

Estudantes treinam o cérebro para o vestibular

O segredo para se dar bem na prova é treinar a inteligência: atenção, memória e raciocínio lógico podem garantir bom desempenho na prova

09/08/2016 15:04:29

Todos os anos, milhares de alunos dedicam horas e mais horas estudando para realizar um sonho em comum: entrar na faculdade. Atividades preparatórias como simulados e revisões são regras básicas para enfrentar a prova. Mas o que muitos estudantes estão fazendo agora para conquistar um diferencial é treinar o cérebro.

Passa na frente aquele que consegue raciocinar rápido, para terminar a prova no tempo estipulado; aquele que consegue se concentrar em meio à sala lotada de concorrentes; aquele que consegue acessar as informações na memória diante do nervosismo da situação. E quem pensa melhor é quem faz exercícios para o cérebro.

“A ginástica cerebral é toda atividade baseada em novidade, variedade e desafio crescente. Sua prática fortalece as ligações entre os neurônios e melhora habilidades como memória, concentração, criatividade e raciocínio”, explica brevemente Solange Jacob, mestrandia em Processos Cognitivos pela Universidade de Validolid, na Espanha e Diretora Pedagógica Nacional do SUPERA

As habilidades desenvolvidas pelo curso do SUPERA dão o suporte ao aluno que precisa estudar diariamente muitas disciplinas, decorar conceitos e fórmulas e resolver grande volume de exercícios.

Prova disso é a aluna Rebeca Accioly, de 17 anos, que treina o cérebro no SUPERA Recreio, no Rio de Janeiro (RJ). Ela sabe que, para conquistar a vaga dos sonhos na faculdade de Direito, é preciso ter muito foco.

“Antes de começar a fazer ginástica para o cérebro, eu enfrentava muitas dificuldades com matemática. Hoje, com a prática do ábaco, meu raciocínio lógico melhorou bastante. Quando vou resolver um problema, penso em vários caminhos diferentes que antes eu não pensava”, declara a estudante que faz o curso há cinco meses.

Ela sofre de déficit de atenção e inicialmente se consultou com um neuropsicólogo que indicou cursos para potencializar o desempenho cerebral.

“Comecei a fazer um curso pela internet, mas não ajudou muito. Aí minha mãe descobriu o SUPERA, fiz uma aula experimental e me apaixonei. Hoje está fazendo muita diferença na minha vida”, comenta Rebeca.

Assim como ela, o aluno Igor Ferreira, de 18 anos, também está se preparando para conquistar a tão almejada vaga em uma faculdade. Ele quer ser engenheiro. Para potencializar os resultados nos estudos, ele começou a praticar ginástica cerebral na Puniidade SUPERA Brigadeiro, em São Paulo (SP).

Igor também elege o ábaco como principal aliado nos estudos. Ele afirma que a ferramenta exige concentração total, e por isso, hoje consegue focar melhor a sua atenção quando está estudando para as provas.

Além disso, o ábaco o ajudou a desenvolver a habilidade de fazer cálculos mentais. O que, segundo ele, representa uma grande vantagem, pela agilidade na resolução dos exercícios.

Para a estudante Paula Fernanda Passinho, de São José dos Campos (SP), os jogos pedagógicos auxiliam tanto nas atividades do dia a dia, quanto na concentração necessária na hora do aprendizado.

“O que faz com que eu ganhe tempo nas provas. Ao ler textos, assimilo e leio com mais facilidade, na hora de interpretar não preciso voltar a ler o mesmo texto várias vezes, pois além de ler mais rápido consigo lembrar as informações mais importantes”, conta.

De acordo com Solange, o aprendizado estimula diversas áreas do cérebro e, por isso, deve estar preparado para receber a sobrecarga de informações que os estudos exigem.

“Para aprender, são necessárias inúmeras conexões neurais em que o cérebro funciona como uma orquestra para acessar a informação que é estocada em múltiplas áreas. A aprendizagem é mente e corpo: movimento, alimentação, ciclos de atenção e aprendizagem construída quimicamente por meio da plasticidade cerebral (a capacidade do cérebro de modificar seu funcionamento, se reorganizar estruturalmente e se adaptar em resposta à experiência e a estímulos repetidos)”, diz a especialista.