

# SISTEMA DE ADMINISTRAÇÃO DO TEMPO ATRAVÉS DE UM MÉTODO

## MODERNIZADO COM FERRAMENTAS: Pomodoro 2.0

**Autores: Ana Luiza Palauro  
Larissa L. Rodrigues Alves  
Levi Silva Guareschi.  
Orientador: Milene da Silva.  
Curso Técnico em Logística – 2024**

### INTRODUÇÃO

O método Pomodoro é um gerenciador de tempo que visa aumentar a produtividade e o foco do usuário. Consiste em ciclos de 25 minutos de atividade e 5 minutos de descanso (CIRILLO, 2018). Já o *kanban* (OHNO, 1950) por sua vez é uma forma visual de separar e priorizar etapas de uma determinada atividade. Com isso, o Pomodoro 2.0 é uma tese desenvolvida para aplicar esses dois gerenciadores de forma combinada, mais atualizada e online. Foi necessário essa adaptação por conta da maior demanda de resultados e limite de tempo que se mostram mais desafiadores no cotidiano, e principalmente nas áreas logísticas que os componentes do grupo trabalham.

### OBJETIVO

Oferecer uma solução para os usuários com dificuldade de atenção e gerenciamento de tempo e tarefas.

### METODOLOGIA

Para o desenvolvimento do Pomodoro 2.0, foi realizado um levantamento das necessidades dos usuários em diferentes ambientes de trabalho. Em seguida, foram escolhidos aplicativos básicos disponíveis em sistemas operacionais móveis para implementar alarmes e alertas automatizados.

O desenvolvimento incluiu as etapas de fazer uma análise das tarefas e o tempo usado para realizá-las, observando os pontos a serem melhorados, e então, testes foram aplicados em diferentes cenários, como ambientes de trabalho e estudo, exigindo uma certa gestão de tempo.

Foi dada a validação por meio destes testes práticos com os membros do grupo que aplicaram em suas próprias rotinas diárias usando o sistema.

### RESULTADOS

Com o intuito de otimizar o tempo de maneira mais prática, o grupo fez um levantamento técnico com as maiores necessidades e desafios encontrados no cotidiano pessoal e profissional. Com isso, o grupo desenvolveu um gerenciador de tempo online.

Através de aplicativos, o usuário pode começar com um simples alarme para despertar e iniciar atividade com uma música ligando automaticamente no seu celular. Isso fará com que o usuário lembre de tal tarefa, assim, não haverá esquecimento da atividade. Além disso, há uma meta de tempo para finalizá-la, e, ao chegar no fim do tempo estipulado, será alertado novamente pelo alarme, e com isso, inicia-se a próxima atividade.

### CONCLUSÃO

Neste presente trabalho conclui-se que, dentro das abordagens feitas, o resultado foi positivo, cumprindo com seu objetivo de auxiliar e expandir a eficiência na rotina. Contudo, a forma de execução determina o sucesso na aplicação do sistema.

### REFERÊNCIAS

CIRILLO, F. The Pomodoro Technique. [s.l.] Currency, 2018.  
OHNO, T. TOYOTA MOTOR CORPORATION, 1950.