

JOGOS ELETRÔNICOS

MENTE AFIADA
Curiosidades

JOGAR E APRENDER

As vantagens do *Minecraft* e outros games na educação

PERIGO REAL

As telas na primeira infância

Mente Afiada Curiosidades -
Ano 1, Nº 02 - Março, 2024



R\$ 14,90

O VIDEOGAME É UM ALIADO DO DESENVOLVIMENTO?

E MAIS:
O VÍCIO EM
JOGOS PODE
AFETAR A
SAÚDE!

BORA JOGAR?

Afinal, os jogos eletrônicos fazem bem ou mal à saúde do cérebro? Estudamos o assunto e conversamos com diversos especialistas para entender como os games impactam o desenvolvimento infantil, e descobrimos que em muitos casos eles podem ser ótimos aliados do processo de aprendizagem – desde que haja consciência, controle e suporte de profissionais.

Sem esses cuidados, jogar pode se tornar uma atividade traiçoeira, gerando atrasos, tendência a transtornos e até vício. Mas calma, vamos te explicar direitinho até que ponto o uso de telas consegue

ser saudável e como identificar exageros que podem levar a problemas maiores.

Uma coisa que não tem como negar é que a cultura dos jogos de videogame está cada vez mais popular, por isso, nas próximas páginas da **Mente Afiada Curiosidades**, vamos te contar o que é o eSports e quais são os maiores eventos gamers do Brasil, que arrastam multidões cada vez maiores a cada edição.

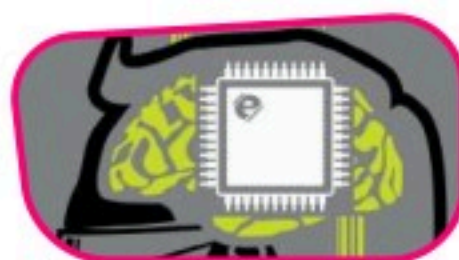
Aproveitem,
Ana Kubata

anabeatriz.kubata@astral.com.br

PRODUÇÃO GRÁFICA DA CAPA Eugênio Tonon ILUSTRAÇÃO Kit8.net/Shutterstock Images

NOTAS DA CIÊNCIA

Novidades sobre o universo gamer



VAMOS FALAR DO USO DE TELAS?

É importante saber dosar o tempo que dedicamos a ela, principalmente no caso das crianças



UM FENÔMENO CULTURAL!

O amor pelos jogos on-line ultrapassou as fronteiras do lazer e se firmou como eSports



OS MAIORES EVENTOS GAMERS DO BRASIL

Entre campeonatos, exposições e feiras, eles arrastam multidões cada vez maiores a cada edição



MINECRAFT: UM ALIADO À PROGRAMAÇÃO

O jogo gera diferentes estímulos e valoriza a individualidade do processo de aprendizagem



JOGAR PARA APRENDER MAIS!

Com monitoramento responsável, os games eletrônicos podem oferecer bons frutos ao desenvolvimento infantil



VÍCIO EM JOGOS É COISA SÉRIA!

Seja eletrônicos ou de azar, a pessoa tem a vida afetada em todas as áreas



FORA DAS TELAS!

Conheça os jogos infantis educativos que podem ajudar na cognição



sumário

NOTAS DA CIÊNCIA

Texto: Hérica Rodrigues

UMA AJUDA IMPORTANTE PARA AS MULHERES

Toda ajuda é bem-vinda, principalmente quando se fala em proteção da mulher contra abusos. E para isso, a ONG *Wonder Women Tech (WWT)* desenvolveu no jogo de videogame *GTA RP*, uma e-delegacia exclusiva para mulheres jogadoras. O objetivo é que elas possam fazer denúncias on-line de casos de assédio ou outros tipos de violência enquanto jogam, ou seja, sem precisar sair da plataforma.

O videogame *GTA RP* é uma versão modificada de *Grand Theft Auto V* para computador, e com a nova ferramenta, permite que uma jogadora que se sentir agredida virtualmente acesse a delegacia virtual no jogo para registrar um boletim de ocorrência no site da Polícia, e anexar as provas dos abusos.

De acordo com a pesquisa *Jogo Injusto*, realizada no Reino Unido pela empresa *Sky Broadband*, em 2023, 49% das mulheres jogadoras já sofreram algum tipo de assédio enquanto jogavam ou transmitiam lives na internet.



O CHIP CEREBRAL QUE PERMITE JOGAR POR TELEPATIA

Um homem recebeu o chip cerebral *Neuralink* e agora pode jogar videogame por telepatia.

Com o chip, que foi implantado por meio de uma cirurgia, Noland Arbaugh, que tem 29 anos, usa seus pensamentos para mover um cursor de computador e jogar xadrez on-line. Para ele, o uso da inteligência artificial é ainda mais importante, já que ficou paralisado dos ombros para baixo após sofrer um acidente durante um mergulho há oito anos.

Com 1.000 eletrodos programados para coletar dados sobre a atividade neural do cérebro e a intenção de movimento, o chip envia os dados para um computador *Neuralink*, que decodifica as informações e transforma os pensamentos em ação.

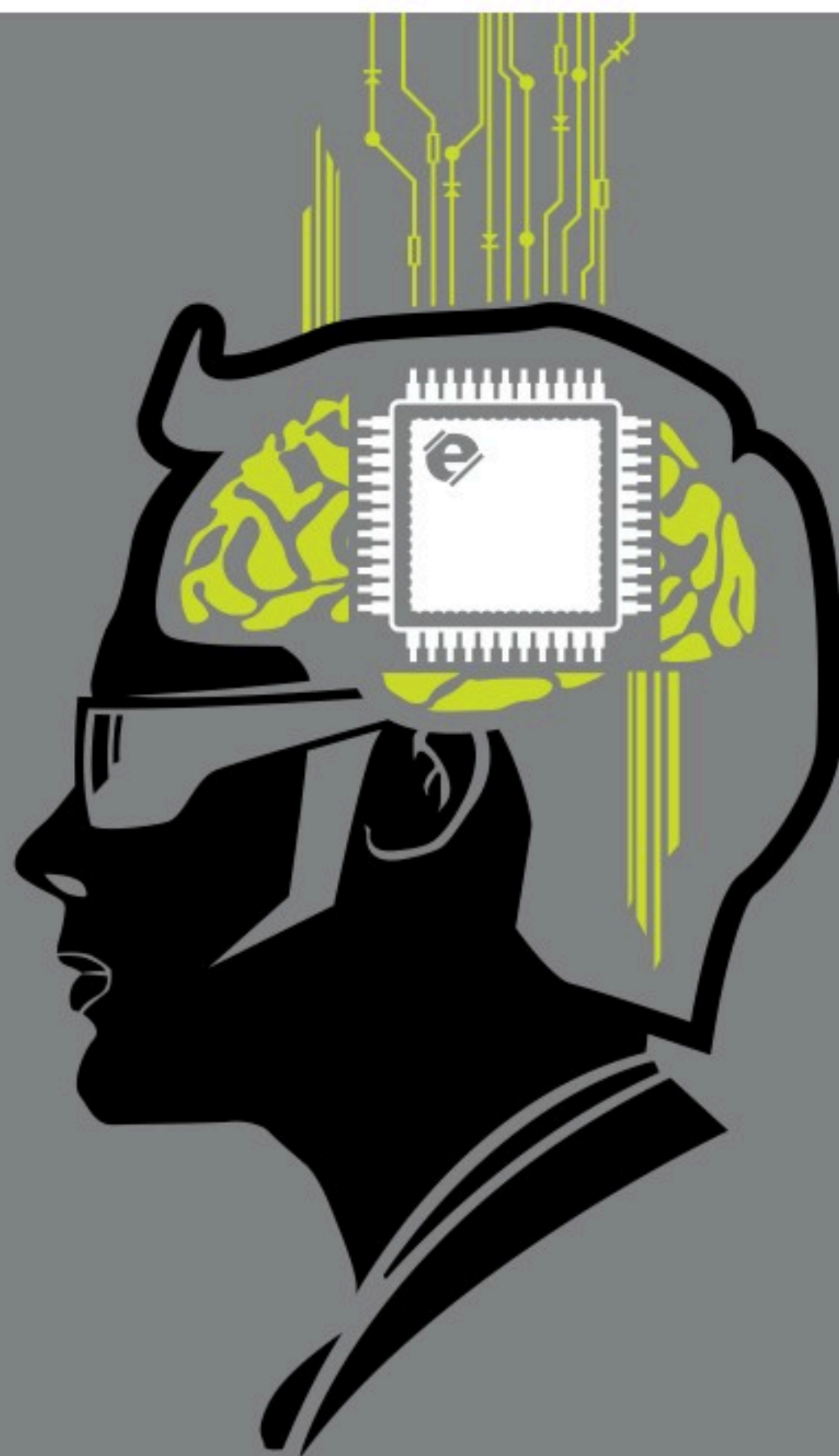
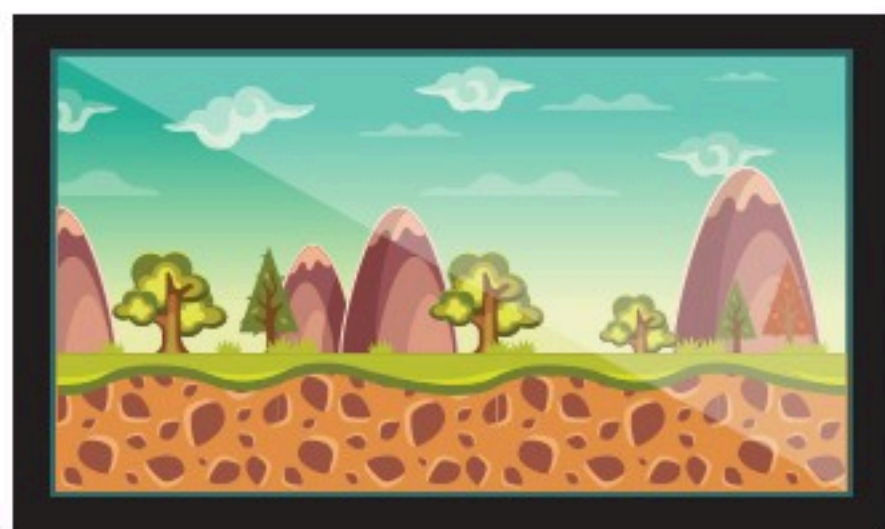


Ilustração: anton_novik/Shutterstock Images



GAMES PARA DEPRESSÃO E ANSIEDADE

É comum que pais e responsáveis se preocupem com a saúde mental de jovens e adolescentes que passam horas diante do videogame, mas um estudo realizado pela Universidade de Oxford, na Inglaterra, comprovou que os games podem ter impacto positivo na saúde mental, com melhora nos quadros de depressão e ansiedade. Isso é possível porque o entretenimento permite que o jogador esqueça momentaneamente da realidade, além de contribuir para o relaxamento das tensões e, consequentemente, para deixar a pessoa mais leve. Mas atenção, a escolha dos jogos faz toda diferença, já que alguns enredos podem piorar os efeitos da depressão.

Ilustração: Pretty Vectors/Shutterstock Images



É UMA PESSOA DISTRAÍDA? JOGUE VIDEOGAME!

Sim, é isso que uma pesquisa indica. Pessoas que têm dificuldade em realizar várias tarefas ao mesmo tempo, se distraem facilmente e não conseguem priorizar os afazeres diários, podem se beneficiar com os videogames.

Pesquisas mostram que os jogos de ação, que envolvem tomar decisões rápidas, navegar em diferentes ambientes e encontrar alvos visuais, podem reforçar a memória de trabalho, melhorar o foco, as habilidades

espaciais e até mesmo a visão. “Com o jogo, nós ativamos uma rede de áreas no córtex frontal, outras no córtex parietal – uma rede que é conhecida por ser responsável pela atenção descendente. Essa rede fica mais reforçada e muito mais eficiente no processamento de informações”, explica a neurocientista Daphné Bavelier, responsável pelo estudo. Além disso, os games de ação também demonstram aumentar a massa cinzenta em uma área associada ao raciocínio abstrato e à resolução de problemas.



VAMOS FALAR DO USO DE TELAS?

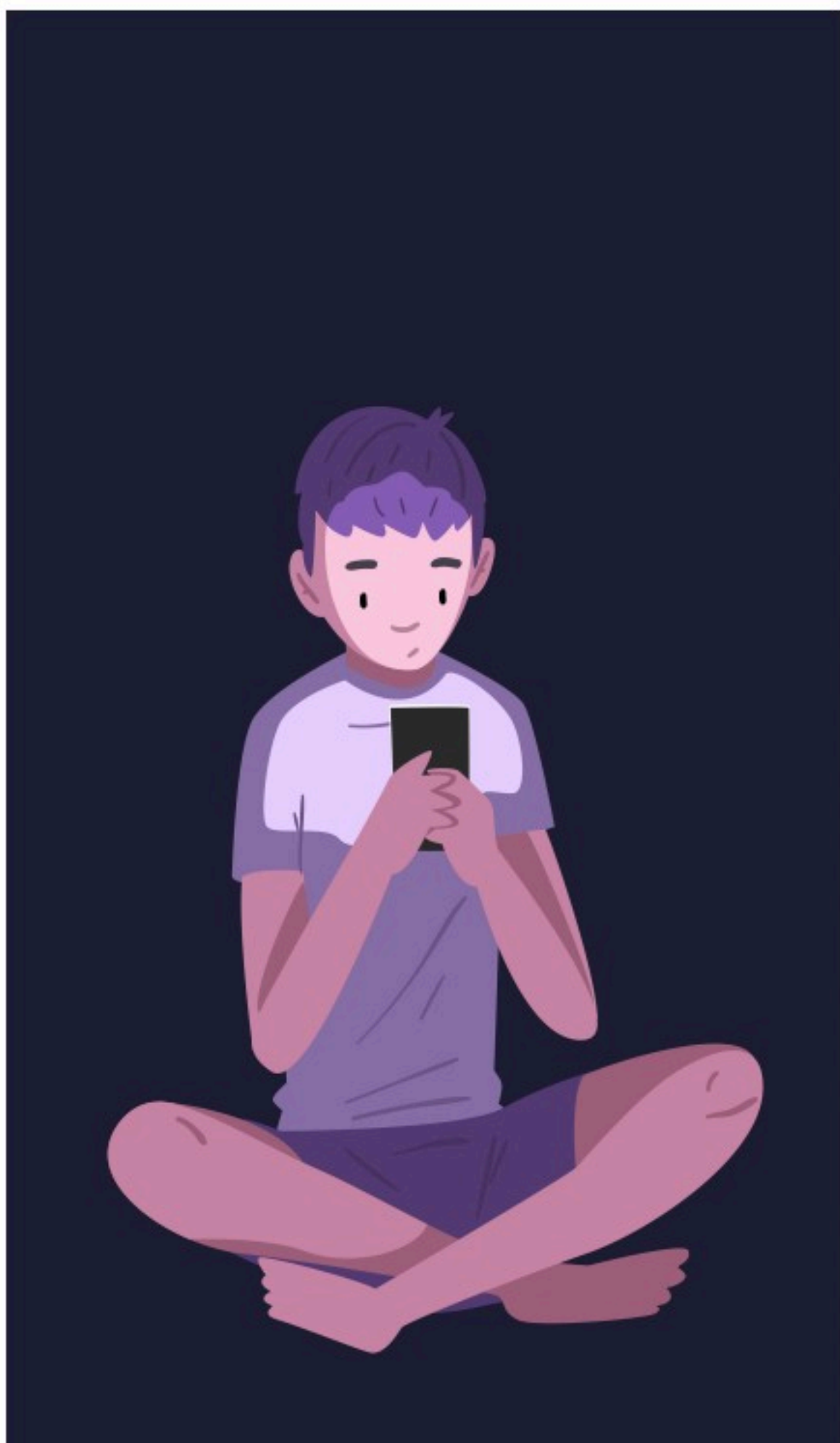
Por mais que a tecnologia esteja no centro de nossas vidas, é importante saber dosar o tempo que dedicamos a ela, principalmente as crianças

Texto: Gabrielle Aguiar

O brasileiro passa aproximadamente 16 horas do dia acordado, mas um levantamento feito pela plataforma *Electronics Hub*, a partir da pesquisa *Digital 2023: Global Overview Report*, da *DataReport*, concluiu que cerca de 56% desse tempo, ou seja, nove horas do dia, são em frente a tela. No mesmo relatório, o Brasil, das 45 nações analisadas, ficou em segundo lugar do ranking de população que mais fica conectada.

DESDE A IDADE, ATÉ O TEMPO RECOMENDADO

Na sociedade tecnológica em que vivemos, as crianças são as mais afetadas quando o assunto é tempo de tela, considerando que muitas delas têm contato com eletrônicos logo nos primeiros meses de vida. De acordo com o Dr. Fabia-



no de Abreu Agrela Rodrigues, Pós-PhD em Neurociências, membro da *Society for Neuroscience* nos Estados Unidos e membro da *Royal Society of Biology* no Reino Unido, existe idade e até mesmo quantidade de tempo recomendadas pela ciência para usar as telas.

TEMPO DE TELA RECOMENDADOS DE ACORDO COM A IDADE

A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) e a Academia Americana de Pediatria (AAP) recomendam:

- **Até 2 anos:** evitar totalmente o uso de telas;
- **De 2 a 5 anos:** limitar o tempo de tela a uma hora por dia, priorizando conteúdos educativos de alta qualidade e assistidos com os pais;
- **De 6 a 10 anos:** limitar o tempo de tela a uma ou duas horas por dia, incluindo televisão, jogos eletrônicos, computador e celular;
- **Acima de 11 anos:** limitar o tempo de tela a duas ou três horas por dia, com foco em atividades educativas e produtivas.

E QUANDO O ASSUNTO É EDUCAÇÃO DIGITALIZADA?

Desde a pandemia – quando não tínhamos escolha a não ser usar a internet a nosso favor –, a educação vem ficando cada vez mais digitalizada. Então, o que fazer quando as crianças frequentam aulas que demandam acesso a tablets e/ou computadores, mas quando chegam em casa, querem um momento de

lazer na televisão ou no videogame? O especialista oferece algumas dicas:

- **Priorize conteúdos educativos:** utilize aplicativos e sites de alta qualidade que estimulem o aprendizado e a criatividade;
- **Participe da experiência:** assista vídeos e jogue jogos educativos com seus filhos, aproveitando para interagir e aprender junto;
- **Estabeleça regras claras:** defina horários específicos para o uso de telas para fins educacionais e de lazer;
- **Ofereça alternativas:** incentive atividades físicas, brincadeiras ao ar livre, leitura e outras atividades que não envolvam telas.

EXISTEM RISCOS!

“Existem diversos riscos pela exposição a telas sem controle algum. Os problemas de sono são os mais comuns, já que a luz azul pode interferir na produção de melatonina – o hormônio do sono”, explica Agrela.

Já os outros riscos são:

- **Obesidade e sedentarismo:** o tempo excessivo em frente às telas pode levar à diminuição da atividade física e ao aumento do consumo de alimentos calóricos;
- **Dificuldades de atenção e concentração:** “a estimulação constante das telas pode prejudicar a capacidade de foco e atenção”, pontua;
- **Problemas de comportamento:** o uso excessivo de telas pode levar a comportamentos agressivos, impulsivos e antissociais;

• **Dependência de telas:** o uso excessivo pode levar a uma dependência, dificultando o controle do tempo gasto em frente a elas.

MAS EXISTEM BENEFÍCIOS...

Neste caso, os benefícios são da tecnologia, e não do tempo descontrolado do uso de tela – é sempre bom lembrar. “Temos acesso à informação e conhecimento; desenvolvimento de habilidades, através de jogos educativos e aplicativos que podem estimular o desenvolvimento de habilidades cognitivas, motoras e sociais. Além disso, também temos a conectividade com amigos e familiares; entretenimento e diversão”, descreve o especialista.

Ilustração: Drawlab19/Shutterstock Images



“O uso moderado e supervisionado de telas pode trazer benefícios para o desenvolvimento das crianças. No entanto, é fundamental estabelecer limites claros e oferecer alternativas para garantir um desenvolvimento saudável e equilibrado”, destaca.

DICAS PARA UM USO SAUDÁVEL DE TELAS OFERECIDAS PELO DR. FABIANO

- **Crie um “Plano de Tela Familiar”:** defina regras e horários específicos para o uso de telas para todos os membros da família;
- **Estabeleça zonas livres de telas:** evite o uso de telas em ambientes como o quarto e a mesa de jantar;
- **Seja um bom exemplo:** limite o seu próprio tempo de tela e demonstre hábitos saudáveis para seus filhos;
- **Converse com seus filhos:** abra um diálogo sobre os benefícios e os riscos do uso de telas e incentive o uso responsável;
- **Ofereça atividades alternativas:** incentive atividades físicas, brincadeiras ao ar livre, leitura e outras atividades que não envolvam telas.

Ilustração: BLeaFme/Shutterstock Images



UM FENÔMENO CULTURAL!

O amor pelos jogos on-line ultrapassou as fronteiras do lazer e se firmou como eSports



Texto: Gabrielle Aguiar

Foto: Kovallino ART/Shutterstock Images

De acordo com dados da *Pesquisa Game Brasil*, uma parceria entre Sioux Group, Go Gamers, Blend New Research e ESPM, três a cada quatro brasileiros jogam os famosos jogos on-line. Isso é equivalente a 74,5% da população.

A popularização transformou o que

era considerado apenas um momento de lazer para os jovens em algo de nível profissional, e ainda se firmou como eSports (esportes eletrônicos). Com torneios oficiais, equipes treinadas e um público apaixonado, o conceito vem crescendo e movimentando o mercado financeiro nos últimos anos.

HISTÓRIA

Apesar da recente popularidade, as competições de jogos eletrônicos tem suas raízes em 1972, mais especificamente nas Olimpíadas Intergalácticas de *Spacewar*. O evento aconteceu na Universidade de Stanford, nos Estados Unidos, com o jogo *Spacewar*, e concedeu ao vencedor um ano de assinatura da revista *Rolling Stones*.

Só que a febre pela competição dos games deu as caras na década de 80, por causa dos fliperamas. Já nos anos 90, a chegada da internet permitiu a impulsão dos esportes eletrônicos e popularizou dois famosos jogos de computadores: *Counter-Strike* e *Warcraft*.

Em 2011, com o *Twitch*, streaming especializado em games que permitia que as pessoas transmitissem torneios de jogos virtuais, esse cenário começou a se tornar o que conhecemos hoje.

OLIMPÍADAS?

Em janeiro deste ano, o presidente do Comitê Olímpico Internacional (COI), Thomas Bach, revelou que planeja a primeira Olimpíada de eSports para 2025 ou, no máximo, 2026. Durante entrevista na Coreia do Sul, Bach disse que os estudos feitos pela entidade para o evento inaugural ainda não estavam concluídos, mas estavam encaminhados para que os jogos ocorressem no próximo ano.

Além disso, em outubro do ano passado, o Ministro do Esporte, André Fufuca (PP-MA), visitou a *Brazil Game Show* (BGS) – uma feira anual de videogames – e defendeu a regulamentação dos esportes eletrônicos do Brasil, uma posição contrária de sua antecessora, Ana Moser, que não considerava os eSports como esporte.

QUAIS OS PRINCIPAIS ESPORTS?

Confira os 5 campeonatos de esportes eletrônicos mais famosos do mundo.

• *League of Legends World Championship*

O maior e mais prestigiado campeonato de eSports do mundo é organizado pela *Riot Games* e acontece anualmente desde 2011. O torneio tem uma premiação milionária e o jogo é do gênero *MOBA* (*Multiplayer Online Battle Arena*) - onde duas equipes disputam em uma arena pré-determinada.





- **Counter-Strike: Global Offensive Major Championships**

O Counter-Strike: Global Offensive (CS:GO) é um jogo de tiro em primeira pessoa muito popular. Os principais torneios de CS:GO são os *Major Championships*, organizados pela Valve Corporation.

- **Dota 2 The International**

Organizado pela Valve Corporation, é considerado o segundo maior campeonato. Em 2019, o torneio do jogo *Dota 2*, chegou a distribuir mais de 40 milhões de dólares em prêmios.



- **Fortnite World Cup**

O principal campeonato de *Fortnite*, da Epic Games, é realizado anualmente.



- **Overwatch League Grand Finals**

A Overwatch League é uma liga profissional de *Overwatch*, um jogo de tiro em primeira pessoa da Blizzard Entertainment.



Fotos: Reprodução Internet

MUITO DINHEIRO!

O mercado de games segue em crescimento, não só em número de fãs ou profissionais, mas também no dinheiro. Segundo dados da consultoria PwC, a expectativa é de que a receita total suba de 227 bilhões de dólares em 2023, para 312 bilhões de dólares em 2027.

OS MAIORES EVENTOS GAMERS DO BRASIL

Entre campeonatos, exposições e feiras, eles arrastam multidões cada vez maiores a cada edição

Texto: Ana Kubata

Os eventos gamers são um verdadeiro paraíso para os apaixonados por jogos – que como vamos ver e confirmar ao longo dessa revista, atualmente são muitos. Com diversos públicos, esses encontros reúnem espectadores ávidos para acompanhar competições, exposições e convenções.

OS DIFERENTES TIPOS

Existe hoje, no Brasil e no mundo, eventos com objetivos diferentes relacionados aos jogos eletrônicos, que vão desde campeonatos oficiais de eSports, até feiras de divulgação de novos games e aparelhos. Os mais comuns são:



- **Competições:** são as mais tradicionais e populares nos dias de hoje. Reúnem equipes para disputar, entre si, um prêmio, geralmente em dinheiro.

- **Exibições:** eventos mais versáteis, pois combinam a disputa de partidas entre jogadores profissionais e anúncios importantes para o mercado, como o lançamento de novos jogos.

- **Convenções:** são como feiras temáticas de games. Reúnem fãs, jogadores e profissionais da indústria para participarem de diversas atividades, podendo ser torneios, palestras e exposições.

OS MAIORES EVENTOS GAMERS DO BRASIL

Abaixo, você confere detalhes dos maiores eventos que acontecem no Brasil e o que podemos esperar deles para as edições de 2024.

- **Brasil Game Show**

Essa é a maior feira de games da América Latina, e consegue reunir mais de 150.000 pessoas dentro dos quatro dias destinados ao evento. Entre competições, novidades em primeira mão e stands de grandes produtoras de jogos eletrônicos, esta é uma das convenções mais aguardadas pelos influenciadores do meio.

Onde acontece: São Paulo

Quando: no 2º fim de semana do mês de outubro

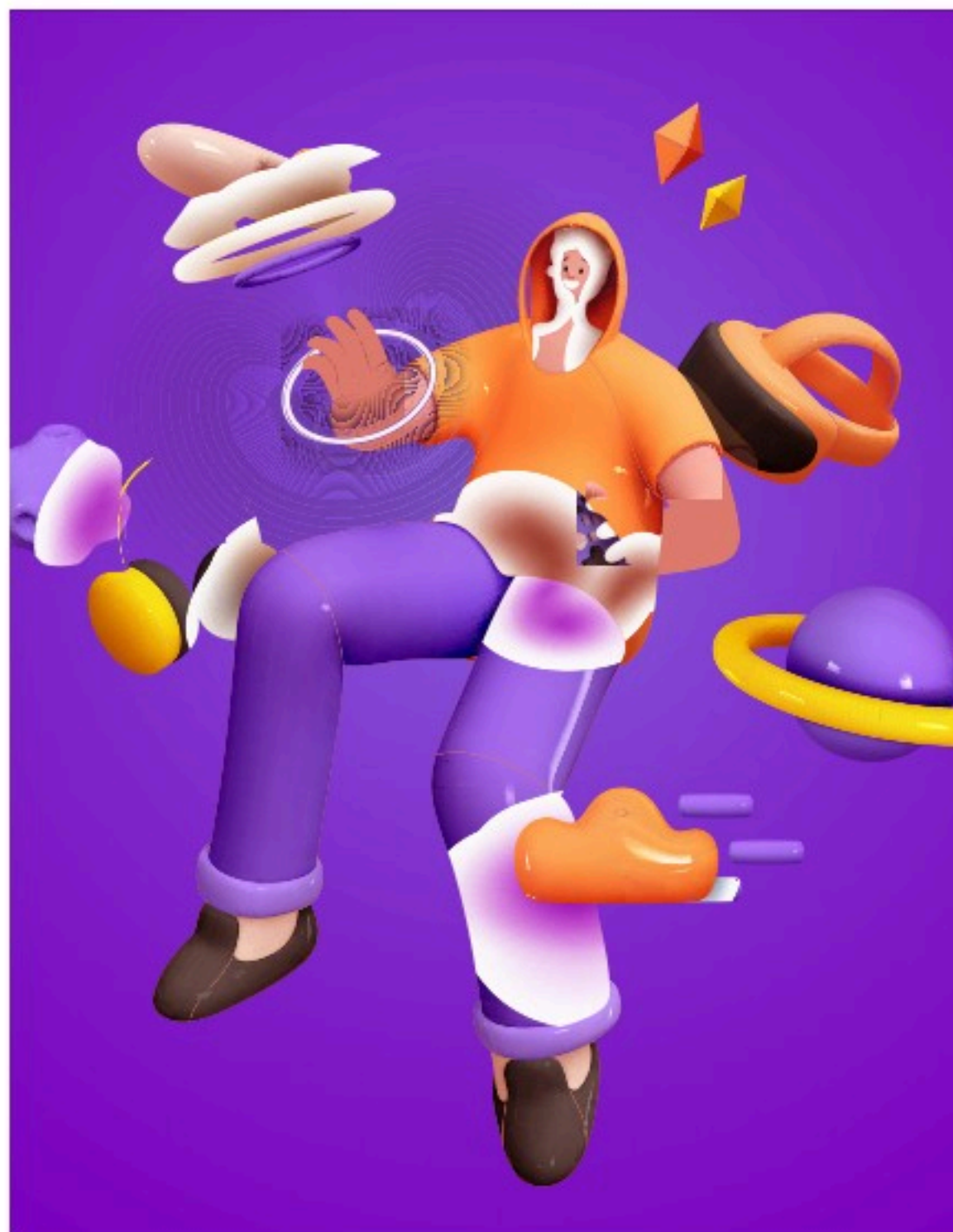


Foto: Lauritta/Shutterstock Images

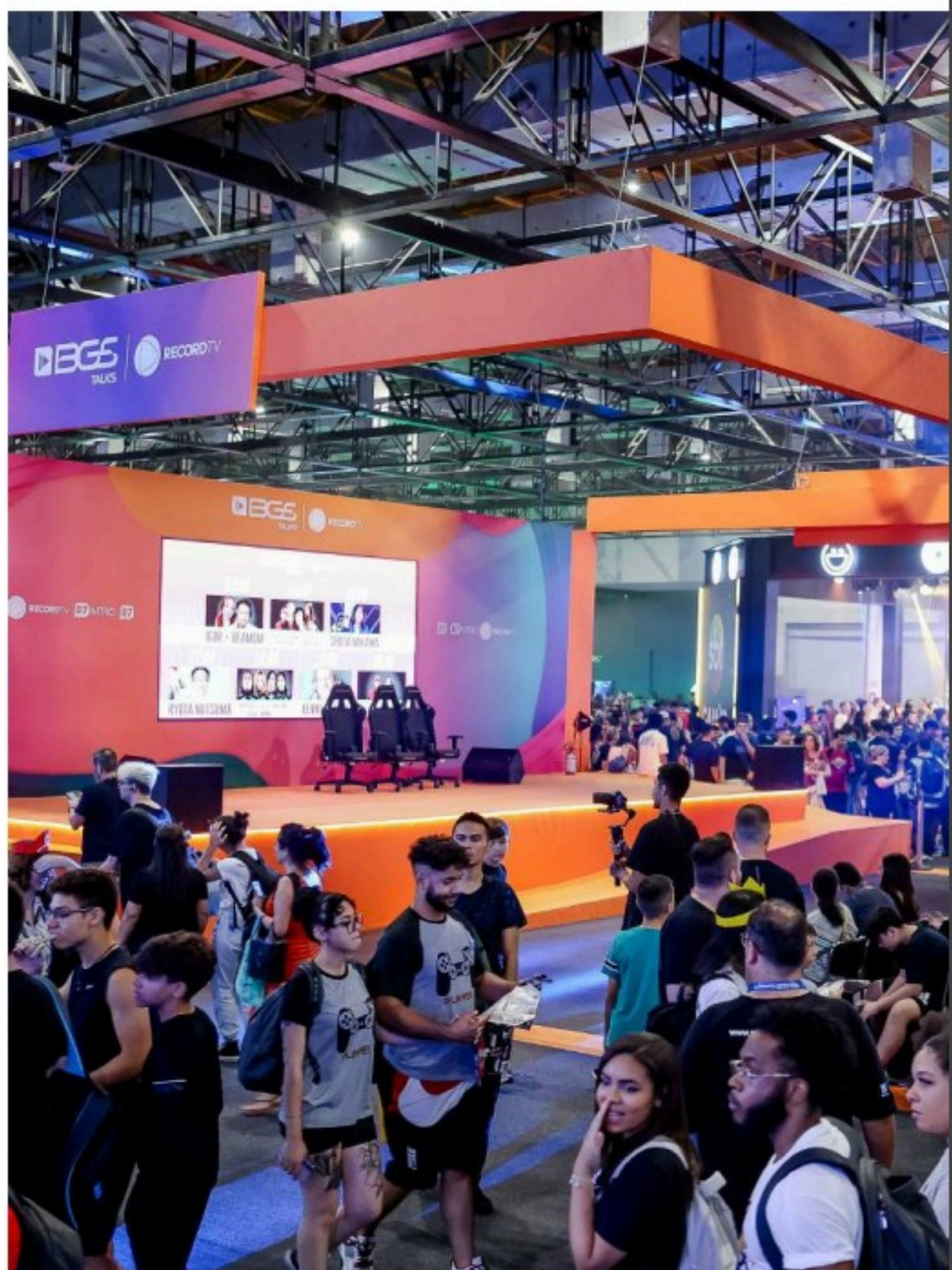


Foto: Birth Filmes

• Game XP

Consolidou o conceito de Game Park, com uma enorme estrutura toda voltada para o mundo dos videogames e que agrada gostos variados. O local oferece espaço para gamezone, laser tag, *Just Dance*, campo de batalha para *Fortnite*, arena para jogos de futebol e muitas outras opções.

Onde acontece: Rio de Janeiro (Parque Olímpico)

Quando: de 25 a 28 de julho



• Gamescom Latam

A Gamescom é um famoso evento de jogos europeu, tradicionalmente realizado em Koelnmesse, Colônia, na Alemanha. Em 2024, a feira terá uma edição inédita no Brasil, reunindo diversas atrações do mundo gamer, como palestras, ilhas de jogos e muito mais.

Onde acontece: São Paulo

Quando: de 26 a 30 de junho

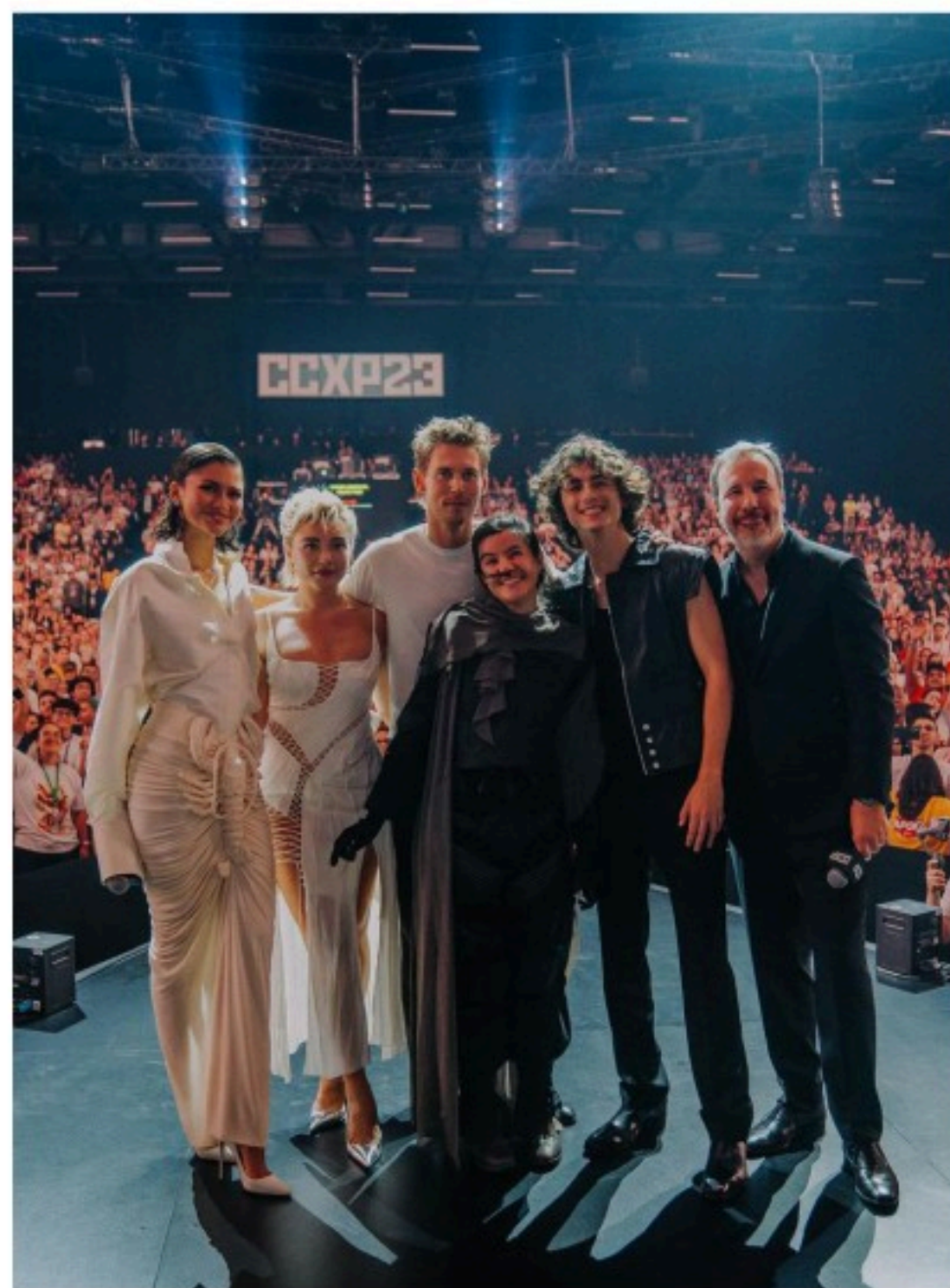


• CCXP

Este nada mais é do que o maior evento cultural pop e geek do país. Sua estrutura foi baseada na feira San Diego Comic-Con, a maior da cultura nerd mundial. Além da Game Arena, onde os apaixonados por eSports podem aproveitar uma área exclusiva para jogar, a feira oferece espaço para os fãs interagirem com os artistas que expõem seus trabalhos. Atores superfamosos já marcaram presença em outras edições do CCXP, como Florence Pugh, Ryan Reynolds, Zendaya, Timothée Chalamet, e o elenco da série *La Casa de Papel*.

Onde acontece: São Paulo

Quando: de 5 a 8 de dezembro



MINECRAFT: UM ALIADO DA PROGRAMAÇÃO

O jogo é uma excelente ferramenta para o curso, gerando diferentes estímulos e valorizando a individualidade do processo de aprendizagem

Texto: Ana Kubata

Quem participa do processo de aprendizagem sabe que esse não é um caminho fácil, e nem sempre há uma fórmula mágica que ajude com isso. Mas uma coisa é certa: cativar as crianças e adolescentes através de um método lúdico e interativo pode fazer com que esse desenvolvimento seja muito mais simples e, principalmente, eficaz.

ALIADO DOS PROFESSORES

O *Minecraft*, um jogo eletrônico disponível para diferentes plataformas, pode ser um grande aliado dos professores nesse caso, já que têm no jogo a possibilidade de ensinar habilidades de forma divertida e despertar autoconfiança e engenhosidade dos alunos.



“Usar jogos como ferramenta de aprendizado na programação oferece uma abordagem dinâmica e eficaz para aquisição das habilidades desse campo. Eles proporcionam um ambiente divertido e participativo, que desenvolve a capacidade de resolver problemas, aprimora a lógica e estimula a criatividade”, comenta Henrique Nóbrega, diretor fundador da Ctrl+Play, escola de programação e robótica para crianças e adolescentes.

EXPLICANDO O MINECRAFT

É um jogo de sobrevivência, onde os jogadores exploram um mundo aberto, tridimensional em blocos pixelizados gerados por programação procedural. Lá, eles podem extrair matérias primas e ferramentas artesanais para construir estruturas ou terraplanagens. De forma geral, o objetivo é adquirir recursos para construir o próprio mundo e se manterem vivos. Com 15 anos desde seu lançamento, o *Minecraft* virou uma febre mundial, atingindo, em outubro do ano passado, a marca de 300 milhões de cópias vendidas.

MÚLTIPLAS VANTAGENS PARA APRENDER

O especialista comenta algumas vantagens que a aprendizagem de programação por meio de jogos eletrônicos – dentre eles, o *Minecraft*, podem proporcionar aos jovens:

- **Resolução de problemas**

Os jogos costumam incorporar elementos de quebra-cabeças e desafios, que exigem habilidades de resolução de problemas por parte dos jogadores. No *Minecraft*, por exemplo, ao se depararem com os obstáculos de criar o mundo que desejam no jogo, os alunos são estimulados a desenvolver o pensamento lógico e abstrato.

- **Estímulo à criatividade**

Aprender programação por meio de games significa que os jovens podem moldar o ambiente do jogo de acordo com sua visão e preferências, o que estimula a expressão individual.



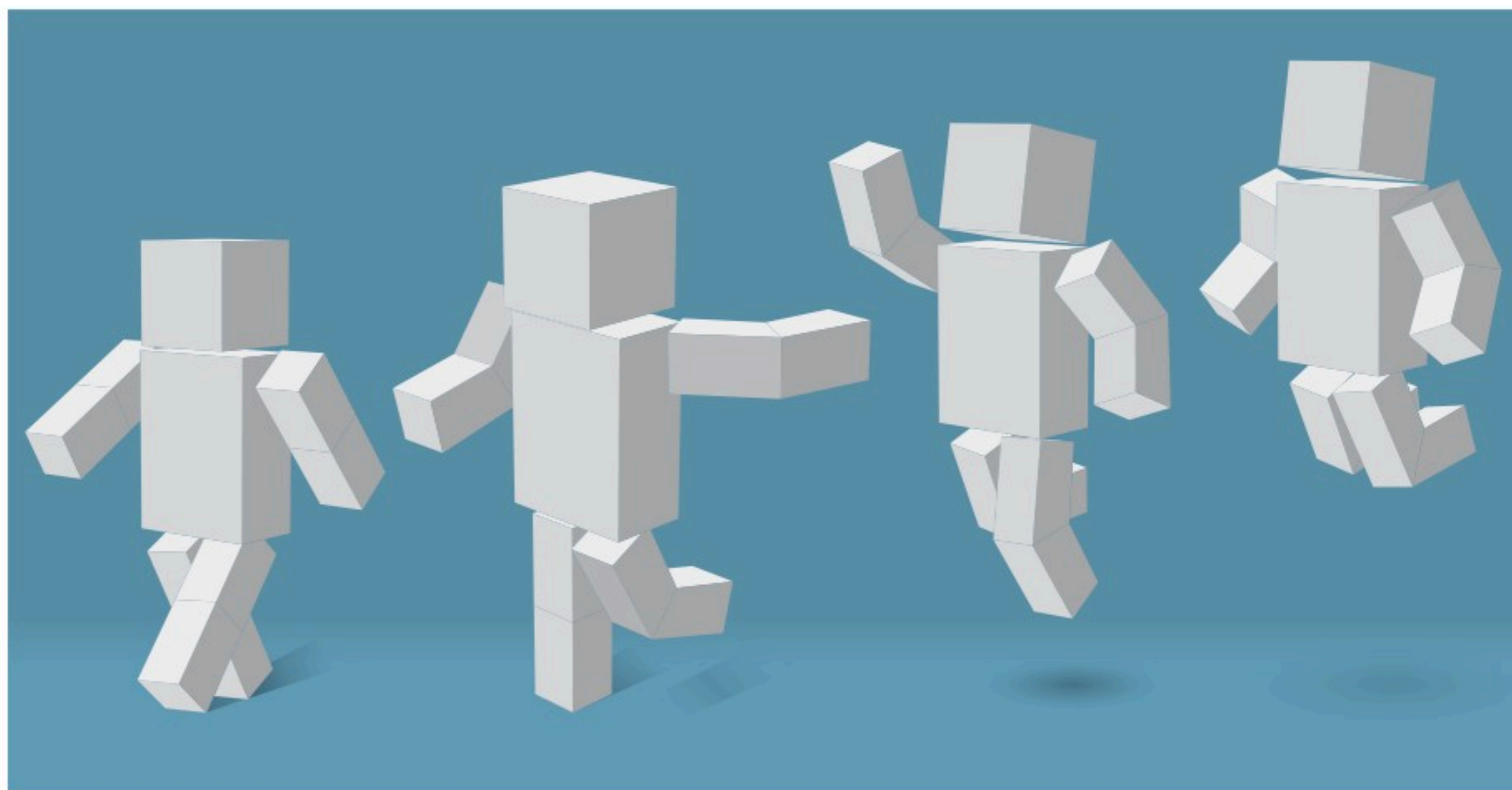


Ilustração: kmls/Shutterstock Images

- **Incentivo ao aprendizado**

Ao oferecer recompensas imediatas e desafios, os jogos encorajam alunos a continuar e a superar dificuldades. Integrar a aprendizagem de programação em um ambiente divertido e *gamificando* as lições, faz com que eles sejam naturalmente atraídos para este processo de estudos.

- **Foco na personalização do aprendizado**

“Como hoje recebemos muito mais informações do que nosso cérebro consegue processar, se queremos de fato transmitir algo aos jovens precisamos transformar o aprendizado em uma experiência completa e personalizada, que seja memorável e significativa”, pontua Caio Silveira Schweller, Coordenador Administrativo da Ctrl+Play, escola de programação e robótica para crianças e adolescentes.

Segundo ele, mais importante do que apenas utilizar os jogos em sala de aula, é preciso que os alunos estejam envolvidos com os criadores. Assim, a proposta se torna explorar e incentivar a individualidade e diversidade. “É possível analisar, por exemplo, motivações diferentes para jogar e para ganhar, assim como abordagens de aprendizagem distintas e motivações intrínsecas muito variadas”, conta.

“É por esses motivos que temos uma metodologia ativa, muito baseada no learning by doing, em que os jogos são catalisadores do aprendizado e, inclusive, ferramentas importantes para fazer representações complexas do mundo.”

ALÉM DO MINECRAFT

Assim como no *Minecraft*, Schweller cita o *Roblox* como um aliado ao ensino da programação. A proposta é parecida, pois trata-se de um universo virtual onde também é possível criar o próprio mundo. “Nele, as crianças se deparam com diversas situações em que construir um mundo pode não ser tão fácil quanto parece.”

TUDO QUE POSSA PROPORCIONAR BONS ESTÍMULOS

O profissional também cita que outras ferramentas complementam o curso, seguindo a mesma linha lúdica, como *Scratch*,

ch, *Kodu*, *Construct 3* e *Unity*, cada uma indicada para estágios específicos. “O critério principal ao selecionar esses recursos é a capacidade de oferecer uma experiência interativa, desafiadora e realmente educativa (refletindo a diretriz da marca de ‘divertir, ensinar e desenvolver’), que estimule o raciocínio lógico, a resolução de problemas e a criatividade dos alunos”, explica.

“Também levamos em conta como as ferramentas podem ajudar a trabalhar as competências gerais da Base Nacional Comum Curricular (BNCC) do Ministério da Educação em todas as aulas”, finaliza Schweller.



Foto: Improvisor/Shutterstock Images



JOGAR PARA APRENDER MAIS!

Os games eletrônicos podem oferecer bons frutos ao desenvolvimento infantil, mas é preciso que haja monitoramento dos pais e responsáveis

Texto: Ana Kubata

Ilustração: yusufdemirci/Shutterstock Images

A saúde e bem-estar das crianças é uma pauta com muitos argumentos conflitantes, especialmente quando falamos sobre o uso de dispositivos eletrônicos durante o processo de aprendizagem. Afinal, os jogos são benéficos ou malé-

ficos ao desenvolvimento infantil?

EXISTE UM BALANÇO ENTRE O QUE É BOM E O QUE É RUIM

Caio Silveira Schweller, Coordenador Administrativo da *Ctrl+Play*, escola de programação e robótica para crianças e

adolescentes, afirma que, como quase tudo na vida, os jogos podem ter efeitos tanto positivos quanto negativos. “Muitas vezes, os problemas tipicamente relacionados aos jogos (vício, violência, isolamento social, sedentarismo, etc.) são fruto de excessos e de problemas sociais e familiares. Há, no entanto, o fato de que videogames, como atividades sociais, podem, sim, desempenhar um papel importante no desenvolvimento moral e de caráter das crianças que os jogam”, esclarece.

Ainda segundo o profissional, é o contexto específico da criança que dirá se os videogames são benéficos ou maléficos para ela. “Se são uma forma de lazer saudável, que não ocorre em detrimento da integração social, da performance escolar e do relacionamento familiar, os jogos podem, sim ajudar no desenvolvimento”, pontua. A mecânica e a narrativa dos jogos escolhidos também são fatores decisivos nesse sentido.

HÁ RESISTÊNCIA DOS PAIS?

De acordo com Schweller, é comum que pais e educadores tenham a preocupação de que o uso de jogos na educação possa trazer distrações e reforçar vícios e comportamentos negativos (como violência, excesso de competição, etc.). “Outro questionamento comum é como a gamificação pode ser aplicada em um contexto educacional que muitas vezes não é padronizado – por exemplo, quando falta acesso a computadores e/ou à internet”, aponta o Coordenador.

Portanto, para bater de frente com uma possível resistência, o profissional explica que a *Ctrl+Play* conta com metodologia baseada em três pilares: divertir, ensinar e desenvolver. “Esses pilares são essenciais porque, lidando com jovens de sete a 17 anos, o simples entretenimento não justifica o investimento, assim como apenas focar na parte técnica dos jogos não proporciona um aprendizado completo sobre tecnologia”, completa.

Ilustração: Colorfuel Studio/Shutterstock Images



COM MONITORAMENTO, OS FRUTOS SERÃO POSITIVOS

Já Augusto Jimenez, CMO da *Minds Idiomas*, reforça a importância do controle dos pais sobre o tempo em que as crianças passam jogando, e se o conteúdo do game é apropriado para a idade delas. “Além disso, estabelecer horários é fundamental para conciliar essa atividade com outras saudáveis, como escolares e atividades ao ar livre”, orienta.

Mas ele afirma que os jogos, quando equilibrados com o tempo adequado, podem trazer muitos benefícios às crianças, tais como:

- **Aprimoramento em um idioma:** pela maioria dos jogos serem em inglês, é possível que a criança vá desenvolvendo um novo idioma, através dos comandos, da repetição das palavras e dos sons, como a música do jogo;
- **Desenvolvimento cognitivo:** Muitos jogos exigem raciocínio estratégico, o que contribui para o desenvolvimento cognitivo das crianças;
- **Habilidades sociais:** Jogar videogame on-line pode influenciar que as crianças desenvolvam habilidades sociais, trabalhem em equipe e interajam com outros jogadores;
- **Melhora da coordenação motora:** Alguns jogos requerem movimentos rápidos e precisos, despertando essa habilidade;
- **Entretenimento:** Os jogos, ao envolverem histórias de fantasia, têm a capacidade de transportar o jogador para dentro do enredo.

CASO CONTRÁRIO...

... Ou seja, caso os pequenos exagerem nas horas de jogo, Jimenez alerta para os perigos que podem afetar a saúde física e mental, como por exemplo:

- **Isolamento social:** É preciso verificar se as crianças passam muito tempo jogando videogame ao invés de interagir com outras pessoas ou participar de atividades ao ar livre, por isso a importância do monitoramento dos pais e/ ou responsáveis;
- **Problemas de saúde:** Passar muito tempo sentado jogando videogame pode levar a problemas de saúde, como obesidade, má postura e problemas de visão.
- **Vício:** Alguns indivíduos podem ter dependência de jogos, o que pode afetar negativamente sua saúde mental.



Ilustração: yusufdemirci/Shutterstock Images

HÁ EMBASAMENTO CIENTÍFICO

E nada de achar que esses benefícios são uma mera teoria dos profissionais da área de tecnologia. O CMO da Mind Idiomas reafirma as teses com base em estudos que comprovam esses benefícios, e cita alguns abaixo:

- **Desenvolvimento Cognitivo:** “Uma pesquisa publicada na revista *Nature* em 2014 sugere que jogar videogames pode melhorar a flexibilidade cognitiva e a habilidade de aprendizado.”
- **Desenvolvimento Social:** “Uma pesquisa da Universidade de Oxford, na Inglaterra, constatou que jogar videogames com conteúdo pró-social pode aumentar a generosidade e o comportamento pró-social em crianças.”
- **Desenvolvimento Emocional:** Um estudo publicado no *Journal of Adolescence* em 2016 descobriu que jogar videogames pode ser uma forma eficaz de lidar com o estresse e melhorar o bem-estar emocional dos adolescentes.

A CRIANÇA PODE ESCOLHER O QUE JOGAR?

Até pode, mas é preciso que haja a orientação dos pais para garantir que ela se divirta com jogos adequados para sua faixa etária. “A maioria dos jogos possui classificação indicativa, que orienta sobre a idade recomendada para o público-alvo. As crianças devem contar com uma comunicação aberta com os pais para que possam sugerir jogos e, com a orientação deles, verificar se são apropriados”, indica Jimenez.

OS JOGOS MAIS INDICADOS

Papel e caneta na mão? Anote aí quais são os games que proporcionam mais benefícios para o processo de desenvolvimento infantil, listados por Caio Silveira Schweller, Coordenador Administrativo da *Ctrl+Play*:



Imagem: Aadish Nair/Shutterstock Images

- **Crash Bandicoot, Ratchet & Clank, Sonic e todos da franquia LEGO®:** podem ajudar a desenvolver habilidades como resolução de problemas, imaginação, persistência, pensamento estratégico e *storytelling*.

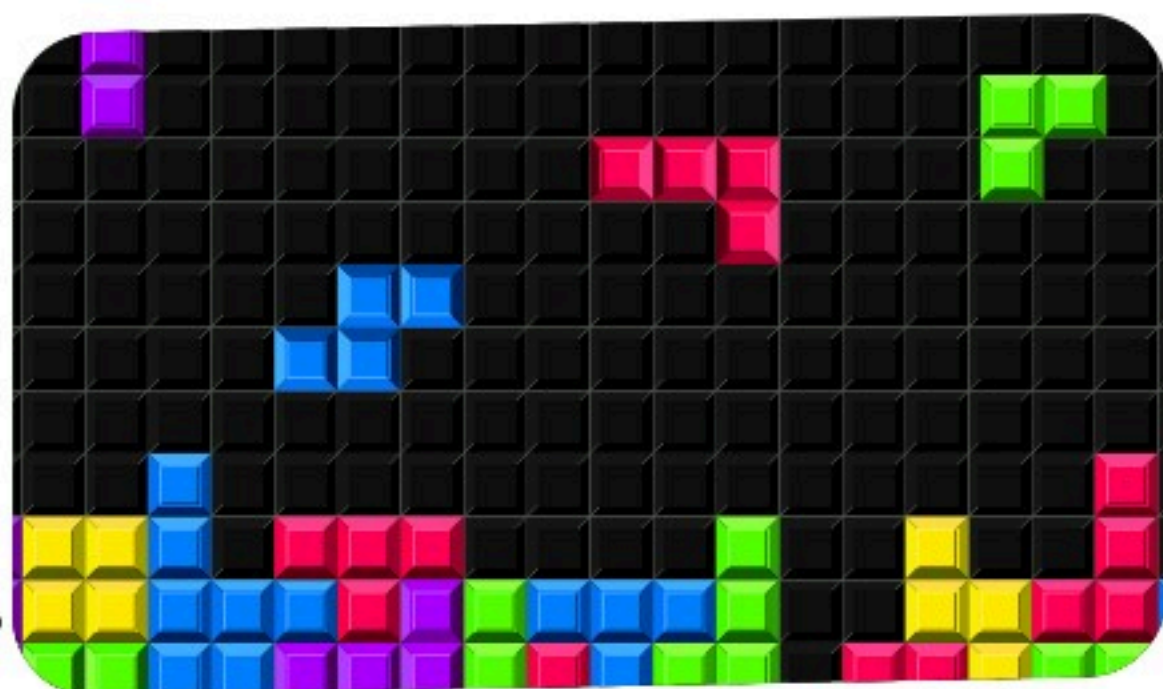


Imagem: Diego Thomazini/Shutterstock Images

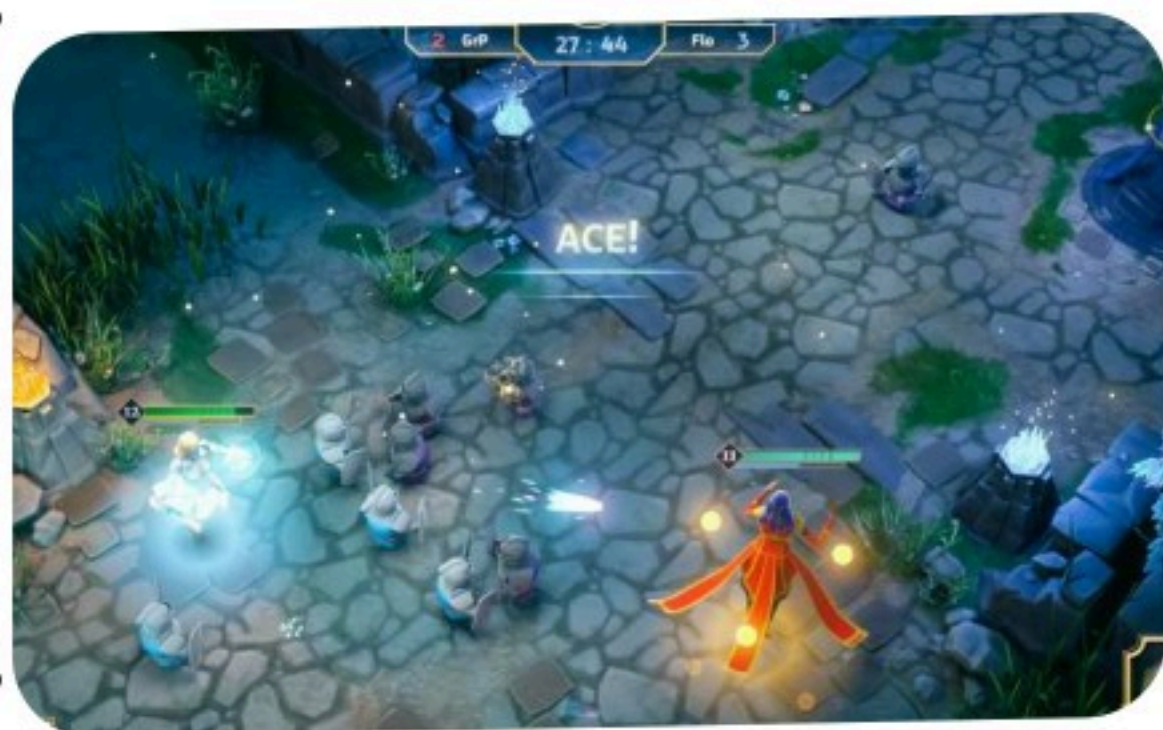
- **Overcooked e Rayman Legends:** são jogos com conteúdo mais cooperativo. “Além do trabalho em equipe, estão presentes a criatividade, a velocidade de processamento, a coordenação motora e a competitividade saudável”, conta Schweller.



- **Série de jogos *Unravel*:** uma pedida muito legal para crianças. “Tem uma narrativa bastante profunda e tocante, e trata com sutileza e com sensibilidade sobre vínculos afetivos, símbolos e resiliência.”



- ***Tetris*:** um clássico, ótimo para desenvolver o raciocínio lógico



- **Jogos de RPG (*Role-Playing Game*):** podem ajudar a treinar habilidades sociais e a desenvolver empatia e liderança.

“Os pais devem colocar numa balança as necessidades, os interesses e os padrões de aprendizagem das crianças versus os riscos atrelados ao uso (por exemplo, chat on-line com desconhecidos), as regulamentações legais (por exemplo, classificação indicativa) e o conteúdo geral do jogo (se é mais violento, ou se tem uma natureza educativa e mais descompromissada, etc.)”, acrescenta o Coordenador da *Ctrl+Play*.

O PAPEL DOS GAMES NA SALA DE AULA

Augusto Jimenez, CMO da *Minds Idiommas*, diz que a integração de videogames nas aulas oferece uma oportunidade emocionante para os alunos expandirem seu vocabulário em inglês e se envolverem em experiências imersivas. “Criar salas temáticas baseadas em jogos permite que os alunos explorem sua criatividade enquanto aprendem de forma divertida”, justifica.

“Com o suporte dos professores, os jogos educacionais podem complementar e enriquecer ainda mais o processo de aprendizagem, tornando as aulas mais envolventes e eficazes. Essa abordagem demonstra um compromisso genuíno com a inovação e a qualidade do ensino.”

VÍCIO EM JOGOS É COISA SÉRIA!



Seja eletrônicos ou de azar, a pessoa tem a vida afetada em todas as áreas

Texto: Gabrielle Aguiar

Ilustração: HobbitArt/Shutterstock Images

"Só mais um jogo." Pode ser de videogame, celular ou até mesmo de azar - onde apostamos dinheiro -, a verdade é que esse assunto demora para ser percebido como um problema pelas pessoas ao redor, principalmente por ser um tabu na sociedade.

O vício em jogos, como o próprio nome já diz, é a dependência total dessa atividade, representado principalmente pela enorme dificuldade em estabelecer limites para jogar.

PRINCIPAIS TIPOS DE VÍCIOS EM JOGOS

- **Jogos de azar:** eles podem aparecer de diversos modos, sendo alguns até mesmo ilegais. Porém, a tentativa de enriquecer "através da sorte" é o que influencia a pessoa continuar jogando, quando ela pode já estar endividada.
- **Jogos eletrônicos:** mais popular entre os adolescentes, esses games demandam tempo e podem ser muito intensos - com campeonatos, inclusive.

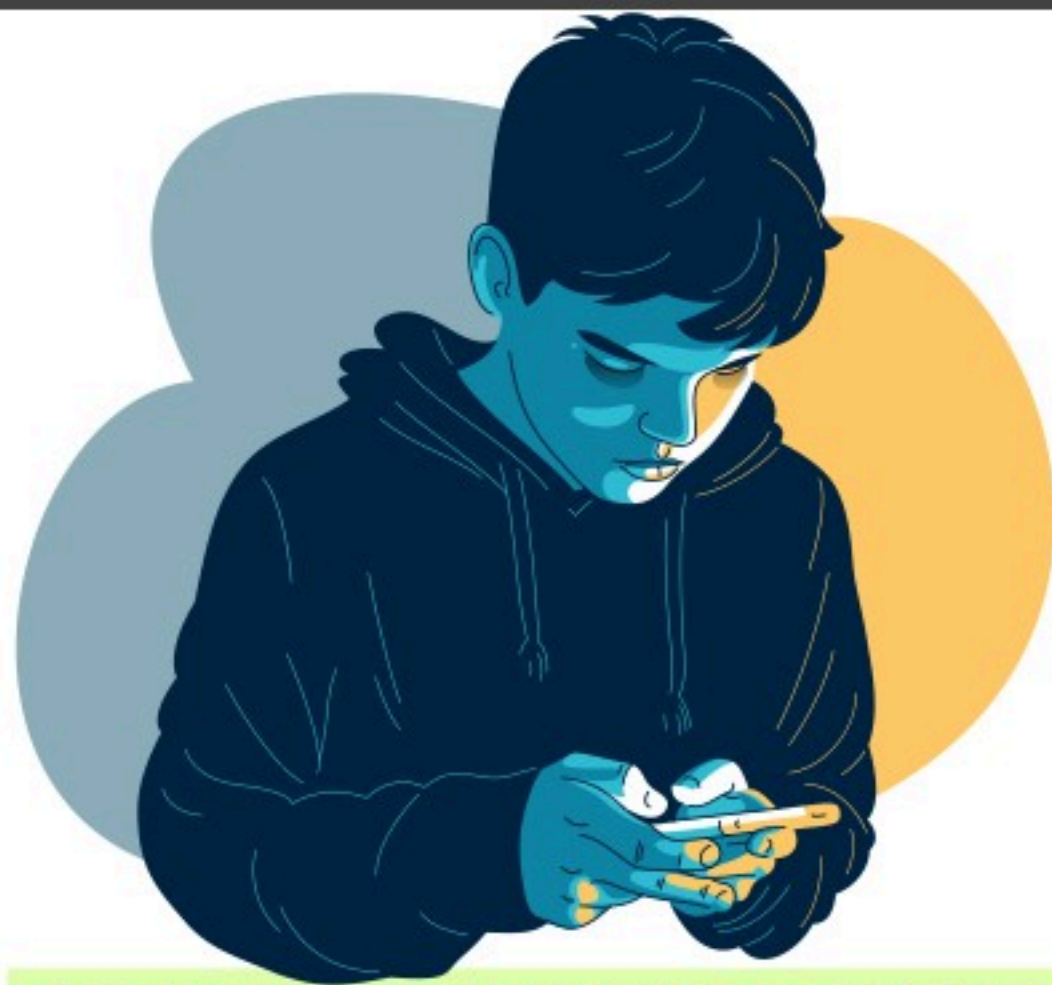


Ilustração: Sylverarts Vectors/Shutterstock Images

EXTREMAMENTE PREJUDICIAL

Dr. Flávio Henrique, formado em medicina pela UFCG, com residência médica em psiquiatria pela UFPI e mais de 10 anos de experiência na área de psiquiatria, explica que, mentalmente, o vício pode estar associado à ansiedade, depressão, desorganização da rotina e aos distúrbios de sono. “Já fisicamente, a dependência leva ao sedentarismo, causa problemas de visão e dores musculares. A falta de controle sobre o tempo gasto nos jogos também costuma gerar negligência das necessidades básicas, como alimentação e higiene”, completa.

IDENTIFICAR NÃO É FÁCIL

O especialista pontua que nem sempre é fácil notar esse vício, principalmente para os pais ou responsáveis das crianças que sofrem com ele. “Muitas vezes, só é notado quando já está bem grave, mas pode ser percebido ao ver mudanças no comportamento, como irritabilidade quando os impedidos de jogar, negligência de responsabilidades escolares ou domésticas, isolamento social, alteração de peso e em hábitos alimentares, e piora no desempenho acadêmico.”

DEPENDÊNCIA

O vício em jogos pode levar ao desenvolvimento de dependência e transtornos mentais, como o “transtorno de jogo”, citado pelo especialista. “Isso gera a perda de controle sobre o hábito de jogar e traz consequências negativas na vida diária, como problemas financeiros e sociais. Mas também pode funcionar como gatilho para depressão, transtornos da ansiedade, entre outros”, complementa.

EXISTE TRATAMENTO!

O tratamento para vício em jogos varia de acordo com as características de cada caso, mas em geral costuma envolver terapia cognitivo-comportamental, terapia familiar e grupos de apoio. “Ele também pode incluir intervenções e medicamentos para tratar comorbidades associadas, como ansiedade ou depressão”, conta o psiquiatra.

“Qualquer jogo para crianças deve ser moderado pelos pais, evitando ser jogado por muito tempo ou em substituição das tarefas escolares, por exemplo. Além disso, é importante sempre conferir a classificação indicativa do jogo e optar por jogos que estimulem a cognição, raciocínio, habilidades escolares e desenvolvimento da linguagem”, destaca.

FORA DAS TELAS!

Conheça os jogos infantis educativos que podem ajudar na cognição



Foto: Olga1818/Shutterstock Images

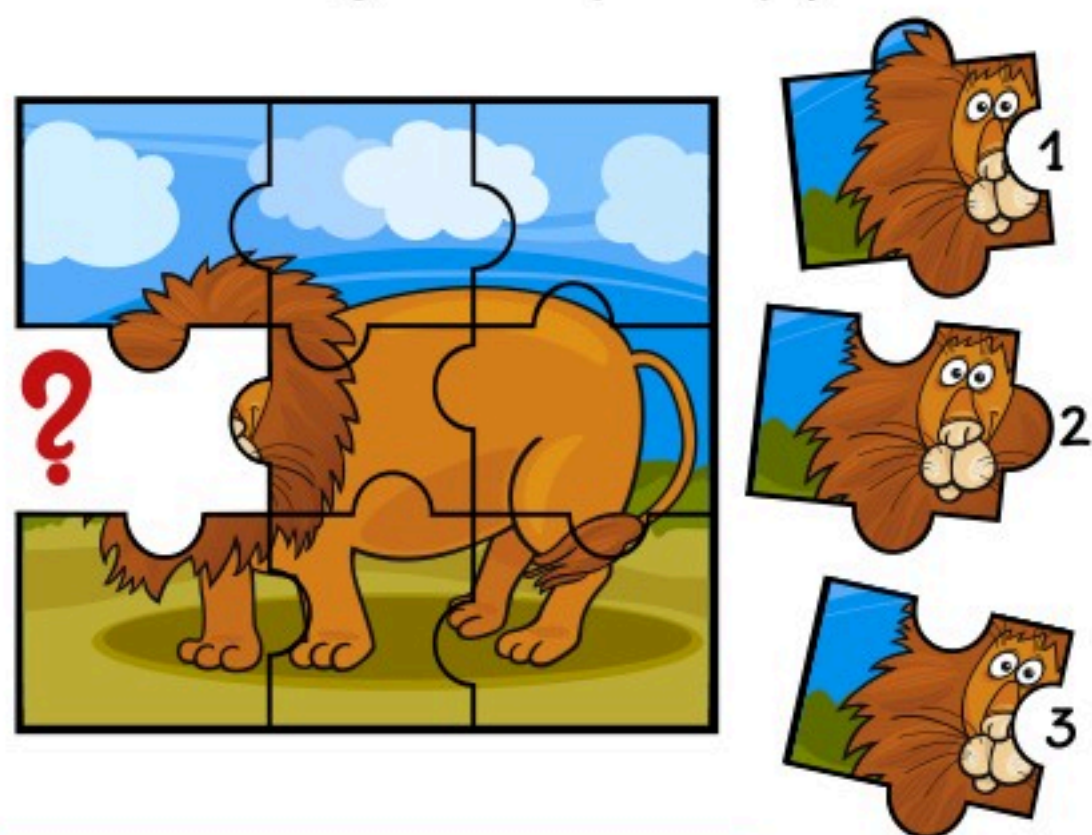
Texto: Gabrielle Aguiar

Priorizar tempo de qualidade fora das telas é fundamental, por isso a **Mente Afiada Curiosidades** separou alguns jogos que vão ajudar no desenvolvimento das crianças. Vamos lá?

“Bons exemplos são jogos de quebra-cabeças, caça-palavras, jogos que envolvam matemática, estratégia ou criação de histórias, por exemplo”, afirma o psiquiatra Flávio Henrique.

QUEBRA-CABEÇAS

Excelente maneira de desenvolver a concentração e a atenção. Isso porque, montar um quebra-cabeça requer foco e atenção aos detalhes, estimulando o raciocínio lógico e a percepção visual.

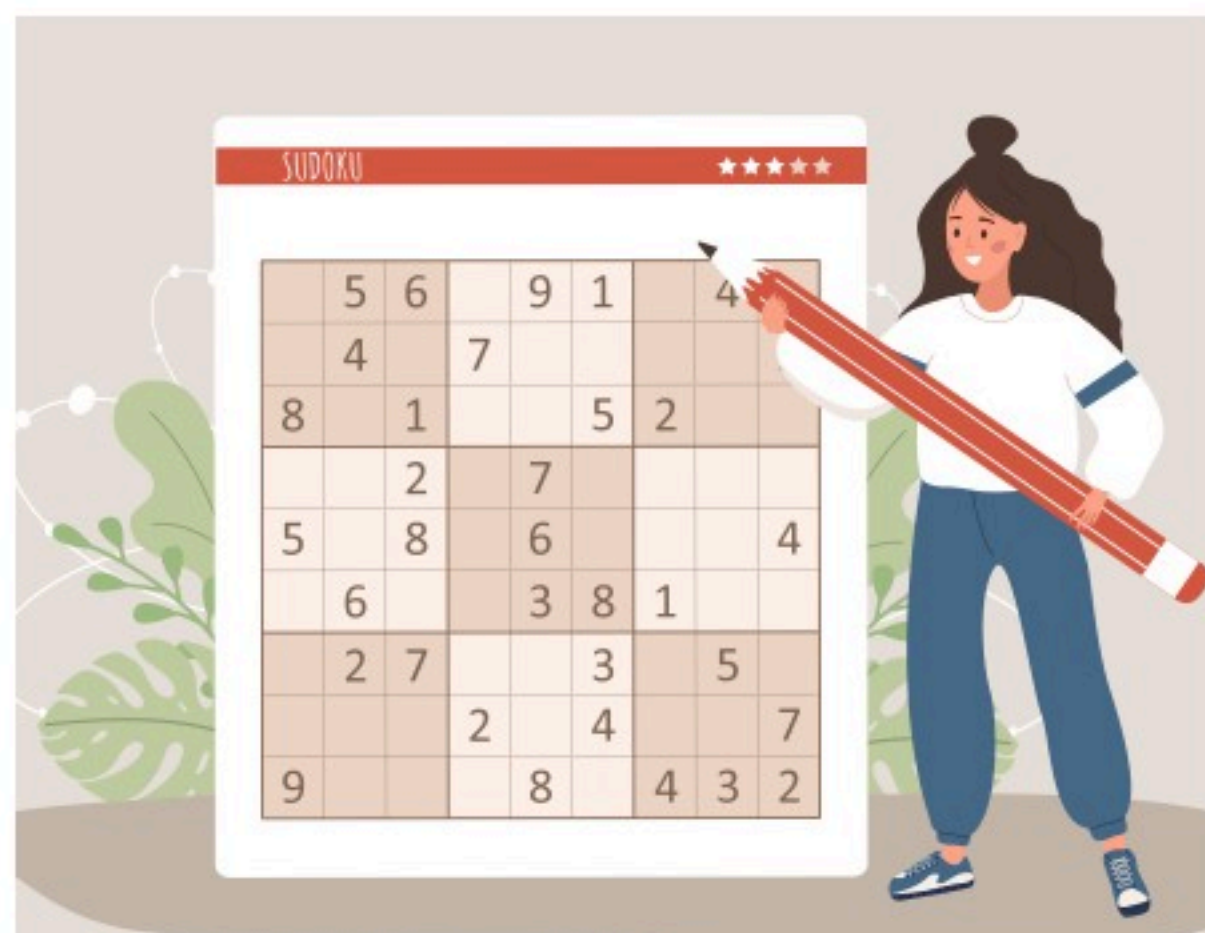
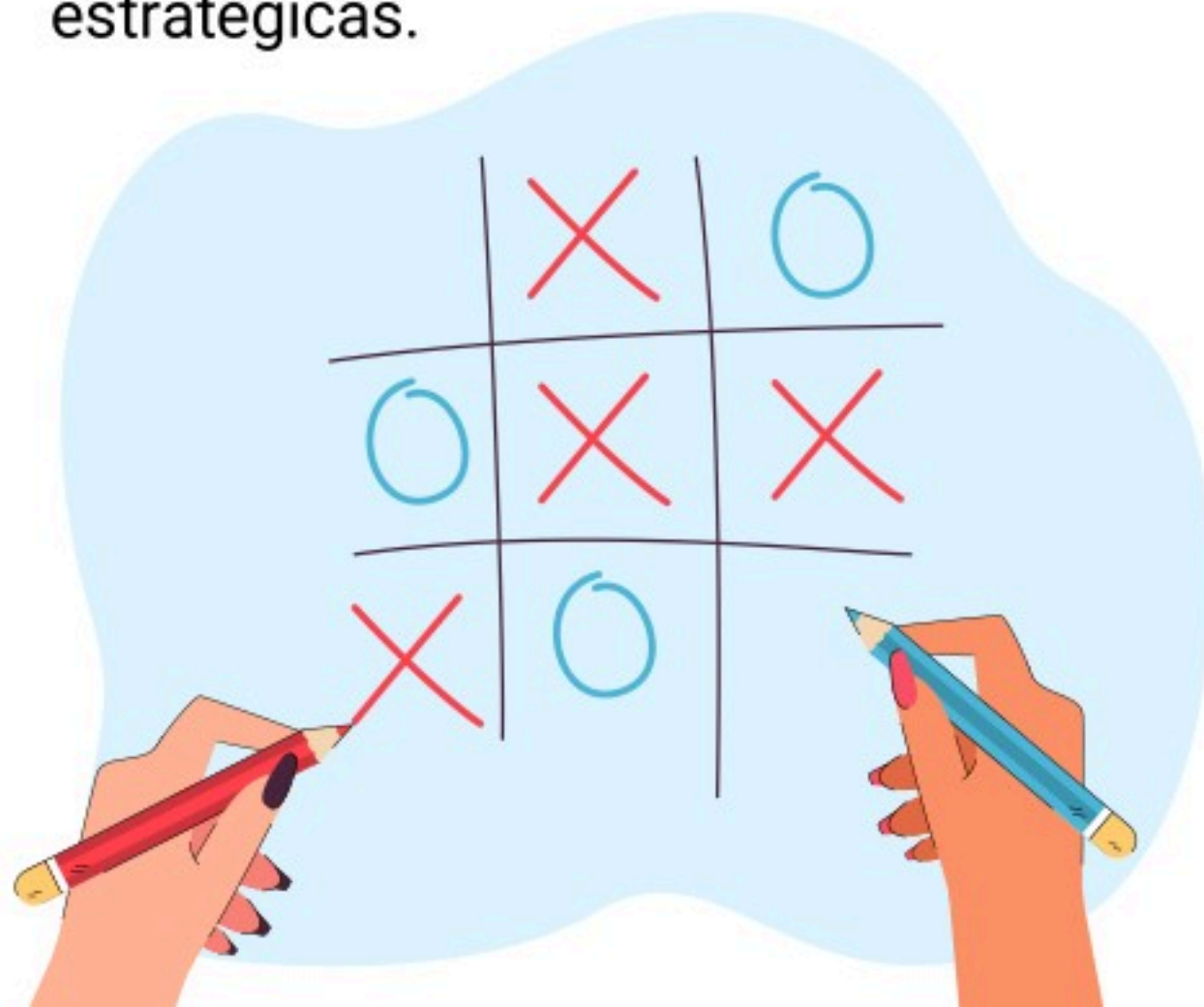


ENIGMAS E CHARADAS

Esses jogos desafiam a mente dos pequenos, incentivando a concentração. Aqui, as crianças precisam pensar de forma criativa e analítica para serem capazes de encontrar soluções.

JOGO DA VELHA

Simple, mas eficaz para desenvolver a concentração. Nesse jogo, os participantes precisam antecipar as jogadas de seus oponentes e tomar decisões estratégicas.

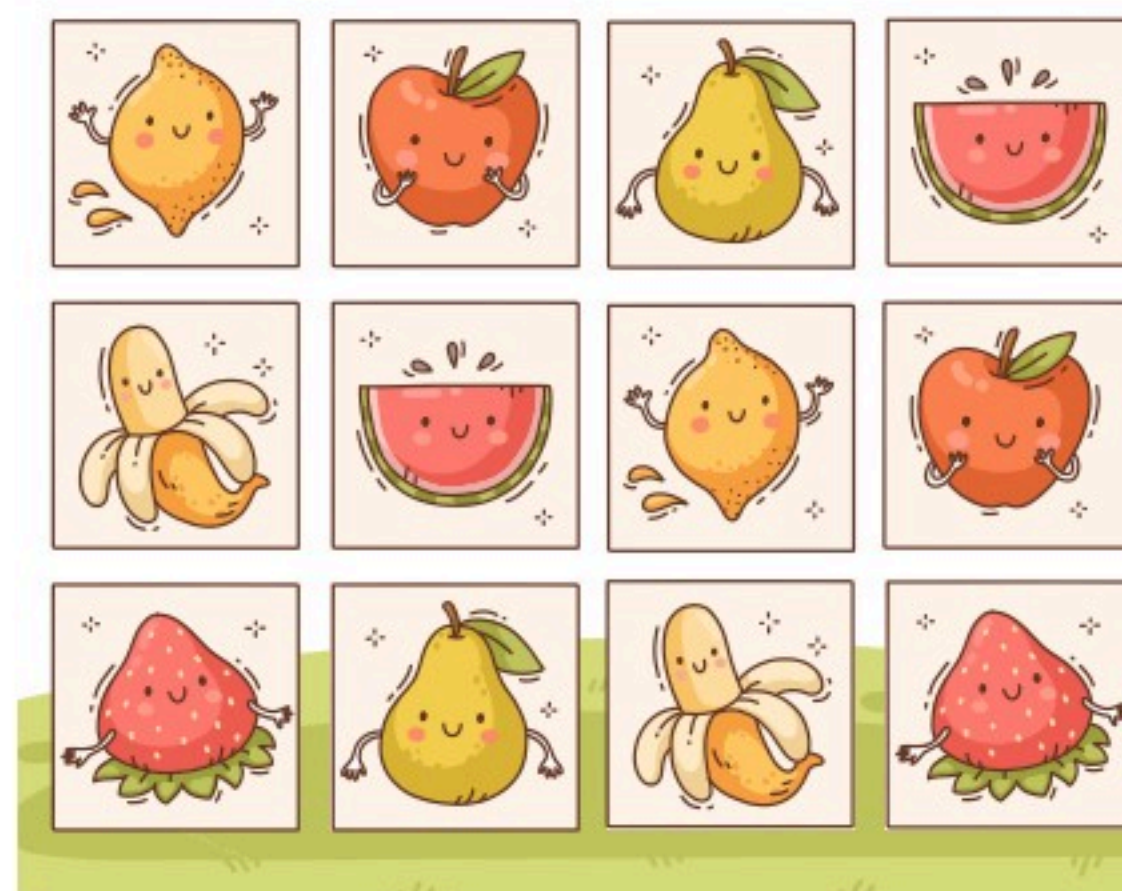


SUDOKU

Ao preencher os espaços com números, as crianças devem analisar com cuidado as possibilidades e tomar decisões conscientes. Esse jogo é um quebra-cabeça numérico que desafia as habilidades de concentração e lógica.

JOGO DA MEMÓRIA

Um clássico que ajuda a desenvolver não só a memória das crianças, mas também a atenção, já que os jogadores precisam usar a concentração para achar os pares de cartas correspondentes, treinando a capacidade de memorização e a focalização.



Ilustrações: Igor Zakowski, PCH.Vector, Keronn art e Waniga Ashan/Shutterstock Images

**Tudo sobre
esporte e
saúde você
encontra
aqui!**

Já nas
bancas
digitais!



A VIDA É O MELHOR ESPORTE **SportLife**

Ano 23, Nº 246

Março 2024

R\$ 14,90



INSATISFAÇÃO OU OBSESSÃO?

A busca pelo
corpo perfeito
pode custar
muito caro

DENGUE

Pausa na
atividade
física é
necessária

**O personal
trainer te
ajuda a
atingir seus
resultados!**

MUSCULAÇÃO

Prática garante mais força,
velocidade, resistência e potência



alto astral
editora