

## A SOCIEDADE DOS EXCESSOS E DO CANSAÇO NA ATUALIDADE (SAÚDE NA ESCOLA)

Frank Conceição Bezerra<sup>25</sup>

**Resumo:** As inúmeras transformações em todos os períodos da humanidade, o homem se faz da necessidade para criar suas ideias e transfigurar em materialidade havendo rompante da inercia para o movimento de transformação, de suas criações. Porém os avanços da humanidade fizeram e faz que o homem acabe ficando sedentário devido principalmente na contemporaneidade de suas próprias criações, e nesse estado acarreta diversas patologias tanto no seu físico quanto mental, ocorrendo pico durante o período pandêmico que assolou a humanidade. Em minha análise empírica desse estado contínuo que é vivenciado por uma parcela circunstancial da humanidade resolvi criar uma sequência didática para que meus alunos consigam nas aulas vigentes, analisar os perigos do uso desenfreados da internet, principalmente pelo uso excessivo das redes sociais e demais sites nocivos para a saúde, criando em conjunto, portfólios de alertas sobre os perigos que podem acometê-los. Após a apresentação do portfólio e a correlação entre os dados científicos e as respostas nas dinâmicas anterior para identificar e traçar um debate sobre o que as redes sociais fazem com os jovens e incentivar uma investigação sobre o que os jovens fazem com as redes sociais, tentando conectar essas questões aos temas e aos demais que foram e serão abordados ao longo do trabalho, sendo nas questões emocionais e psicológicas adquiridas pelos jovens na atualidade, através da leitura e debate sobre o conceito “Modernidade líquida” de Zygmunt Baumann. Vivemos em uma modernidade líquida onde nossas relações interpessoais cada vez mais estão instáveis e efêmeras, com inúmeras incertezas de como viveremos nesse movimento frenético que é nossas realidades e sociedade, buscar refúgio de isolamento nas redes criam uma falsa realidade do tempo, o tempo não experienciado. Essa sequência didática tem como cerne, trabalhar a saúde como tema transversal no currículo escolar de Filosofia na área básica de ensino, com enfoque na aprendizagem é a reflexão sobre um melhor e mais qualificado uso do tempo, em prol de evitar doenças psicológicas causadas pelo uso excessivo das redes sociais e internet. Trabalhar a análise crítica reflexiva dos alunos acerca dos conteúdos consumidos e

---

<sup>25</sup> Graduando em Filosofia (Licenciatura) pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: [frankgoodoy@gmail.com](mailto:frankgoodoy@gmail.com)

produzidos nas redes sociais. E os problemas que eles podem vir a causar num ambiente desconectado, off-online, na sua pura realidade presencial. Ex: Ansiedade, bullying/cyberbullying, baixa autoestima etc. Sob o ponto de vista do processo saúde/doença, as suas múltiplas dimensões, por si só, justificam a opção de caracterizar a educação para a Saúde como um tema transversal do currículo e em todas as áreas de conhecimento, principalmente a filosofia que tem um caráter do autoconhecimento de si.

**Palavras-chave:** Educação; Filosofia; Saúde.