

## Uso das Tecnologias

Emily Da Silva Hoffmann<sup>1</sup>

Samira Ísis dos Santos<sup>2</sup>

Silvana Fátima Thomé da Cruz Milke<sup>3</sup>

**Instituição:** Escola Estadual de Ensino Médio Otávio Caruso Brochado da Rocha

**Modalidade:** Relato de Pesquisa

**Eixo Temático:** Tecnologias da Informação e Comunicação

### Introdução:

Quais as consequências do uso exagerado da Tecnologia?

Este trabalho justifica-se pelo fato de perceber uma lacuna existente no uso da tecnologia e a falta de conhecimento sobre as consequências do uso indiscriminado da mesma. A partir disso tivemos como influência experiências no dia a dia, percebendo que isso era um problema.

Daí em diante, notou-se a viabilidade em realizar um projeto de pesquisa com ênfase na problemática, refletindo sobre as consequências desse uso exagerado.

Conforme o cotidiano percebemos a importância de ressaltar no projeto o quanto é prejudicial, a fim de conscientizar sobre os malefícios que o uso excessivo da tecnologia pode causar tanto na aprendizagem, na saúde e na sociedade, mostrando o entendimento de como a internet é necessária, mas também como ela pode se tornar algo nocivo para a população.

<sup>1</sup> Estudante do 2º ano do Ensino Médio da E.E.E.M. Otávio C.B. da Rocha E-mail: [emily-dhoffmann@educar.rs.gov.br](mailto:emily-dhoffmann@educar.rs.gov.br)

<sup>2</sup> Estudante do 2º ano do Ensino Médio da E.E.E.M. Otávio C.B. da Rocha E-mail: [samira-dsantos@educar.rs.gov.br](mailto:samira-dsantos@educar.rs.gov.br)

<sup>3</sup> Professora Orientadora, da E.E.E.M. Otávio C.B. da Rocha E-mail: [silvana-fmilke@educar.rs.gov.br](mailto:silvana-fmilke@educar.rs.gov.br)

### Objetivos:

- Estudar as consequências do uso prolongado da internet, e o que pode causar na consciência, na comunicação, na aprendizagem e na saúde das pessoas.
- Pesquisar formas de conscientizar a população sobre as consequências de permanecer muito tempo conectado na tecnologia.

### Caminho Metodológico:

Esse trabalho foi realizado em junho de 2023 para a Mostra Científica na escola Estadual de Ensino Médio Otávio Caruso Brochado da Rocha, a partir da temática Sustentabilidade e Tecnologia para transformar.

No primeiro momento a proposta do projeto foi repassada pela equipe pedagógica e professores, que orientaram os passos da pesquisa.

No segundo momento, partimos para definição do tema e a situação problema. Nosso tema abordado foi sobre as consequências do uso exagerado da tecnologia. E a nossa pergunta norteadora de pesquisa foi “ Quais as Consequências do uso excessivo da tecnologia”.

Logo em seguida estudamos sobre esse determinado assunto, através de pesquisas em sites, artigos e questionários. Por meio destas referências, começamos elaborar os passos do nosso trabalho, formando justificativas, objetivos, e resultados.

### Resultados E Discussões:

Através das pesquisas realizadas, obtivemos alguns resultados sobre as consequências desse uso exacerbado em diferentes pontos, como na comunicação, na saúde e na aprendizagem.

**Comunicação:** Alcançamos o resultado de que quando se tem aplicativos de troca de mensagem a comunicação real é interrompida, ou quando nos damos mais valor a imagem virtual do que a vida pessoal, destruindo relacionamentos, famílias e sua vida em sociedade, ocasionados pela dificuldade em interagir, o que auxilia em um possível isolamento social.

**Saúde psíquica:** Além disso, o uso da tecnologia ocasiona negligência em atividades da vida real proposta, causando vulnerabilidade aos seguintes problemas: Impulsividade, ansiedade excessiva, transtorno de humor, transtornos de atenção e hiperatividade, e também hostilidade de comportamento agressivo.

**Saúde física:** Afeta o desenvolvimento do corpo humano, causando cansaço, procrastinação, obesidade, diminui a qualidade de visão, provoca dores de cabeça, prejudica a audição, e problemas na coluna, e também causando possíveis doenças crônicas. Ademais os efeitos do uso exagerado da tecnologia, inclui sedentarismo ( falta regular de exercício) está associada a uma série de problemas de saúde, como, doenças cardíacas, diabetes tipo 2 e fraqueza muscular.

**Aprendizagem:** Esse uso pode levar a dificuldades de aprendizagem escolar, por exemplo a falta de concentração, memória e atenção . A exposição contínua à informações espontâneas pode afetar a capacidade de processamento de informações e a habilidade de reter conhecimentos, também o uso incorreto da mesma ocasiona em sala de aula a distração. Conforme pesquisas realizadas com mães de jovens de 13 a 17 anos, os seus filhos têm grande dificuldades em desenvolver a escrita, pois estão acostumados com a escrita digital.

Conclusão:

Como forma de conscientizar a comunidade escolar encontramos algumas soluções em relação ao uso das tecnologias para apresentar, como: é importante realizar um acordo estipulando horários de uso, para que não interrompa outras atividades; lembrar que quanto menor a criança, menor o tempo de uso; além de acompanhar as navegações dos filhos;

# 7ª MoEduCiTec

Mostra Interativa da Produção Estudantil  
em Educação Científica e Tecnológica

1ª Mostra de Extensão Unijuí

O Protagonismo Estudantil em Foco

27 de outubro de 2023 - Unijuí - Campus Ijuí



construir hábitos saudáveis, ou seja praticar estímulo de atividades físicas; exercitar o desconectar e dialogar; e por fim definir metas.

Referências Bibliográficas:

Acessado em 16/06/23 <https://hospitalsantamonica.com.br>

Acessado em 16/06/23 <https://portal.ufcg.com.br>

Acessado em 15/06/23 <https://periodicos.set.edu.br>