

CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE USO DE DROGAS E O USO EXCESSIVO DE SMARTPHONES

RESUMO

O presente artigo aborda a experiência de um projeto educativo voltado à conscientização de jovens e adolescentes sobre os riscos do uso de drogas e uso excessivo de smartphones. Tais fatores podem impactar na aprendizagem de adolescentes e jovens. O objetivo foi conscientizar e promover a reflexão crítica sobre atos prejudiciais do consumo de drogas psicoativas e da dependência digital. Após uma pesquisa bibliográfica sobre o tema, a proposta pedagógica levou palestras e rodas de conversa, além da aplicação de um questionário com perguntas subjetivas e objetivas nas turmas de 1^a e 3^a séries do ensino médio, com total de 89 alunos. Foi realizado no CETI Marcos Parente pelo PIBID de Educação Física da Universidade Estadual do Piauí, Campus Professor Barros Araújo, em Picos/PI. As ações abordaram as consequências físicas, emocionais e cognitivas do comportamento nocivo, junto com o incentivo à empatia e à mudança de hábitos, até a adoção de um estilo de vida mais saudável associado ao exercício físico e a práticas de promoção à saúde mental, além da conscientização para melhorar a aprendizagem e noções sobre a fisiopatologia do vício e as suas consequências no cérebro. Buscou-se valorizar a interseção entre saúde, comportamento juvenil e os impactos na cultura digital no cotidiano escolar. Entre os principais resultados, observou-se uma maior sensibilização dos alunos quanto aos riscos do uso de drogas e do excesso das telas, além disso, os próprios estudantes afirmaram ter dificuldade de concentração nos estudos devido à busca excessiva de estímulos imediatos e prazerosos nas redes sociais, o que compromete a qualidade da aprendizagem. Diante disso, pode-se reafirmar a importância da escola como espaço de prevenção, diálogo, e transformação de realidades sociais marcadas por hábitos nocivos e desinformação.

Palavras-chave: Conscientização, Adolescentes, Dependência, Aprendizagem, Vício.