

# **Lossless Memory: Sistema web para auxiliar no foco e concentração dos estudos.**

**Bhryan Stephenhen da Cruz**

## **RESUMO**

De acordo com o site TDAH.org, em uma pesquisa realizada em 2017, constatou-se que 5% das crianças, a nível global, desenvolvem o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade, de modo a prejudicá-las até a vida adulta em relação às habilidades de atenção e memória. Neste sentido, foi criada a plataforma “Pomo” — após a implementação de um questionário de validação — que visa mitigar as consequências geradas pelo transtorno aqui supracitado por intermédio da aplicação do método Pomodoro, criado pelo italiano Francesco Cirilo (1992). Assim, o usuário, ao acessar o site — composto pelas tecnologias Next.js (front-end), Node.js (back-end), PostgreSQL (banco de dados) e CSS modules (estilização), — terá a possibilidade de fazer ciclos de foco de 25 minutos, adjunto de exercícios de memorização. Portanto, é factível explicitar que essa pesquisa científica é de extrema importância para auxiliar no processo de aprendizagem de indivíduos com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade.

**Palavras-chave:** Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH); Método Pomodoro; Memorização

## **1. INTRODUÇÃO**

Durante o momento em que estamos concentrados, temos uma melhor condição para que a memória seja consolidada. No entanto, pessoas que tem TDAH tendem a ter muita interatividade com o ambiente no qual estão inseridas, por conseguinte, tem falta de memória.

Segundo o TDAH.org, em uma pesquisa feita em 2017, 5% das crianças desenvolvem o Transtorno do deficit de atenção e hiperatividade, o qual persiste até a vida adulta. A condição faz com que a pessoa tenha uma tendência a perder a sua atenção, fazendo com que sua memória seja má consolidada.

Nesse sentido, a fim de auxiliar quem sofre com o distúrbio, uma técnica criada pelo italiano Francesco Cirilo, tem amparado pessoas portadoras de TDAH, principalmente estudantes.

Por fim, o projeto apresentado visa auxiliar na perda de produtividade, um aspecto drasticamente comprometido pela quebra da concentração, e assim permitir ter uma melhor consolidação da memória. Esse aumento da concentração vem devido à intermitência que damos ao cérebro, fazendo com que durante o tempo de foco o cérebro não sinta necessidade de desfocar da tarefa.

## **REFERÊNCIAS**

RIVERO, Thiago Strahler. Análise do desempenho dos índices do Conners' Continuous Performance Test (CCPT) em uma amostra de adolescentes com TDAH. 2010. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), São Paulo, 2010.

[repositorio.unifesp.br/bitstream/handle/11600/8925/Publico-201.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unifesp.br/bitstream/handle/11600/8925/Publico-201.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

REDAÇÃO, do na Prática. História da técnica de Pomodoro. Na Prática. 2022. Disponível em: [napratica.org.br/pomodoro/](https://napratica.org.br/pomodoro/). Acesso em 14/04/22