

OS EFEITOS NOCIVOS DO USO EXCESSIVO DE TECNOLOGIAS.

Karolaine de Assis Almeida, Karolaine Rocha Silva, Maria Mariana Leite Rondon, Adriana Galvão Sabioni Ribas,
Jaqueline Gonçalves Larrea Figueredo
Escola Estadual José Maria Hugo Rodrigues – Campo Grande - MS

karool.almeida@hotmail.com, karolainerochasilva@gmail.com, mariamarianalr@gmail.com,
adrianasabioniribas@gmail.com

Palavras-chave: Efeitos, tecnologia, dependência.

Introdução

O uso excessivo da tecnologia segundo o site Eu Estudante 2012, pode causar comprometimento da memória, dificuldade em escrever, queda na produção intelectual e atenção dispersa. O coordenador do seminário Gestão de Inovação Tecnológica em Saúde, Luiz Carlos Brant, professor de gestão de serviços da saúde, cita que no caso da memória os efeitos podem alterar os neurônios e causar perda do mesmo (ANDRADE, 2012).

A partir deste projeto temos o objetivo mostrar os malefícios do uso excessivo das tecnologias e formas de prevenção e cuidado para que as pessoas não tenham sérios problemas no futuro, como a dependência.

Metodologia

No primeiro momento realizou-se um levantamento bibliográfico sobre esta nova dependência das tecnologias. Em seguida foi estabelecido contato com o Hospital das Clínicas de São Paulo, através da doutora Sylvia Van Enck colaboradora do PROAMITI do instituto de psiquiatria do Hospital das clínicas São Paulo para levantamento de dados, uma vez que esta é a clinica brasileira pioneira no tratamento desta nova doença.

Análise e Discussão

Através do levantamento bibliográfico verifica-se a existência de uma nova dependência psicológica no mundo atual: Dependência das tecnologias.

Segundo a doutora Sylvia Van Enck colaboradora do PROAMITI, essa dependência tem se tornado comum entre as pessoas, na sua maioria jovem, desde 2006. Sabe-se através do trabalho do setor de psiquiatria do Hospital das Clínicas de São Paulo que após várias sessões de terapia em grupo e individual o paciente vê resultados significativos.

Para evitar este vício devemos tomar certas precauções deve ser tomado, tais como:

- Aderir hábitos novos, como se desconectar do aparelho celular pelo menos 1 hora ao dia.
 - Praticar atividades ao ar livre.
 - Ler livros.
 - Praticar atividades que exercitem o cérebro.
 - Conversar com a família e com os amigos porem pessoalmente, mantendo uma boa relação.
- O cuidado maior deve ser com as crianças, pois nos dias

atuais está cada vez mais ligada a tecnologia. Uma das formas de prevenção nesse caso é evitar ao máximo possível o contato com os aparelhos até certa idade, em que o cérebro não esteja totalmente em formação.

Conclusão

Concluimos que no mundo atual por conta do mau uso das tecnologias está surgindo uma nova dependência e a cada dia mais pessoas procuram tratamento para tal mal. No Brasil o local mais conhecido que oferece esse tratamento é o Hospital das Clínicas em São Paulo, que desde 2006 criou um projeto para estudar e tratar essa dependência.

Além desse tipo de tratamento devemos ter hábitos que evite a dependência.

Referências

ANDRADE, Cristiane. **Efeitos colaterais da vida moderna.** Disponível em:
<http://www.correiobraziliense.com.br/app/noticia/eu-estudante/me_gerais/2012/10/18/me_gerais_interna,328550/efeitos-colaterais-da-vida-moderna.shtml>. Acesso em: 01 ago. 2015.