

# 7ª MOSTRA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA SÃO LUCAS



## CRIANDO DIVERSÃO: ACESSIBILIDADE NA PALMA DA SUA MÃO

**Ludmyla da Silva MARTINS<sup>1\*</sup>; Kamily Vitoria de Souza DIAS<sup>1</sup>; Leticia de Freitas Rosa CAMARGO<sup>1</sup>; Paulo Henrique Soares MAIA<sup>1</sup>; Cauã Holsbach BELÉM<sup>1</sup>; Keven Sousa de DEUS<sup>1</sup>; Gabriel Feitosa DUARTE<sup>1</sup>; João Victor Galvão REGIS<sup>1</sup>; Kaymann Scheidd SKROCH<sup>1</sup>**

1. Centro Universitário São Lucas, Porto Velho, RO – BRASIL

\*Autor correspondente: ludmylamartins19@gmail.com

A atividade física desempenha um papel fundamental na promoção da saúde cardiovascular. Estudos têm demonstrado consistentemente os benefícios de se envolver em exercícios regulares, como a redução da pressão arterial, do índice de massa corporal (IMC) e do risco de desenvolver doenças cardiovasculares ao longo da vida. Reconhecendo a importância dessa conexão entre atividade física e saúde, estamos empenhados em desenvolver um aplicativo inovador que facilite e automatize jogos, recreação e lazer, proporcionando sugestões personalizadas de acordo com as necessidades e preferências de cada usuário. Nossa principal meta é contribuir para o desenvolvimento físico e mental de crianças de todas as idades e condições. A atividade física não apenas promove a saúde cardiovascular, mas também desempenha um papel crucial na saúde mental infantil. Estudos científicos demonstraram que a prática regular de atividades físicas pode reduzir o risco de sintomas de depressão e ansiedade em crianças. Além disso, o exercício físico contribui para a melhoria da autoestima, do sono, do humor e da qualidade de vida geral das crianças. Com base nessas evidências,

“

# 7ª MOSTRA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA SÃO LUCAS



nosso projeto visa desenvolver um aplicativo que proporcione jogos, recreação e lazer para crianças, levando em consideração suas especificidades individuais. O aplicativo terá uma interface amigável e envolvente, com uma ampla variedade de opções de atividades físicas e esportivas. Os usuários poderão escolher entre jogos tradicionais, como futebol, basquete e corrida, ou explorar atividades mais criativas, como dança, ioga e artes marciais. Também iremos incluir atividades ao ar livre, como caminhadas, ciclismo e natação, para incentivar as crianças a se conectarem com a natureza e desfrutarem de experiências ao ar livre. O aplicativo será desenvolvido para as plataformas iOS e Android, utilizando programação nativa em cada uma delas para garantir a melhor experiência do usuário. Os dados dos usuários serão coletados por meio de um formulário abrangente, que incluirá informações relevantes, como idade, condições físicas e mentais, preferências de atividades e outros fatores que possam influenciar na recomendação de atividades. A privacidade e a segurança dos dados dos usuários serão uma prioridade, e todas as informações serão armazenadas de forma criptografada e utilizadas apenas para melhorar a experiência do usuário e fornecer recomendações personalizadas. Com base nos dados fornecidos pelos usuários, o aplicativo será capaz de gerar sugestões personalizadas de atividades recreativas. Utilizaremos informações científicas confiáveis para garantir a qualidade e efetividade das atividades recomendadas. Além disso, o aplicativo terá recursos interativos, como desafios, conquistas e recompensas virtuais, para incentivar e motivar as crianças a se engajarem em atividades físicas de forma consistente. Estudos recentes têm destacado o potencial dos dispositivos móveis no estímulo à prática de exercícios físicos. Uma meta-análise que englobou 26 estudos mostrou que o uso de tecnologia móvel, como aplicativos, rastreadores de atividade física e mensagens de texto, está associado a um aumento significativo na atividade física, especialmente quando combinado com intervenções comportamentais. Essa constatação reforça a importância do desenvolvimento de um aplicativo personalizado para incentivar as crianças a se envolverem em

# 7ª MOSTRA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA SÃO LUCAS



“ atividades físicas e esportivas, promovendo um estilo de vida ativo e saudável desde cedo. Além de ser benéfico para as crianças, o aplicativo também será uma ferramenta útil para os pais e cuidadores. Eles poderão acompanhar o desenvolvimento infantil, receber recomendações de atividades adequadas e contribuir para a saúde cognitiva de seus filhos. A atividade física também está associada à melhoria da função cognitiva, incluindo a atenção, memória e resolução de problemas em crianças. Portanto, o aplicativo de jogos, recreação e lazer personalizado desempenhará um papel importante na promoção da saúde infantil de maneira holística. Com a utilização de sensores e tecnologias de monitoramento, o aplicativo permitirá o acompanhamento do progresso das crianças em suas atividades físicas, fornecendo feedbacks e sugestões para melhorar seu desempenho. Os usuários poderão acompanhar seu tempo de atividade, distância percorrida, calorias queimadas e outros indicadores relevantes. Isso ajudará as crianças a estabelecerem metas pessoais e a monitorarem seu próprio progresso, desenvolvendo habilidades de autorregulação e responsabilidade. Dessa forma, buscamos fornecer uma experiência interativa e estimulante, que motive as crianças a se envolverem em atividades físicas de maneira divertida e segura. O aplicativo será constantemente atualizado com novas atividades, desafios e recursos para manter o interesse e o engajamento dos usuários. Em resumo, o desenvolvimento de um aplicativo de jogos, recreação e lazer personalizado para crianças é uma ferramenta valiosa para promover a saúde e o bem-estar infantil. Por meio da coleta de dados e do uso de tecnologia móvel, nosso objetivo é fornecer sugestões personalizadas de atividades, garantindo que cada criança tenha acesso a oportunidades adequadas ao seu desenvolvimento. Além disso, o aplicativo será uma ferramenta útil para pais e cuidadores, auxiliando-os no acompanhamento do desenvolvimento infantil e no estímulo a um estilo de vida ativo e saudável. Acreditamos que

”

# 7ª MOSTRA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA SÃO LUCAS



investir na saúde e no bem-estar das crianças é um investimento no futuro, promovendo uma geração mais saudável, feliz e resiliente.

”

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Pub Med: Increasing physical activity with mobile devices: A meta-analysis | Jason Fanning e cols, J Med Internet Res . 2012,
- JAMA Pediatrics: Lancet Child & Adolescent Health | Nicholas J. Kassebaum, MD, Institute for Health and Metrics and Evaluation, University of Whashington,

**Palavras-chave: aplicativo, jogos, recreação, crianças, lazer.**