

O ESTADO DE HUMOR DE PRATICANTES DE JOGOS ELETRÔNICOS

THE STATE OF HUMOR OF ELECTRONIC GAMES PLAYERS

Laenno da Costa¹
Jonatha Pereira Bugarim²
Dayanne Zanelato Dondoni³
Ney Calandrini de Azevedo⁴
Smayk Barbosa Sousa⁵

RESUMO

A partir da prática dos jogos eletrônicos, este artigo tem por objetivo identificar as alterações sobre o nível de humor que ocorre nos praticantes desses jogos. O estudo foi de caráter descritivo e teve participação de 30 voluntários, que jogam diariamente. Para melhor condução do estudo foi usado um questionário de caracterização dos participantes (idade, renda, local, aparelho, escolaridade, tempo de jogo e realização de exercícios físicos regularmente), bem como a Escala de BRUMS (ROHLFS et. al 2008), para verificar os níveis de humor dessa população. Resultados: De forma geral, o vigor se mostrou com maior destaque entre os escores, e os demais fatores com menor evidência, porém com índices significativos, dessa forma houve uma tendência de representação do perfil iceberg. De maneira geral, conclui-se que há um nível aceitável de estado de humor e que alguns escores de grau negativo podem ser levados em conta por serem características presentes durante os jogos. Já a influência para um humor positivo, quando tratado do vigor, é o fato de mais da metade dos participantes fazerem exercícios físicos regularmente.

Palavras chaves: Jogos eletrônicos. Vigor. Educação.

ABSTRACT

Based on the practice of these games, this article aims to identify changes in the level of mood that occurs in these practitioners of electronic games. The study was descriptive and had the participation of 30 volunteers, who play daily. To better conduct the study, a questionnaire was used to characterize the participants (age, income, location, device, education, playing time and regular physical exercise), and the BRUMS Scale (ROHLFS et. al 2008) to verify levels of mood in this population. Results: in general, vigor was shown with greater prominence among the scores, and the other factors with less evidence but with significant indices, thus there was a tendency to represent the iceberg profile. Thus, it is generally concluded an acceptable level of mood, some negative scores can be taken into account because they are characteristics present during games, the influence for a positive mood when

¹ Licenciado em Educação Física pela Universidade do Estado do Pará. E-mail: laenno96@gmail.com.

² Doutorando em Educação pela Facultad Interamericana de Ciencias Sociales. E-mail:bugarim@hotmail.com.

Membro do Grupo de Estudos em Doenças Amazônicas e Atividade Física.

³ Mestranda em Educação pela Facultad Interamericana de Ciencias Sociales.

E-mail: dayannedondoni@hotmail.com.

⁴ Doutor em Saúde Pública pela Facultad Interamericana de Ciencias Sociales.

E-mail: ncalandrini@yahoo.com.br.

⁵ Doutor em Medicina Tropical pela Universidade do Federal do Pará. Líder do Grupo de Estudos em Doenças Amazônicas e Atividade Física.

Costa, L., Bugarim, J.P., Dondoni, D.Z., Azevedo, N.C, Sousa, S.B.;O Estado De Humor De Praticantes De Jogos Eletrônicos. Revista Portuguesa de Ciências e Saúde V.1, N°1, p.01-20, Jan/Jul. 2020. Artigo recebido em 05/02/2020. Última versão recebida em 18/04/2020. Aprovado em 10/05/2020.

dealing with vigor, is the fact that more than half of the participants do physical exercise regularly.

Keywords: Electronic games. Vigor. Education.

INTRODUÇÃO

Mendes (2005), ao transcorrer sua linha temporal histórica, transformou o jogo, gerando capacidades novas para a sociedade, desempenhando ação em temas econômicos e sociais, de acordo com a imprescindibilidade de cada situação. De maneira que presenciamos no jogo eletrônico um grande crescimento na sua evolução, sendo classificado por ser uma das mercadorias, do seu gênero, mais vendidas mundialmente.

Wolf (2006) afirma que houve uma expansão na produção científica direcionada a pesquisas de jogos eletrônicos e videogame a partir dos anos 2000. Por consequência, essa temática tem adquirido força para estudos científicos.

Desde a criação dos jogos eletrônicos, no qual o objetivo era somente o divertimento, mas que acarretou nesse empreendimento dos games; até os dias de hoje, em que se tornou presente nas primeiras filas na categoria de entretenimento em parâmetro mundial, o nosso país é um relevante contribuidor, seja no consumo ou na produção de jogos, conforme apontam os dados estatísticos da Indústria Brasileira dos Jogos Digitais. Nesses dados constata-se o crescimento da quantidade de estúdios, nos quais foram produzidos 1.718 games no período dos últimos cinco anos, sendo 874 games de cunho educacional, 785 de característica somente de divertimento e 59 sem especificação (BRASIL, 2018).

Em frequente processo evolutivo, o videogame foi tratado como maneira de diversão e lazer. Oportunizar o entretenimento com os jogos não é o único foco, o uso dos jogos eletrônicos tem sido constantemente estudado e experimentado para finalidades educativas. No meio de diversos gêneros de games, os exergames estão mais presentes na literatura e são conceituados por jogos que detectam as ações corporais por intermédio de sensores, possibilitando o atuar mutuamente com cenários virtuais, havendo a transmissão de quem está jogando com o programa por meio do empenho físico realizado pelo corpo (VIEIRA *et al.*, 2014).

McCarry (2013) apresentou um conceito em relação à ansiedade, no qual especificava que se constitui de fenômenos físicos e mentais estimulado de fatores como apreensão e estado de ameaça, diferindo conforme a pessoa e a circunstância. Esses níveis emocionais influenciam vigorosamente as ações do indivíduo, incomodando seus atos na tomada de

decisão, bem como seu desempenho social e desportivo (TAMMINEN; CROCKER; MCEWEN, 2016).

A partir dessa prática dos jogos eletrônicos, surge o problema da pesquisa: “Quais as alterações que ocorrem em indivíduos praticantes de jogos eletrônicos sobre o nível de humor?”

O estudo tem como objetivo geral identificar as alterações que ocorrem em indivíduos praticantes de jogos eletrônicos quanto ao estado do humor e o vigor físico. Já os objetivos específicos são: i) analisar o nível de humor dos praticantes de jogos eletrônicos; ii) verificar a relação do vigor físico nos praticantes de jogos eletrônicos; iii) identificar os benefícios e malefícios na prática dos jogos eletrônicos.

A maioria dos jogos é criada sem o intuito de serem do ramo educativo. No entanto, aspectos tais como: matemática, lógica e atividades que ativam as ondas cerebrais (instigando o uso do raciocínio), se tornam educativos, mesmo que esse não seja o objetivo (MASTROCOLA, 2011).

Tendo em vista a popularização dos jogos eletrônicos, bem como sua presença no cotidiano de muitas pessoas, além das inúmeras pesquisas relacionadas a eles e aos temas adjacentes aos jogos, por exemplo, entender se os níveis de humor são interferidos pelos mesmos. Por tudo isso, verifica-se a necessidade de uma discussão acerca da temática, relacionando-a com a Educação Física, possibilitando novas metodologias e conhecimentos.

1. REVISÃO DE LITERATURA

1.1 CARACTERIZANDO OS JOGOS ELETRÔNICOS

Para Dóia e Resende (2020) o assunto expressado nos games é algo predeterminado, pois o praticante tem contato com uma elaboração já traçada. Com padrões definidos, as imagens manifestam uma temática incorporada por meio virtual aos seus utilizadores. Sendo assim, o maior segmento dessa imaginação é focado para uma maneira de comercialização em massa. No oposto, o intuito seria de instigar o pensar do jogador, no qual o lúdico seja formulado pelo próprio indivíduo. Os jogos eletrônicos realmente são capazes de despertar universos fantasiosos e perspectivas que fujam do real, no entanto, é primordial indagar se esses aspectos de fato favorecem em um pensar mais imaginativo e criativo nos seus jogadores.

De acordo com Reis (2013), o termo videogame é derivado do idioma inglês, da qual sua tradução refere-se ao videojogo ou jogo em vídeo. Conforme o nome sugere, é uma categoria de jogo que se passa através de um aparelho de exibição, podendo ser um televisor, um monitor de vídeo ou instrumentos similares, e que haja representação gráfica, por conseguinte o videogame é uma forma de jogo eletrônico.

Conforme Greenfield (1988), toda vez que o jogador aprimora sua forma de jogar, retêm contribuições positivas e, dessa maneira, o jogo é mais bem assimilado mediante a incorporação das regras. O autor pondera que os jogos portam peculiaridades únicas, na qual o jogador tem a chance de experimentar variadas possibilidades e sensações, pois a cada circunstância ele é instigado a lidar com diferentes tarefas, as quais aparentam ser imprevisíveis, em que os jogos recriam escalas de analogia de respostas variadas, desse modo buscando cativar o jogador.

Encontram-se várias categorias de jogos para videogames, as quais se divergem pelos propósitos que qualquer um deles procura alcançar, sendo que boa parte dos jogos é viável para utilização nas atividades em aulas, referindo-se Costa (2014) como Jogos de Ação, Jogos de Aventura, Jogos de RPG (Role Playing Game), Jogos de Lógica, Jogos de Estratégias e Jogos Educativos, sendo que estes surgem com intuito de melhorar o aprendizado dos estudantes.

Os jogos eletrônicos produzem diversas linguagens no universo virtual, que combinam imagens, sons e textos, inserindo os minigames, celulares e os jogos direcionados para os computadores (online ou off-line), os softwares preparados para videogames, os fliperamas e simuladores. Logo, as *lanhouses* se estabeleceram como ferramenta de imensa fascinação econômica, tecnológico e global (RAMOS, 2012).

De acordo com Freire e Guerrini (2016), as evoluções tecnológicas intercederam de modo direto nas manifestações do jogo, propiciando uma ascendência da difusão dos jogos eletrônicos, relacionado à gradativa queda na prática dos jogos populares.

Singer e Singer (2007) indicam o computador como um instrumento para colaborar e simplificar trabalhos e processos, à medida que os livros, documentários e filmes são os principais fatores para a participação na construção do imaginário e o começo de uma sociabilização educativa. No entanto, os jogos para computador têm clara capacidade de melhorar as competências visuais, físicas e, também, as habilidades de controlar mentalmente variadas figuras e imagens.

1.2 OS JOGOS ELETRÔNICOS ONLINE

Os jogos eletrônicos online são compreendidos, na atualidade, como uma forma natural do jogar, além de ser essencial ao público jovem, todo esse procedimento é capaz de ser explicado através da expansão do uso dos computadores. Amaral e Paula (2007) esclarecem que esse fato acontece tendo em vista a imersão dos alunos com os novos aparatos tecnológicos e, por isso, encontra-se a frente no processo de modificação da vida cotidiana em relação ao uso da tecnologia. Isso ocorre por que esses alunos mais jovens já nascem rodeados por um ambiente multimídia, com livre acesso a internet, em seu próprio âmbito familiar. Sendo assim, essas crianças e jovens tem o intelecto preparado para o uso diário da tecnologia, haja vista que está relacionado à sua rotina o fácil manuseio de ferramentas e processos do computador, tornando-se simples para os mesmos.

Quando se trata de comunicação e interatividade, indubitavelmente a internet as implementou e as ampliou de forma relevante. Na percepção de Castells (2006), espaço e tempo traçam novas perspectivas, no espaço de lugares é adicionado o espaço de fluxos, que é uma forma de prática social que controlam e contornam uma sociedade na rede, sendo assim, não pertencendo a determinado tempo, interagindo eles na mesma mensagem, por uma mesma via, sendo o suporte para a cultura da virtualidade.

Pereira (2012) indica que os jogos eletrônicos têm o efeito de proporcionar elementos com diversas experiências, possibilitando um espaço na vida social atual propiciado através do ciberespaço, de maneira que os jogadores se atribuem variados papéis constituindo realidades misturadas e diversificadas (real/virtual).

Já para Kenski (2006) os jogos em rede são produzidos com intuito de serem praticados em grupo. No qual os jogadores da mesma equipe podem estar alocados em lugares distantes ou presentes em um mesmo lugar, desde que se encontrem ligados na mesma linha em rede, com o propósito de ganhar de seus adversários, para ter o seu nome e o nome do seu time divulgado para todos os outros que jogam.

O entusiasmo das crianças e jovens por jogos eletrônicos em rede é entendível, conforme Santaella (2004) analisa, pois esses indivíduos estão imersos na era tecnológica. Sendo assim, o contato acontece desde cedo em comparação às gerações anteriores. No entanto, sucede inúmeros debates sobre os temas abordados nesses jogos eletrônicos e a cerca de uma eventual atuação negativa influenciando e alterando a personalidade dos estudantes e jovens em geral, sendo capaz de induzir à agressividade e à perda de empenho na prática de atividades sociais. Apesar dos jogos serem frequentemente realizados como atividades físicas.

1.3 JOGOS ELETRÔNICOS: Interferência na formação

Gadelha (2020) afirma que os jogos eletrônicos possuem capacidade e muita relevância como recurso para a Educação Física Escolar, no qual os professores e alunos podem vivenciar novas experiências, sendo extraído o material cultural que dele se obtém. De acordo com o autor, a colaboração e conclusões das quais foram obtidas do seu estudo afirmam que para projeções futuras espera-se o manuseio dos jogos eletrônicos com abordagem crítica e emancipatória, tornando-os mais uma alternativa possível entre várias. Assim, vemos um novo método de ensinamento na interpretação de assuntos nas aulas de Educação Física, com o propósito de apresentar novas reflexões e práticas.

De acordo com Faria (2006), alguns jovens até conseguem burlar as regras presentes nos jogos para computador. Apesar de ser extremamente difícil conseguir essa façanha, entretanto, tem jovens que ficam bastante tempo utilizando o computador e que, por isso, alcançam competências que os permite romper essas regras. Para esses indivíduos isso causa uma sensação satisfatória, pois estão derrotando o mecanismo, no entanto, de maneira fraudulenta e desonesta, de modo que possa futuramente ocorrer prejuízos no âmbito escolar e social.

Na opinião de Singer e Singer (2007), os estudantes quando jogam ficam sem rumo no meio virtual. O que é assimilado por meio dos jogos só é propício se produzidos junto à fantasia, essencialmente com a experiência e a habilidade, refletindo e imaginando no mundo real. A utilização desses jogos de computadores dificulta aos jovens realizarem tarefas produtivas no convívio familiar, no círculo de amigos e no relacionamento escolar.

Veen e Vrakking (2009) afirmam que se o colégio agregasse o jogo como forma de aprendizagem, conseguiria tornar um local mais prazeroso de encontro para os estudantes, que atualmente se sentem muito bem nas circunstâncias virtuais.

Abreu et. al (2008) associam a prática de jogos eletrônicos com uma maior simplicidade de aprendizagem, a melhora na orientação espacial e de sociabilidade é resultado do progresso de capacidades motoras e cognitivas. Sob outra perspectiva, explicam que existem pesquisas indicando que a utilização exacerbada do videogame e jogos eletrônicos pode acarretar em um distúrbio psiquiátrico e na alteração da personalidade do estudante.

1.4 JOGOS ELETRÔNICOS: Educação e Informática

De acordo com os instrumentos pedagógicos, Xavier Neto *et al.* (2009) ao analisar a carência da utilização da informática como equipamento pedagógico, afirma que o Ministério da Educação (MEC) elaborou, em meados da década de 1990 - através da Portaria nº 522, de 09 de abril de 1997 (BRASIL, 1997) - a proposta inicial do Programa Nacional de Informática na Educação (ProInfo), com a intenção de viabilizar a utilização desses aparatos tecnológicos de forma positiva, proporcionando o crescimento e conhecimento de forma pedagógica no ensino fundamental e médio da rede pública. Sendo o propósito basilar o de propiciar o uso de ferramentas pedagógicas para a informação e comunicação dentro da Educação Básica, nas unidades de ensino do sistema público. Logo, o ProInfo foi batizado de Programa Nacional de Tecnologia Educacional.

No ano de 2010 foi criada a Lei nº 12.249, de 14 de junho de 2010 (BRASIL, 2010), que promulga o Programa Um Computador por Aluno (PROUCA), que tinha como principal aspecto proporcionar a inclusão digital de forma pedagógica e evolução no progresso de aprendizagem e ensino dos estudantes, bem como do educador, nos colégios públicos no Brasil, por intermédio de aparelhos portáteis classificados de laptops educativos. Estes aparelhos obtidos possuía o sistema operacional diferenciado, próprio para o uso educacional, que permitiu seu fácil manuseio, garantindo a segurança dos alunos em questão dos conteúdos que estão sendo absorvidos. Portanto, o projeto foi criado de maneira específica para sua utilização no âmbito escolar.

De acordo com Orlandi *et al.* (2018), a utilização de sites, vídeos e *podcasts* cativam a atenção dos estudantes e esse fato foi completamente confirmado em pesquisa. No entanto, o uso dos games é apontado como mais um método, o conhecimento arrematado desse aparato pode ser direcionado, seja qual for o público, incluindo indivíduos que possui deficiência visual. Em alguns contextos, o jogo eletrônico contribui, através de recurso, na retenção de conhecimento dos seus praticantes, transfigurando sua realidade. Para os autores, a ideia de gamificação incorporada na educação desenvolve o fator de motivação dos educandos de modo imprescindível, logo, a utilização contínua desse método incentiva os alunos na aprendizagem, tornando-se essencial.

Para Haydt (2006) o meio de educação de estudantes, professores e sociedade se aligeiram quando as atividades propostas são realizadas pelo auxílio de um computador. Dessa maneira, constituindo uma função de processamento e retenção das informações obtidas, ainda que o computador esteja presente no cotidiano dos estudantes, ele ainda é colocado, por alguns, como um aparelho de desconfiança, propício a ocasionar interesse ou

hesitação. Vale ressaltar que esse aparelho interpreta uma porção do meio de pensar, além de utilizar elocuições bem parecidas com a humana.

Vygotsky (2002) alega que um indivíduo se torna humano quando obtêm a cultura, seja histórico, social ou cultural, com o intuito de se chegar ao conhecimento. Para isso, é necessário caminhar através do modo de sua cultura, na qual acontece contato entre o sujeito e o grupo que ele vive. Por intermédio da cultura, o sujeito desde a fase infantil conhece e adquire novos hábitos de seu âmbito exterior, adentra em diálogo com os demais e, posteriormente, desfruta de uma evolução sobre seus atos.

Tavares (2006) atenta para o fato de que são mínimos os aposentos de aula ou escolas que podem oferecer o uso de jogos eletrônicos como forma de recurso de aprendizado e discernimento, seja em qualquer matéria. Apesar de ter percebido que os estudantes, desde a fase de adolescência, são cada vez mais atraídos por esses jogos eletrônicos.

Desse modo, para Belloni (2008) o uso dos jogos com objetivos educativos requer modificações bruscas na forma de didática e compreensão do ensino. Afirmando que as particularidades dos jogos eletrônicos, tais quais, virtualização, acessibilidade, simulação, bem como a demasia e a drástica abundância de informações, são recentes e necessitam de princípios metodológicos e conceituais totalmente diferenciados dos métodos convencionais de ensino.

1.5. JOGOS ELETRÔNICOS: Distúrbio/ Doença

A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2018), na 11ª classificação internacional de doenças (CID-11), expôs a relação entre os jogos eletrônicos com os distúrbios e doenças através da denominação “*Gaming disorder*”, ou seja, o conceito de vício em decorrência dos jogos eletrônicos como distúrbio de saúde mental. Simultâneo a isso, a neuroestimulação equivalente vem sendo ligada através dos jogos ao aperfeiçoamento de capacidades intrínsecas, como a melhora na memória visual e coordenação motora.

Dias (2019), em seu estudo, relata que encontrou três formas capitais de danos, sendo: o físico, causado pela realização de atividades intensivas e as partes afetadas como o pescoço, costas e polegares, assim ocasionando muitas dores nessas áreas, além de levar ao sedentarismo e posteriormente à obesidade; o psicológico, o indivíduo ao realiza alguma atividade simples do seu cotidiano expressa muita dificuldade, necessitando de bastante atenção ao realizá-las e dessa maneira afetar o desempenho na escola; o agravo social, em que o sujeito abstém-se do contato social e evita o progresso de seu cognitivo emocional, sendo

capaz de despertar conduta violenta em algumas situações. Através dos resultados obtidos na pesquisa, constatou-se que a saúde do praticante pode ser afetada de forma maléfica devido à intensa prática dos jogos eletrônicos.

2. MATERIAL E MÉTODO

2.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

A natureza desta pesquisa foi básica, pois não teve a necessidade de uma aplicação prática. Segundo Thomas e Nelson (2002), a pesquisa básica se caracteriza pelo investigador da pesquisa possuir um cauteloso comando das circunstâncias. Vale ressaltar que a proposta de pesquisa não perpassa por uma realização muito habitual, tendo em vista a prática direta.

A presente investigação se define como pesquisa quantitativa, pois foi usada especificamente para responder às questões da pesquisa arroladas à comparação de variáveis em relação ao estabelecimento dos estados de humor dos praticantes de jogos eletrônicos.

Além disso, o estudo foi de nível descritivo. Pois, de acordo com Gil (2002), a pesquisa descritiva tem como objetivo principal a exposição de características de certas populações ou de certos fenômenos. De acordo Thomas e Nelson (2002), a mesma é uma forma de investigação que visa expor o eixo central do estudo. Sendo o instrumento de coleta de dados definido foi um questionário.

2.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA

O público participante do estudo foi composto por 24 homens e 6 mulheres, com a média de idade dos homens em 22,25 anos e das mulheres em 20,83 anos, ressalta-se que todos os praticantes de jogos eletrônicos da pesquisa jogam diariamente. Para que os indivíduos se enquadrassem perfeitamente na questão levantada nesta pesquisa, fez-se necessária a prática diária com jogos eletrônicos, sendo assim, a localidade dos participantes ficou espalhada entre as regiões do Brasil da seguinte maneira: 16 no Norte(53,3%) ; 6 no Sudeste (20%); 4 no Nordeste (13,3%); 3 no Sul (10%); 1 no Centro-Oeste (3,3%).

2.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Somente participaram da pesquisa pessoas que jogavam mais de uma hora por dia, seja por meio de celular, computador ou videogame, e participasse de competições online.

2.4 CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO

Não participaram da pesquisa os jogadores de jogos eletrônicos com idade abaixo de 18 anos e que jogassem a menos de dois anos.

2.5 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS

2.5.1 Escala de Humor de Brunel (BRUMS).

Esta pesquisa se guiará pelo teste de BRUMS (Escala de Humor de Brunel), validado no Brasil (ROHLFS *et al.*, 2008) e elaborado para permitir uma rápida estimativa do estado de humor em públicos formados por adultos e adolescentes. O BRUMS possui 24 indicadores simples de humor, nos quais são dispostos por: sensações de raiva, disposição, nervosismo e insatisfação, que são explícitos na pessoa que está sendo avaliado. Os avaliados dizem como se sentem em relação às tais sensações, em conformidade com a escala de 5 pontos (sendo, 0 = nada a 4 = extremamente).

Tabela 1 - Subescalas da escala de humor de BRUMS

| Fatores | Conceito |
|-----------------|--|
| Tensão | Estado de tensão musculoesquelética e preocupação |
| Depressão | Indicação de humor: deprimido, tristeza e infelicidade |
| Raiva | Sentimentos de hostilidade. Estado emocional variando de sentimentos |
| Vigor | Estado de energia, animação, atividade e vigor físico |
| Fadiga | Estados de esgotamento, apatia e baixo nível de energia |
| Confusão Mental | Ansiedade, sentimentos de incerteza e instabilidade nas emoções |

Fonte: ROHLFS *et al.* (2008)

Para realização da coleta de dados da pesquisa foi necessária a apresentação da ficha do Consentimento Livre e Esclarecido, após a explicação dos objetivos e a participação voluntária no estudo pelos jovens acima de 18 anos. Após a assinatura do TCLE se deu início a aplicação do questionário.

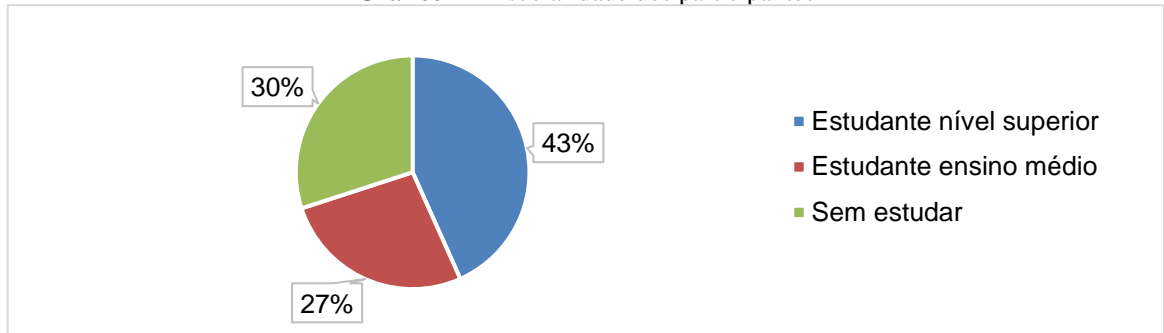
Foi elaborado um questionário eletrônico no Google Forms, baseado no teste de BRUMS e contendo os 24 itens. O link do formulário foi enviado para os participantes da pesquisa, no qual os participantes primeiramente tinham acesso ao TCLE, para somente após a confirmação e habilitação do mesmo, ser liberado o acesso para responder as perguntas de múltiplas escolhas.

2.6 ANÁLISES DE DADOS

O resultado foi analisado através do programa Microsoft Excel 2016 e foram expostos em forma de gráficos e tabelas, para melhor compreensão.

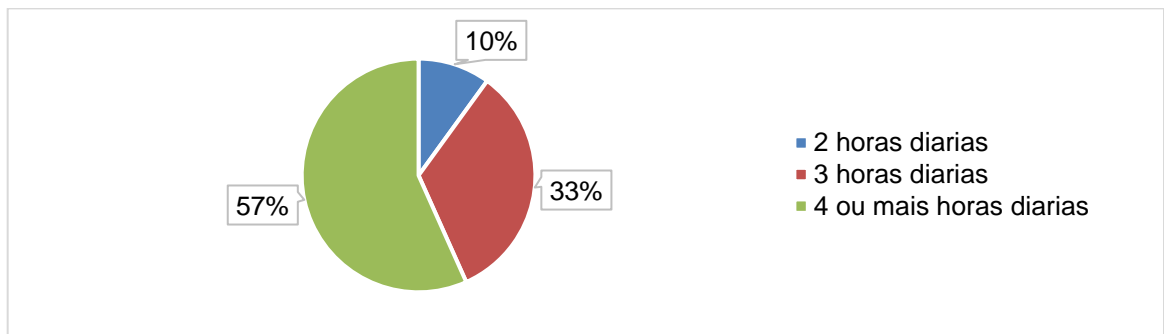
2.7 CARACTERIZACAO DOS SUJEITOS.

Gráfico 1 – Escolaridade dos participantes



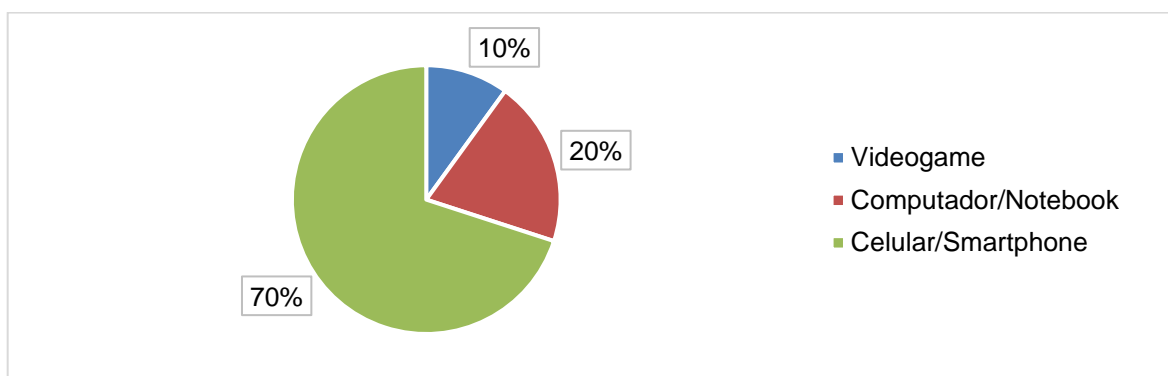
Fonte: autoria própria

Gráfico 2 - Carga horária de jogo por dia



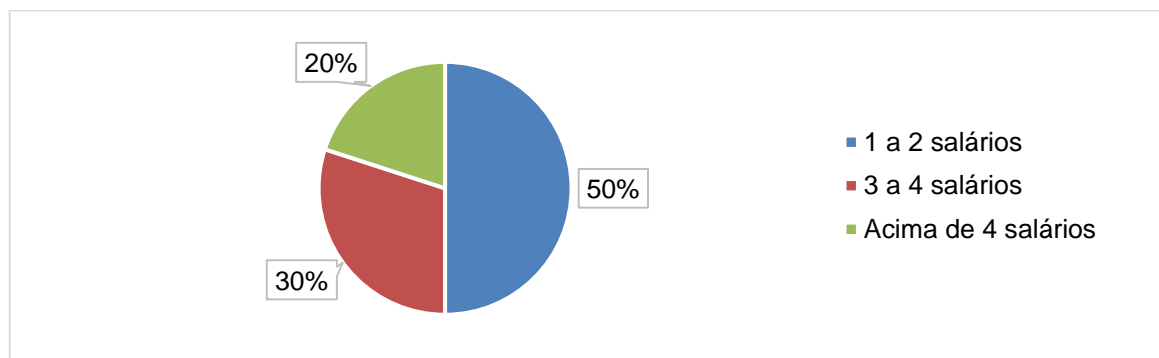
Fonte: autoria própria

Gráfico 3 – Aparelho utilizado para jogar



Fonte: autoria própria

Gráfico 4 – Renda familiar



Fonte: autoria própria

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na Tabela 2 e no Gráfico 5 são expostos a média de cada fator do estado de humor dos praticantes de jogos eletrônicos e as alterações representadas pelo perfil iceberg.

Tabela 2 - Estado de humor dos praticantes de jogos eletrônicos

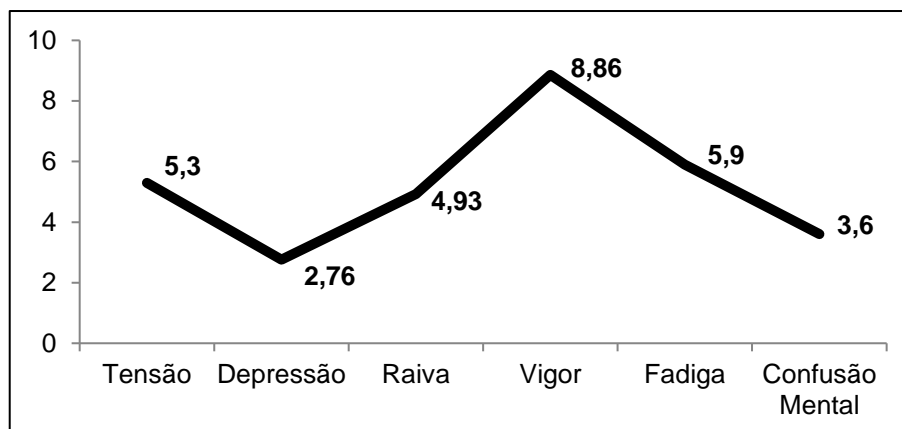
| Estado de humor | X (dp) |
|-----------------|-------------|
| Tensão | 5,30 (3,87) |
| Depressão | 2,76 (3,21) |
| Raiva | 4,93 (4,51) |
| Vigor | 8,86 (2,99) |
| Fadiga | 5,90 (4,60) |
| Confusão Mental | 3,60 (3,76) |

* X= Média. Dp= desvio padrão

Fonte: autoria própria

O estudo realizado por Tertuliano *et al.* (2020) com atletas de esporte coletivo, sendo especificamente times de Basquetebol e Voleibol do município de Itatiba - SP, teve como intuito averiguar os perfis de humor desses atletas. Foram 34 participantes que colaboraram de forma voluntária, sendo 23 homens e 11 mulheres. A pesquisa apontou que os atletas dos esportes coletivos que foram analisados indicaram escores de vigor com maior relevância, assim chegou-se no perfil de humor denominado Iceberg, apontado como o mais apropriado quando se trata de rendimento esportivo.

Gráfico 5 – Alteração em cada fator na escala de humor BRUMS



Fonte: autoria própria

A partir da verificação dos dados dos participantes da pesquisa, constatou-se com mais destaque o fator vigor (Tabela 2 e Gráfico 5). Esse fator é caracterizado através da soma das sensações de humor, que são: animado, com disposição, com energia e alerta. Assim tomou forma o denominado perfil iceberg, apesar de alguns fatores apresentarem um índice elevado, decorrente de terem forte influência durante a prática do jogo eletrônico, isso devido a algumas características presentes em determinados gêneros de jogos.

Quando foi questionado se os participantes da pesquisa faziam exercícios físicos regularmente, 53,3% responderam que não e 46,7% disse que sim. O segundo escore que apresentou maior índice foi sobre a fadiga, fator este que pode ser relacionado a alguns aspectos como o do aparelho que o indivíduo está utilizando para jogar e o tempo que passa jogando, portanto há que se levar em consideração a sua posição ao sentar ou segurar o celular, tendo em vista que pode acarretar em problemas posturais.

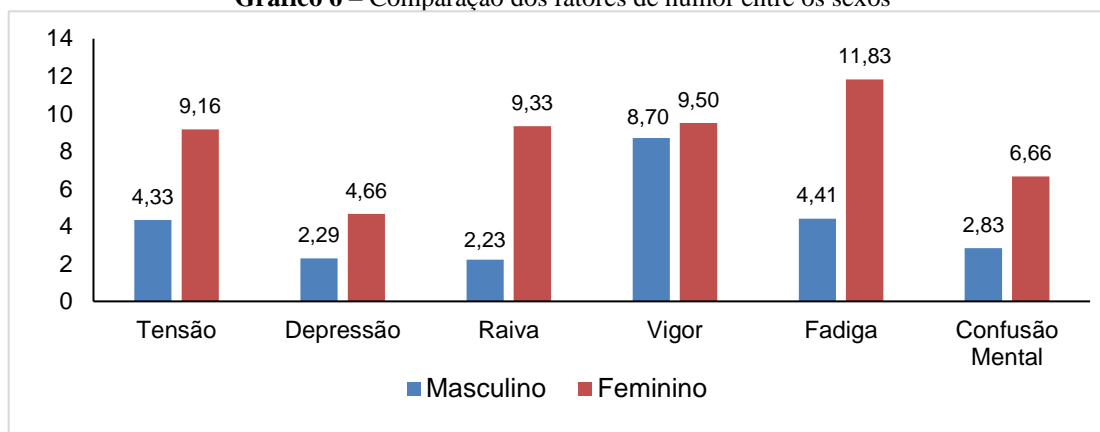
Yue (2018) diz que a modalidade dos *e-Sports* não se tem uma natureza comparável aos esportes tradicionais de alto rendimento, os quais o esforço físico é essencial para obter êxito em determinada modalidade. O autor ainda evidencia que alguns atletas de jogos eletrônicos precisam dedicar muitas horas de treinamento, aprimoramento de estratégias e técnicas, independente de sua habilidade. Os jogadores profissionais de *e-Sports* treinam em grande intensidade, chegam a passar mais de 8 horas diárias dedicadas somente ao treino, sendo capaz de provocar desgaste físico e fadiga.

A tensão foi outro fator que apresentou índice bem alto. Tolentino *et al.* (2010) aponta que com a tensão experimentada com os jogos, pode-se encontrar um aumento na Frequência Cardíaca e também pode provocar maior consumo de oxigênio (VO₂). Essas ações

fisiológicas são habituais de competições esportivas de características físicas, de alto gasto de energia.

No artigo de Carolei, Bruno e Rocha (2017) a respeito da aplicação dos games como artifício pedagógico, foi evidenciado e debatido as tensões e objeções detectadas por meio do que esses jogos projetam sobre a ação do jogador e as capacidades que esse indivíduo potencializa. Vale ressaltar que a aquisição de conhecimento com maior complexidade não é algo que ocorre por si mesmo em relação aos jogos eletrônicos, para que ocorra de fato é necessário de uma instigação, intermédio e principalmente do aspecto coletivo. Diante disso, até o game não didático é capaz de ser produtivo dentro do propósito pedagógico, isso dado através da experiência e de tornar oportuna uma agência com maior ênfase, bem como aprimorar capacidades que são complexas.

Gráfico 6 – Comparação dos fatores de humor entre os sexos



Fonte: autoria própria

Ao fazer a comparação entre os gêneros nota-se uma diferença significativa nos fatores da escala de BRUMS.

Pode-se notar que o fator vigor, quando comparado em ambos os gêneros, é o único com soma parecida, os demais fatores verifica-se uma considerável diferença. Vê-se, por exemplo, as mulheres apresentando altos índices de humor negativo, motivo esse que pode ser resultante do maior tempo de jogo, em relação aos homens, e, conseqüentemente, a explicação pelo alto nível de fadiga.

Singer e Singer (2007) fizeram um estudo com relação à violência em videogames e constataram que em uma comunidade no qual foi jogado um game agressivo, a frequência cardíaca dos praticantes situava-se mais elevada que o habitual, além de ser presenciadas situações de raiva, náuseas e ansiedade por parte dos jogadores.

Rodríguez e Damásio (2014) alegam que indícios de ansiedade e depressão são reduzidos com um bom desempenho no game, o que consegue aumentar os efeitos para um melhor desenvolvimento do jovem, assim como para um maior entusiasmo e bem-estar com a vida, com a autoestima elevada e melhor condição na interação e hábitos sociais. A elaboração de identidade do adolescente processa-se por concepções autorreferenciadas de opiniões e autoeficácia, além de se associar com a organização do propósito da vida. Essa formação da personalidade do adolescente se estabelece de maneira gradual, conforme eles atinjam discernimento psicológico, social e físico.

No estudo de Silva, Pinheiro e Melo (2019) - feito na cidade de Altamira, com 15 pacientes cadastrados no Centro de Atenção Psicossocial, pertencentes a ambos os gêneros e sendo 46 anos a média de idade - foi constatado, a partir do inventário Beck, que anteriormente a utilização do Xbox 360 *Kinect* os voluntários apresentavam grave e moderado níveis para a depressão, com a intervenção por meio de jogos eletrônicos, este panorama resultou em melhoria e os índices passaram para depressão moderada e leve. Então, os autores corroboram que o uso do Xbox 360 *Kinect* torna-se outra ferramenta para agregar e contribuir no tratamento de indivíduos com depressão, sendo capaz de reduzir os sintomas e modificar o grau da doença em que estes se situam.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O trabalho visou saber sobre as alterações em níveis de humor em praticantes de jogos eletrônicos que fosse decorrente da prática diária. Perante esse propósito, identificou-se de maneira geral um nível aceitável de estado de humor, visto que o escore de vigor se apresentou como o maior. Já a fadiga e a tensão se mostraram elevadas, podendo levar em conta o tempo gasto jogando, bem como a adrenalina e a apreensão que pode ser presenciada em alguns tipos de jogos. O índice de raiva se apresentou de forma intermediária. Por outro lado, os fatores confusão mental e depressão se expressaram como os de menores níveis.

O aspecto importante e de influência para um humor positivo, quando tratado do vigor, é o fato de mais da metade dos participantes fazerem exercícios físicos regularmente. Fica evidente a existência de um contraposto em que os videogames e jogos eletrônicos possuem seus benefícios e malefícios, assim como já foi abordado e comprovado por diversos estudos. Sendo assim, faz-se necessário certo controle sobre o seu uso, podendo a prática excessiva acarretar em problemas psicológicos e sociais. Vale ressaltar que para seu uso ser

eficaz é necessário que seja moderado, para, assim, em determinadas situações resultar em benefícios.

Por fim, em uma perspectiva mais ampla, tornam-se necessárias intervenções abordando a promoção da saúde mental e física, da forma como encontrado na literatura. Isso ocorre por ser alvo de estudo de diversas áreas, visto que essa temática está presente desde cedo na vida das pessoas.

REFERÊNCIAS

ABREU, Cristiano Nabuco, *et al.* Dependência de Internet e de jogos eletrônicos: uma revisão, **Rev Brasileira Psiquiatria**, v.30, n.2, p.156-167. 2008. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1516-44462008000200014>>. Acesso em: 13 nov. 2019.

AMARAL, Silvia Cristina Franco; PAULA, Gustavo Nogueira de. A nova forma de pensar o jogo, seus valores e suas possibilidades. **Pensar a Prática**. v. 10, N. 2, 2007. Disponível em: <<https://doi.org/10.5216/rpp.v10i2.1098>>. Acesso em: 13 nov. 2019.

BELLONI, Maria Luiza. **O que é mídia-educação?** São Paulo: Autores Associados, 2008.

BRASIL. Ministério da Cultura. **Mercado de jogos eletrônicos cresce em todas as regiões do país aponta 2º censo de games**. Disponível em: <http://www.cultura.gov.br/noticias-destaques/-/asset_publisher/OiKX3xlR9iTn/content/mercado-de-jogos-eletronicos-cresce-em-todas-as-regioes-do-pais-aponta-2o-censo-de-games/10883>. Acesso em: 28 jun. 2018.

BRASIL, Ministério da Educação e do Desporto. **Lei nº 12.249, de 11 de Junho de 2010**. Disponível em: <https://www.fnede.gov.br/fndelegis/action/UrlPublicasAction.php?acao=abrirAtoPublico&sgl_tipo=LEI&num_ato=00012249&seq_ato=000&vlr_ano=2010&sgl_orgao=NI>. Acesso em: 14 nov. 2019.

BRASIL, Ministério da Educação e do Desporto. **Portaria nº 522, de 9 de Abril de 1997**. Disponível em: <https://www.fnede.gov.br/fndelegis/action/UrlPublicasAction.php?acao=abrirAtoPublico&sgl_tipo=POR&num_ato=00000522&seq_ato=000&vlr_ano=1997&sgl_orgao=MED>. Acesso em: 14 nov. 2019.

CAROLEI, Paula; BRUNO, Gabriel Da Silva; ROCHA, Natália Ribeiro Brito Cunha. Controvérsias entre agência e competência na adoção de jogos eletrônicos no ensino de ciências. **Enseñanza de las ciencias: revista de investigación y experiencias didácticas**, n. Extra, p. 705-10, 2017.

CASTELLS, Manuel. **A Sociedade em Rede**. São Paulo: Paz e Terra, 2006.

COSTA, Rafael. **Quais são os gêneros de videogames?** Studio Design Zero Um, out. 2014. Disponível em: <<https://clubedodesign.com./quais-sao-os-gereros-de-jogos-de-video-game/>>. Acesso em: 14 nov. 2019.

DIAS, Junio Araujo. **O impacto da prática de jogos eletrônicos na saúde dos adolescentes.** 2019. 15f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Enfermagem) - Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos, 2019.

DÓIA, Alexandre Crispim Pires; RESENDE, Maria do Rosário Silva. A formação do indivíduo na era do entretenimento virtual: uma reflexão sobre os jogos eletrônicos. *In.*: GARCÍA, Gustavo *et al.* (org.). **Educación e inclusión reflexiones de Brasil y Argentina.** Buenos Aires: Ciencia y Técnica Administrativa, 2020. p. 81-97. Disponível em: <http://www.cyta.com.ar/biblioteca/bddoc/bdlibro/educa_e_inclu.pdf>. Acesso em: 13 set. 2020.

GADELHA, George Tawlinson Soares. **Os jogos eletrônicos na educação física escolar: uma possibilidade na abordagem crítico-emancipatória.** 2020. 137f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2020.

GONÇALVES, Helen *et al.* Fatores sócio culturais e nível de atividade física no início da adolescência. **Rev. Panam Salud Publica.** v. 22, n. 4, p. 246–253, 2007. Disponível em: <<https://www.scielosp.org/article/rpsp/2007.v22n4/246-253/pt/>>. Acesso em: 14 nov. 2019.

FARIA, Elizabet Rezende. Jogos Eletrônicos nas aulas de Educação Física. **Revista Especial de Educação Física – Ed. Digital**, v. 3, n. 1, nov. 2006. Disponível em: <http://www.nepecc.faei.ufu.br/arquivos/Simp_2006/artigos/03_jogo_trab_19.pdf>. Acesso em: 20 nov. 2019.

FREIRE, Gabriel Gonçalves; GUERRINI, Daniel. Os Jogos na Sociedade Contemporânea: as influências dos avanços tecnológicos. **Revista de Ensino, Educação e Ciências Humanas**, v. 17, n. 5, p. 463-469, 30 dez. 2016. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.17921/2447-8733.2016v17n5p463-469>>. Acesso em: 14 nov. 2019.

GIL, Antônio Carlos. Como classificar as pesquisas. *In.*: Gil, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4a ed. São Paulo: Atlas; 2002. p. 41-57.

GREENFIELD, Patricia Mark. **O Desenvolvimento do raciocínio na era da eletrônica:** os efeitos da TV, computadores e videogames. São Paulo: Summus, 1988.

HAYDT, Regina Célia. **Curso de didática geral.** São Paulo: Ática, 2006.

KENSKI, Vani Moreira. Caminhos Futuros nas relações entre Novas educações e Tecnologias. *In.*: SILVA, Aida Maria Monteiro. (org.). **Políticas Educacionais, Tecnologias e Formação do educador:** repercussões sobre a didática e as práticas de ensino. Recife: Endipe, 2006.

KENSKI, Vani Moreira. **Educação e tecnologias:** o novo ritmo da informação. São Paulo: Papirus, 2007.

MASTROCOLA, Vicente Martin. Games & Gamificação. **Revista SPM STUDIOS**, 2011. Disponível em: <http://www2.espm.br/sites/de_fault/files/pagina/estudos_nov_11_0.pdf>. Acesso em: 25 out. 2019.

MCCANNY, Catherine. Anxiety within Sport. **The Sport In Mind – Sport Psychology**, 22 jul. 2013. Disponível em: <http://www.mrgillpe.com/uploads/1/2/9/2/12922833/anxiety_within_sport.pdf>. Acesso em: 20 nov. 2019.

MENDES, Cláudio Lúcio. Jogar jogos eletrônicos - que lazer é esse. **LICERE – Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, Belo Horizonte, v. 8, n. 1, jun. 2005. Acesso em: <<https://doi.org/10.35699/1981-3171.2005.1501>>. Disponível em: 10 nov. 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Gaming disorder. **Perguntas e respostas on-line**, set. 2018. Disponível em: <<https://www.who.int/eportuguese/pt/>>. Acesso em: 28 nov. 2019.

ORLANDI, Tomas Roberto Cotta *et al.* Uma nova abordagem multimodal nova à educação. **Biblios**, n. 70, p. 17-30, 2018.

PEREIRA, Rogério Santos. Corpo, movimento e jogos eletrônicos: relação com a infância e juventude no contexto da educação. *In.*: ARROYO, Miguel G.; SILVA, Maurício Roberto da. **Corpo infância: exercícios tensos de ser criança; por outras pedagogias dos corpos**. Petrópolis: Vozes, 2012.

PRENSKY, Marc. O aluno virou especialista. **Revista Época**, São Paulo, p.50-51, 2010. Disponível em:<www.videocliping.com.br>. Acesso em: 24 out. 2019.

RAMOS, Daniela. Jogos eletrônicos desejo e juízo moral. **Psicologia: Teoria e prática**, v. 14, n. 1, p. 97-112, 2012. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ptp/v14n1/v14n1a08.pdf>>. Acesso em: 22 fev. 2021.

REIS, Leoncio José Almeida. **Sozinho, mas junto**: sociabilidade e violência no World of Warcraft. 2013. 338 f. Tese (Doutorado em Educação Física) – Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2013.

RODRÍGUEZ, Suzana Núñez; DAMÁSIO, Bruno Figueiredo. Desenvolvimento da identidade e do sentido de vida na adolescência. *In.*: HABIGZANG, Luísa Fernanda; DINIZ, Eva; KOLLER, Sílvia H. (org.). **Trabalhando com adolescentes: Teoria e intervenção psicológica**. Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 30-41.

ROHLFS, Izabel Cristina Provenza de Miranda *et al.* A Escala de Humor de Brunel (Brums): instrumento para detecção precoce da síndrome do excesso de treinamento. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 14, n. 3, p. 176-181, jun. 2008. Disponível em:<<http://dx.doi.org/10.1590/s1517-86922008000300003>>. Acesso em: 25 dez. 2019.

SANTAELLA, Lucia. **Navegar no ciberespaço: o perfil cognitivo do leitor imersivo**. São Paulo: Paulus, 2004.

SILVA, Jefferson Sena da; PINHEIRO, Dayana Arcanjo; MELO, Gileno Edu Lameira de. A utilização do xbox 360 kinect como auxílio no tratamento de pessoas com depressão. **Revista de Educação, Saúde e Ciências do Xingu**, Altamira, v. 1, n. 1, p. 151-159, ago. 2019. Disponível em: <<https://periodicos.uepa.br/index.php/rescx/article/view/2243>>. Acesso em: 19 nov. 2019.

SINGER. G. Dorothy; SINGER L. Jerome. **Imaginação e jogos na era eletrônica**. Porto Alegre: Artmed, 2007.

SOLER, Reinaldo. **110 jogos cooperativos com balões voando com os sonhos**. Rio de Janeiro: Sprint, 2009.

TAMMINEN, Katherine A.; CROCKER, Peter R. E.; MCEWEN, Carolyn E. Emotional experiences and coping in sport: How to promote positive adaptational outcomes in sport. *In.*: GOMES, Rui; RESENDE, Rui; ALBUQUERQUE, Alberto (Org.). **Positive human functioning from a multidimensional perspective**. New York: Nova Science, 2016, p.143-162.

TAVARES, Marcus Tadeu de Sousa. **Jogos Eletrônicos: educação e mídia**. *In.*: Seminário Jogos Eletrônicos, Educação e Comunicação, 2006. Disponível em: <<http://www.comunidadesvirtuais.pro.br/seminario2/index2.htm>>. Acesso em: 12 nov. 2019.

TERTULIANO, Ivan Wallan *et al.* Estado de humor em esportes coletivos: estudo de caso das equipes de itatiba. **Motrivivência**, v. 32, n. 61, p. 01-18, 6 abr. 2020. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.5007/2175-8042.2020e62045>>. Acesso em: 20 nov. 2019.

THOMAS, Jerry R.; NELSON, Jack K. **Métodos De Pesquisa Em Atividade Física**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

VEEN, Wim; VRACKING, Ben. **Homo Zappiens – educando na era digital**. Porto Alegre: Artmed, 2009.

VIEIRA, Karina Langone *et al.* Características comportamentais de escolares e sua percepção sobre a utilização dos exergames nas aulas de educação física. **Cinergis**, v. 15, n. 2, p. 65-69, 2014.

VYGOTSKY, Lev S. **Psicologia pedagógica**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

WOLF, Mark J. P. Game studies and beyond. **Games and Culture**, New York, v. 1, n. 1. p. 116-118, jan. 2006. Disponível em: <<http://gac.sagepub.com/content/1/1/116.full.pdf+html>>. Acesso em: 13 nov. 2019.

XAVIER NETO, Lauro Pires *et al.* Jogos eletrônicos educativos: instrumentos de ação pedagógica em escolas públicas. *In.*: Congresso de Pesquisa e Inovação da Rede Norte/Nordeste de Educação Tecnológica – CONNEPI, 4, 2009, Belém. **Anais [...]**. Belém, IFPA, 2009. CD-ROM.

YUE, Yang. Research on eSports and eSports industry in China. **China sport science**, v. 38, n. 4, p. 8-21, 2018. Disponível em:
<https://library.olympic.org/Default/doc/SYRACUSE/174917/researchon-esports-and-esports-industry-in-china-yang-yue?_lg=en-GB>. Acesso em: 18 nov. 2019.