



GT 05 – FORMAÇÃO E INTERVENÇÃO PROFISSIONAL

O USO DA TECNOLOGIA COMO MEIO DE FAVORECER SAÚDE, QUALIDADE DE VIDA E A EDUCAÇÃO

Maxsuel Cabral Machado¹

Agência Financiadora: não contou com financiamento.

Palavras-chave: Tecnologia, educação, aprendizagem, atividade física, saúde.

Introdução

Esse trabalho discute os meios tecnológicos como forma de apoio para uma qualidade na educação visando a facilitação na forma de aprendizagem e se ela é capaz de estimular interesses em realizar atividades e exercícios físicos visando a melhoria da qualidade de vida e promoção à saúde, ou seja, o uso da tecnologia como meio e estímulo de melhorar e facilitar nossas vidas.

Cada vez mais, estudos mostram que os jovens estão largando aquela tarde de brincadeiras nas ruas para ficarem entretidos em um controle virtual dentro de seus quartos. Sendo assim é preciso ter a consciência que não podemos fugir dessa realidade, pois as crianças do mundo de hoje não irão abolir os jogos eletrônicos de suas vidas, todavia, cabe primeiramente aos pais e educadores intervirem da melhor forma, não deixando que esses jogos eletrônicos estáticos e de movimento consumam o importante tempo que elas possuem (SAVI, ULBRICHT, RIBAS, 2008).

Segundo Araújo (2015, p. 38), “atividade física é qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que resultem em gasto energético, independentemente da magnitude desse gasto”. Segundo Negrão e Barreto (2005) qualquer tipo de treinamento físico adequado é capaz de gerar importantes alterações metabólicas, cardiovasculares e neuroendócrinas. Essas alterações são fundamentais para a prevenção, redução e reversão das disfunções metabólicas presentes no sedentário e, portanto, melhorar sua qualidade de vida.

segundo Lorenzetti et al. (2012), o ser humano para sobreviver e ter um bem-estar, precisa de recursos técnicos, fazendo com que desenvolvesse conhecimento e construísse equipamentos e

¹ Pontifícia Universidade Católica de Goiás – E-mail: b.bomaxs@hotmail.com.

meios técnicos das mais variáveis formas. Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (2003) o avanço da tecnologia tem contribuído muito para o controle das doenças infectocontagiosas, porém o hábito de vida moderno tem levado a um aumento no número de ocorrências das doenças crônico-degenerativas como diabetes mellitus, hipertensão, doenças cardíacas, osteoporose, dislipidemias, entre outras. Levy (2010) diz que cada dia que passa, a tecnologia de última geração inova cada vez mais, e com isso vem modificando a rotina do ser humano e afirma que a tecnologia é de grande avanço para a sociedade, pois ela facilita, tornando tudo em sua vida mais prático e bem mais rápido, porém como tudo possui seu lado oposto, cabe as pessoas fazerem um bom uso dela, pois não devemos ser escravos e muito menos ficar alienados a essa ferramenta.

Jogos tradicionais como esconde-esconde, queimada, pique pega, amarelinha, estão sendo substituído por jogos eletrônicos, videogames, computadores, entre outros, podendo assim comprometer o desenvolvimento motor e a saúde psicológica da criança, acarretando essa criança à obesidade, causando o sedentarismo por conta dos jogos eletrônicos. O uso da tecnologia pelas crianças de forma excessiva, deixando-as afundadas no mundo virtual pode gerar o isolamento social, principal causa do sedentarismo infantil, nessa perspectiva, esse fenômeno pode despertar ansiedade, falta de personalidade e depressão, impedindo assim o natural desenvolvimento e amadurecimento das crianças (COSTA; PAIVA, 2015). Muitos pensam que a tecnologia só atrapalha no desenvolvimento das crianças, mas ela pode ser uma grande aliada para o ensino, tanto nas escolas quanto em casa. No entanto, o uso tem que ser fiscalizado por algum responsável para que evite influências negativas e não se torne um mal para o desenvolvimento da criança.

Segundo Souza, I. M. A; Souza, L. V. A. (2010, p. 2)

as novas tecnologias ajudarão de forma efetiva o aluno, quando eles tiverem na escola e nesse momento eles se sentirão estimulados a buscar e socializar com esses recursos de forma a melhorar seu desempenho escolar. Essas ferramentas tecnológicas além de facilitar o acesso aos novos conhecimentos servem também de base para novas adaptações aos sistemas variados de transmissão de conhecimento de maneira a melhorar, transferir e transformar os fatores complicados em algo mais acessível e sedimentado, transformando a teoria em prática.

Desta forma, podemos chegar à conclusão de que quando a tecnologia é usada de forma correta, pode sim trazer diversos benefícios para os indivíduos, pois, a tecnologia aplicada com eficácia favorece o relacionamento interpessoal entre os indivíduos e mantém o foco das atividades escolares com a ajuda dos professores.

Metodologia

O presente estudo se vincula a linha de pesquisa Ciências do Esporte e da Saúde, do Núcleo de Estudo e Pesquisa em Educação Física (NEPEF). Tem em seu contexto as contribuições da prática da atividade e do exercício físico promovendo a saúde.

Na Linha de Pesquisa em Ciência do Esporte e Saúde – CES os objetos de estudos configurar-se-ão em temáticas relacionadas com o treinamento corporal e as suas diferentes possibilidades, sobretudo, o esporte, a relação com a saúde, o desenvolvimento do fitness e wellness, as atividades relacionadas aos diferentes grupos portadores de necessidades especiais, assim como, o desenvolvimento motor nas diversas faixas etárias e as influências biopsicossociais sobre as pessoas que não praticam exercícios. (NEPEF, 2014, p. 4).

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica que

é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos. Embora em quase todos os estudos seja exibido algum tipo de trabalho dessa natureza, há pesquisas desenvolvidas exclusivamente a partir de fontes bibliográficas. Boa parte dos estudos exploratórios pode ser definida como pesquisas bibliográficas. As pesquisas sobre ideologias, bem como aquelas que se propõem a análise das diversas posições acerca de um problema também costumam ser desenvolvidas quase exclusivamente mediante fontes bibliográficas (GIL, 2002, p. 44).

A pesquisa bibliográfica utilizou como recursos materiais para a construção do trabalho artigos científicos, dissertações, teses e livros.

Para tanto, utilizará as bases de dados da Scientific Electronic Library Online (SciELO), Repositório da Produção Científica e Intelectual da UNICAMP, Biblioteca virtual da PUC Goiás, Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e o Google Acadêmico.

Para o material levantado nas bases de dados digitais, foram utilizadas as palavras-chaves: atividade física, exercício físico, tecnologia, aparelhos eletrônicos, redes sociais, educação, aprendizagem, escola, alunos, sedentarismo, games e doenças. Todo material encontrado foi selecionado entre os idiomas português e inglês, com publicação no período de 1996 a 2018.

Resultados

Estudo 1: A Importância do estudo da teoria da carga cognitiva em uma educação tecnológica.

O primeiro estudo são das autoras Santos e Tarouco (2007) tem como objetivo analisar a possibilidade de inserir cada vez mais a tecnologia em nosso meio, trazendo mais facilidade no dia a dia das pessoas, nos conceitos de espaço e tempo, que segundo as autoras estão encurtados e acelerados, transformando-os em instrumentos de trabalho, de pesquisa e/ou de comunicação.

Estudo 2: Gestão tecnologia ao alcance da escola

O artigo produzido por Unibanco (2017). O estudo tem como principal objetivo especializar os professores e adequar a infraestrutura para que a tecnologia seja efetivamente incorporada ao cotidiano escolar e possa contribuir para a renovação das práticas educacionais e a melhoria do desempenho dos estudantes. O autor afirma que a exploração de tecnologias moveis traz possibilidades de interação entre estudantes e professores, mas destaca que a falta de formação dos profissionais e a infraestrutura escolar é um grande obstáculo.

Estudo 3: Tecnologia na escola e formação de gestores

A autora Fonte (2004) tenta mostrar através de estudos que a tecnologia é imprescindível no meio escolar, podendo transformar a motivação temporária dos alunos em interesse real. Ela mostra que a tecnologia no âmbito escolar acaba se tornando uma necessidade e que é necessário potencializar o conhecimento por meios da tecnologia, relacionando uma integração com o espaço e o conhecimento.

Estudo 4: Tecnologia na escola: criação de redes de conhecimentos

O estudo é da Almeida (2008). Ela traz maneiras de encontrar melhoras e possibilidades para que o aluno trabalhe junto com o professor para favorecer uma mudança de atitude em relação à participação e compromisso do aluno e do professor trazendo uma mudança importante

e fundamental de mentalidade no processo de aprendizagem. Saber utilizar essa tecnologia para a busca e a seleção de informações que permita a cada pessoa resolver os problemas do cotidiano, compreender o mundo e atuar na transformação de seu contexto.

Considerações finais

Com base na coleta de dados, estudos feitos, análise dos estudos e por fim os resultados, podemos concluir que a tecnologia é bastante útil, não só nos requisitos da educação e aprendizagem e estímulo ao treinamento físico, mas sim em nosso dia a dia, em praticamente tudo que fazemos. Os resultados mostram que a tecnologia nos traz praticidade, facilidade, ajuda em vários aspectos do desenvolvimento humano como por exemplo desenvolvimento cognitivo e motor adquirindo qualidades físicas totalmente relevantes para um ser humano.

Concluimos que a tecnologia é de grande avanço para a sociedade, pois ela facilita, tornando tudo em sua vida mais prático e bem mais rápido, porém como tudo possui seu lado oposto, cabe as pessoas fazerem um bom uso dela, pois não devemos ser escravos e muito menos ficar alienados a essa ferramenta.

Referências

ALMEIDA, M. E. B.; **Tecnologia na escola: criação de redes de conhecimentos**. 2008

ARAÚJO. C. G. S. **Componentes Aeróbico e não-aeróbicos da aptidão física: fatores de risco para mortalidade por todas as causas**. Rev. Factores de Risco, nº35, p. 38 2015.

COSTA, J. S.; PAIVA, N. M. N. **A influência da tecnologia na infância: desenvolvimento ou ameaça**. Psicologia, Teresina, p. 1-13, 2015.

FONTE, M. B. G.; **Tecnologia na escola e formação de gestores**. Gestão escolar e tecnologias, 2004.

GIL, A.C. **Como Elaborar Projetos De Pesquisa**. 4. Ed. – São Paulo: Atlas, 2002.

INSTITUTO UNIBANCO. **Tecnologia ao alcance da escola**. Aprendizagem em foco, n 26, 2017.

LEVY, P. **As Tecnologias da Inteligência**. Tradução por Carlos Irineu da Costa 2 ed. São Paulo: Editora 34, 2010.

LORENZETTI, J.; et al. **Tecnologia, inovação tecnológica e saúde: uma reflexão necessária**.

Texto & Contexto Enfermagem, Florianópolis, v. 21, n. 2, p. 432-439, 2012.

NEGRÃO, C; BARRETO, A. **Cardiologia do exercício. Do atleta ao cardiopata.** Ed. Manole, São Paulo, Barueri, 2005.

NÚCLEO DE ESTUDOS E PESQUISA EM EDUCAÇÃO FÍSICA (NEPEF). **Projeto de núcleo de estudos e pesquisa em educação física. Curso de educação física. Escola de Formação de Professores e Humanidades.** Pontifícia Universidade Católica de Goiás, 2014.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Iniciativa para conjunto de ações para redução multi-fatorial de enfermidades não transmissíveis.** 2003.

468

SANTOS, L. M. A.; TAROUCO, L. M. R. **A importância do estudo da teoria da carga cognitiva em uma educação tecnológica.** CINTED-UFRGS, v.5 n° 1, 2007.

SAVI, R.; ULBRICHT, RIBAS, V. **Jogos digitais educacionais: benefícios e desafios.** RENOTE, v. 6, n. 1, 2008.

SOUZA, I. M. A; SOUZA, L. V. A. **O uso da tecnologia como facilitadora da aprendizagem do aluno na escola.** Itabaina: Gepiadde, Ano 4, v. 8, 2010.