

Fadiga Zoom

O que é a fadiga do Zoom?

O Cansaço após videoconferências no Zoom.

Por que isso acontece?

- Falta de interação não-verbal
- Atenção dividida
- Falta de descanso visual

Como combater a fadiga do Zoom?

- Faça pausas frequentes
- Reduza a atenção dividida
- Converse com os colegas de trabalho



A despersonalização gerada pelo sobreuso de trabalho representada.

Autores:

Rogério de Almeida Lopes e Hermano Alexandre Lima Rocha

Referências

DA SILVA, Osni Oliveira Noberto; DE SOUZA, Gildison Alves. O uso da aprendizagem baseada em problemas em cursos de graduação do ensino superior: uma revisão sistemática. Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia, v. 8, n. 1, p. 472-481, 2020.