DOI: 10.35699/2447-6218.2021.36337. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/36337>. Acesso em: 13 out. 2021

CURRIE, G.; HEWIS, J.; NELSON, T.; CHANDLER, A.; NABASENJA, C.; SPUUR, K.; BARRY, K.; NIGEL, F.; KILGOUR, A. Impacto do COVID-19 no ensino de graduação: Experiência da equipe de ensino de ciências da radiação médica. **Journal of Medical Imaging and Radiation Sciences**, v.51, n. 4, p. 518–527, 2020. <https://doi.org/10.1016/j.jmir.2020.09.002>. Disponível em: [https://www.jmirs.org/article/S1939-8654\(20\)30297-6/fulltext#articleInformation](https://www.jmirs.org/article/S1939-8654(20)30297-6/fulltext#articleInformation). Acesso em: 15 out. 2021.

DUMAZEDIER, J. **Valores e conteúdos culturais do lazer**. São Paulo: Sesc, 1980

FALCÃO, D.; GOMES, C. L. Estratégia e Táticas do Projeto “Cine Luce” no Contexto Pandêmico da Covid-19: O Lazer em Foco. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 23, n. 3, p. 27–56, 2020. DOI: 10.35699/2447-6218.2020.25079. Disponível em:

<https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/25079>. Acesso em: 16 out. 2021.

GAUTAM, R.; SHARMA, M. 2019-nCoV pandemic: A disruptive and stressful atmosphere for Indian academic fraternity. **Brain, Behavior, and Immunity**, v. 88, p. 948–949, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.025> disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0889159120305067?via%3Dihub>. Acesso em: 16 out. 2021.

GOMES, C. L. **Lazer, trabalho e educação**: relações históricas, questões contemporâneas. 2.ed. rev. e ampl. Belo Horizonte: Ed. da UFMG, 2008. 151p.

GOMES, C. L. Lazer: necessidade humana e dimensão da cultura. **Revista Brasileira de Estudos do Lazer**. V. 1, n. 1, p. 3–20, 2014. Disponível em: [https://lagep.ufop.br/sites/default/files/lagep/files/reuniao\\_2\\_texto\\_1\\_lazer\\_necessidade\\_humana\\_e\\_dimensao\\_da\\_cultura.pdf?m=1590880791](https://lagep.ufop.br/sites/default/files/lagep/files/reuniao_2_texto_1_lazer_necessidade_humana_e_dimensao_da_cultura.pdf?m=1590880791). Acesso em: 27 set. 2021.

FARO, A., BAHIANO, M. A., NAKANO, T. C., REIS, C., SILVA, B. F. P., VITTI, L. S. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudo de psicologia**, v.37, e200074, 2020. DOI: 10.1590/1982-0275202037e20007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/dkxZ6QwHRPhZLsR3z8m7hvF/?lang=pt>. Acesso em: 10 out. 2021

LINS, C. de F. M.; COSTA, ÍCARO M.; MORAES, L. D. de.; BARBOSA JUNIOR, F. W. de S.; MARTINS, J. C. de O. Ócio, Lazer e Tempo Livre das Velhices em Quarentena: Perspectivas Psicossociais de um Estudo Brasileiro. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 23, n. 3, p. 341–368, 2020. DOI: 10.35699/2447-6218.2020.25446. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/25446>. Acesso em: 16 out. 2021.

LOSEKANN, R. G. C. B.; MOURÃO, H. C. Desafios do teletrabalho na pandemia COVID-19: quando o home vira office. **Caderno de Administração**, v. 28, p. 71–75, 2020. <https://doi.org/10.4025/cadadm.v28i0.53637>. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CadAdm/article/view/53637>. Acesso em: 27 set. 2021

MARCELLINO, N.C.; BARBOSA, F.S.; MARIANO, S.H.; SILVA, A.; FERNANDES, E.A.O. **Espaços e Equipamentos de Lazer em Região Metropolitana: O Caso da RMC - Região Metropolitana de Campinas**. Opus. 2007.

MARCELLINO, N. C. **Lazer e educação**. Campinas: Papyrus, 2010.

MATOS, L. da S.; PINHEIRO, W. da C.; BAHIA, M. C. Vivências do Lazer para Discentes do Curso de Educação Física da Universidade Federal do Pará no Contexto de Pandemia da Covid – 19. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 23, n. 3, p. 251–288, 2020. DOI: 10.35699/2447-6218.2020.25433. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/25433>. Acesso em: 16 out. 2021.

PACHECO, J. P. S.; SCHWARTZ, G. M. Políticas Públicas e Espaços de Esporte e Lazer nos Estudos Acadêmicos: Uma Revisão Sistemática. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 24, n. 2, p. 341–376, 2021. DOI: 10.35699/2447-6218.2021.34948. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/34948>. Acesso em: 12 out. 2021.

RIBEIRO, O. C. F.; SANTANA, G. J. de; TENGAN, E. Y. M.; SILVA, L. W. M. da; NICOLAS, E. A. Os Impactos da Pandemia da Covid-19 no Lazer de Adultos e Idosos. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 23, n. 3, p. 391–428, 2020. DOI: 10.35699/2447-6218.2020.25456. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/25456>. Acesso em: 23 ago. 2021.

RODRIGUES, E. H. C.; BRAMANTE, A. C. O Espaço na construção de uma política de lazer – Estudando Sorocaba/SP. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 24, n. 3, p. 23–37, 2003. Disponível em: <http://oldarchive.rbceonline.org.br/index.php/RBCE/article/view/761>. Acesso em: 10 out. 2021.

SANTOMAURO, D. F. *et al.*; COVID-19 Mental Disorders Collaborators. Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to

the COVID-19 pandemic. **The Lancet**, 2021. DOI: 10.1016/S0140-6736(21)02143-7. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext#%20](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext#%20). Acesso em: 10/10/2021.

SANTOS, G. M. R. F., SILVA, M. E., BELMONTE, B. R. COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 21, n. 1, p. 245–251, 2021. <http://dx.doi.org/10.1590/1806-9304202100s100013>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/b3TVbVHcCZRkVZPFPK6PHF/?lang=en>. Acessos em: 18 ago. 2021.

SCHWARTZ, G. M. O conteúdo Virtual do lazer - contemporizando Dumazedier. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 6, n. 2, DOI: 10.35699/1981-3171.2003.1468. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/1468>. Acesso em: 05 out. 2021.

SHIGEMURA, J., URSANO, R. J., MORGANSTEIN, J. C., KUROSAWA, M., BENEDEK, D. B. Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCov) in Japan: mental health consequences and target populations. **Psychiatry Clinical Neurosciences**, v. 74, n. 4, p. 281–282, 2021. DOI: 10.1111/pcn.12988. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/pcn.12988>. Acesso em: 27 set. 2021.

SILVA, E. A. P. C. da; SILVA, P. P. C. da; SANTOS, A. R. M. dos; CARTAXO, H. G. de O.; RECHIA, S.; FREITAS, C. M. S. M. de. Espaços Públicos de Lazer na Promoção da Qualidade de Vida: Uma Revisão Integrativa. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 16, n. 2, 2013. DOI: 10.35699/1981-3171.2013.646. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/646>. Acesso em: 10 out. 2021.

SILVA, C. L. da; BERGAMO, L. G.; ANTUNES, D.; PATREZE, N. S. Os Dias Entre o Teto e o Chão da Casa: Lazer e Práticas Corporais no Contexto Brasileiro em Tempos da Covid-19. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 23, n. 3, p. 57–92, 2020. DOI: 10.35699/2447-6218.2020.25111. Disponível em:

<https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/25111>. Acesso em: 30 set. 2021.

SOUTTO MAYOR, S. T.; SILVA, M. de S.; LOPES, C. G. Perspectivas sobre o Lazer das Mulheres com a Pandemia do Novo Coronavírus: Reflexões a partir dos Dados da Pesquisa “O Lazer no Brasil - Representações e Concretizações das Vivências Cotidianas”. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 23, n. 3, p. 163–189, 2020. DOI: 10.35699/2447-6218.2020.25363. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/25363>. Acesso em: 12 out. 2021.

STOPPA, E. A.; ISAYAMA, H. F. (org.). **Lazer no Brasil: representações e concretizações das vivências cotidianas**. Campinas: autores associados, 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Mental health: strengthening our response**. 2018. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. Acesso em: 15 out. 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **COVID-19**. 2021. Disponível em: <https://www.who.int/covid-19>. Acesso em: 29 out. 2021.

ZHUO, K.; ZACHARIAS, J. The impact of out-of-home leisure before quarantine and domestic leisure during quarantine on subjective well-being, **Leisure Studies**. V. 40, n. 3, p. 321–337, 2020. DOI: 10.1080/02614367.2020.1843693. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02614367.2020.1843693>. Acesso em: 13 out. 2021.