

Jogos digitais e o jogar na pandemia¹

Filipe Augusto dos Santos ²

Stella Maria Poletti Simionato Tozo ³

Rafael Soares Mariano Costa ⁴

1 INTRODUÇÃO

Assim como em outras profissões, a psicologia tem sido atravessada pelas rápidas mudanças decorrentes dos avanços tecnológicos e seus desdobramentos, sendo os jogos digitais uma dessas fontes de influência. A tecnologia e os jogos digitais estão cada vez mais presentes no cotidiano e, até mesmo, tornaram-se indispensáveis na vida de muitas pessoas: observa-se sua utilização na educação, na medicina e no controle das finanças, até mesmo na acadêmica, nas pesquisas sobre gamificação (WOODCOCK; JOHNSON; 2028).

De acordo com o site Newzoo (2019), existem mais de 2.5 bilhões de jogadores no mundo. Segundo o levantamento anual sobre o comportamento de consumo e tendências jogadores na América latina, realizada pela plataforma Pesquisa Game Brasil (PGB, 2021), 72% dos brasileiros apresentam o hábito de jogar jogos digitais, e 46% dos jogadores alega ter passado a jogar mais durante o período de isolamento social decorrente da pandemia do COVID-19.

O jogo por definição pode ser entendido como uma brincadeira, divertimento ou ações que juntem essa ideia e estejam sujeitas a determinadas regras. De acordo com Kirriemuir e McFarlane (2004), os jogos digitais são definidos como diversas informações visuais dispostas aos jogadores, sendo estas apresentadas por meio diversos tipos de dispositivos eletrônicos e em diferentes formatos, tais como smartphones, computadores, tablets e consoles de videogame, o que possibilita a interação dos jogadores com o próprio jogo e entre si, de acordo com as regras pré-estabelecidas.

Desde 1969, com a criação da internet estimulada pelos efeitos do pós-guerra, o mundo

¹ Artigo apresentando ao Eixo Temático 3: Sociedade: política e mobilização da sociedade, no III Encontro Virtual da ABCiber, em 2022.

² Psicólogo. Graduado pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. filipesantos.psic@gmail.com

³ Doutora em Psicologia (USP). Docente Adjunto IV na Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais

⁴ Psicólogo. Doutorando em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. Membro do Grupo de Pesquisa Psicologia, Trabalho e Processos Psicossociais – PSITRAPP. Bolsista da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais – FAPEMIG. rafaelsmc@gmail.com

passou por mudanças na forma de se comunicar. Mas somente a partir dos anos 1990, com a criação da rede mundial (World Wide Web), foi possível observar uma mudança mais explícita e rápida na forma de lidar com a informação e se comunicar (CAPOBIANCO, 2010). O uso dos jogos digitais, nesse sentido, pode ser compreendido como um mediador que possibilita a comunicação e a interação social entre os jogadores e, como apontam Resende e Da Silva (2012), essa interação pode ultrapassar o espaço do jogo, se estendendo para o mundo real e influenciando no cotidiano do jogador.

Dentro da psicologia, a interação social é tida como um critério fundamental para um desenvolvimento adequado. Duran (1993), por exemplo, afirma que as interações sociais são essenciais para a construção de um indivíduo, constantemente afetado pelos seus contatos e experiências com o outro. Além disso, Ferreira *et al.* (2013) aponta para a forte associação, encontrada em diversos estudos, entre a qualidade das relações de um sujeito com seus pares e uma boa adaptação nos diversos aspectos da vida.

A pandemia da COVID-19 tem como uma das principais formas de prevenção o isolamento ou distanciamento social, adotado em diversos países do mundo ao longo da pandemia. Nesse sentido, diversos estudos têm associado o isolamento social, necessário para impedir a disseminação do vírus, com prejuízos para a saúde mental dos indivíduos, podendo desencadear estresse, medo, pânico, sentimentos ansiosos, culpa e tristeza, que podem evoluir para quadros patológicos (PEREIRA et al, 2021; BROOKS et al, 2020).

Tendo em vista tais problemáticas, o presente trabalho tem como objetivo investigar como os jogos digitais possibilitam interações sociais, e como estas podem influenciar a saúde mental dos sujeitos durante a pandemia. Para tentar responder à questão, foi realizada uma revisão bibliográfica com os objetivos específicos de compreender como a pandemia e o isolamento social influenciam na saúde mental dos indivíduos, qual a importância das interações sociais na vida dos sujeitos, e quais as possibilidades de uso dos jogos digitais como produtores de interações. Além disso, foi realizado um estudo de campo por meio de um questionário online abordando tais questões, respondido por sujeitos que fazem o uso de jogos digitais, a fim de abordar a percepção subjetiva dos participantes sobre a temática.

2 CIBERCULTURA

De acordo com Rosa e Santos (2015), o aumento constante do número de pessoas que ingressam e fazem uso das redes sociais teve como consequência a ascensão de uma forma

particular de cultura, denominada cibercultura, definida como um conjunto de processos tecnológicos, de mídia e sociais que vêm ocorrendo desde 1970. O ciberespaço, criado também por meio dessa nova forma de relacionar-se que se dá no âmbito da internet, pode ser relacionado com a Sociedade em Redes (ROSA; SANTOS, 2015; LÉVI, 1999), que se refere à transição das pessoas para o ambiente virtual, incluindo as redes sociais e diversas formas de sociabilidade através de interfaces digitais. O que ocorre nos ambientes físicos e virtuais, apesar de serem constituídos por realidades distintas, apresenta uma continuidade e para Nicolaci-da-Costa (2005), as interações virtuais envolvem o desenvolvimento de vínculos instalados de forma online, mas que possuem características similares às relações “reais”, podendo ultrapassar o espaço online e se concretizar no “real”.

Rosa e Santos (2015) ressaltam que, quando a comunidade passa a existir também no ciberespaço, os indivíduos se veem diante da possibilidade de pertencer explícita ou anonimamente, de forma que passam a coexistir diversos mundos subjetivos, particulares e partilhados, onde há a possibilidade de se mostrar apenas o que é desejado pelo dono do perfil. No que diz respeito a esse “mostrar-se”, Ferreira-Lemos (2011), por exemplo, se refere a esse fenômeno como uma alienação de si ao explorar fantasias nas lacunas do real. Já Nicolaci-da-Costa (2005) relacionam o fenômeno como uma forma de comparar e avaliar as próprias escolhas e criar formas subjetivas de ser e agir, promovendo um maior conhecimento de si e dos outros.

Outra perspectiva abordada sobre o tema é a de Gómez e González (2008), que relacionam o compromisso pessoal e emocional para com as redes sociais com um mal-estar gerado por alguma frustração introduzida pela tecnologia na subjetividade contemporânea, levando os indivíduos a compartilhar sua vida nas redes a fim de alcançar alguma realização de suas necessidades. Sendo que existem duas formas de enxergar a vivência das pessoas no ciberespaço, sendo uma negativa relacionadas as ilusões, celebrações banais, consumistas e fúteis, e uma positiva relacionada ao compromisso emocional e subjetivo que pode levar a transformações favoráveis nos modos de existir e se relacionar com o mundo.

2.1 PANDEMIA, ISOLAMENTO SOCIAL E IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL

Segundo Garrido e Rodrigues (2020), o isolamento social ocorre quando se tem um indivíduo contaminado, que deve ser mantido isolado de outras pessoas para evitar mais contaminações; a quarentena é o isolamento de pessoas que não apresentam sintomas clínicos,

mas que estiveram expostos a ambientes de alto risco, podendo a ausência de sintomas ser devido ao tempo de incubação do vírus; o distanciamento ou contenção social, tido como uma medida aplicável à grupos maiores e visa diminuir as interações sociais por meio do fechamento do comércio, escolas e proibição de reuniões; o lockdown é a medida mais extrema, podendo ser adotado quando há uma ameaça ao sistema de saúde, e no qual as pessoas não podem entrar ou sair do perímetro da cidade onde se encontram.

Apesar de a pandemia e suas consequências serem ainda muito recentes, pesquisas já evidenciam que houve uma piora na saúde mental da população decorrentes de tal adversidade. Saúde mental é definida pela Organização Mundial de Saúde (WHO, 2018) como “um estado de bem-estar no qual um indivíduo realiza suas próprias habilidades, pode lidar com o estresse normal da vida, pode trabalhar de forma produtiva e é capaz de contribuir para sua comunidade”. Ramírez-Ortiz *et al.* (2020), apontam para o fato de, em uma pandemia, o medo poder aumentar o estresse e a ansiedade em indivíduos saudáveis, além de exacerbar os sintomas em pessoas que já são acometidas por doenças mentais, e de acordo com a Pizzinato *et al.* (2020) estima-se que cerca de um terço à metade da população mundial poderá apresentar algum transtorno mental ao longo da pandemia, considerando a intensidade da pandemia e a vulnerabilidade da população exposta.

Além de fatores como a mudança de rotina, o medo de contaminação e da perda de entes queridos, a preocupação financeira dentre outros, o isolamento e o distanciamento social vêm sendo associados à prejuízos na saúde mental dos indivíduos. De acordo com Pereira *et al.*, (2020), os principais sintomas psicológicos observados nesse contexto são o estresse, medo, pânico, sentimentos ansiosos, culpa e tristeza, que podem evoluir para um quadro de transtorno mental como depressão, transtornos de ansiedade e Transtorno de estresse pós-traumático (TEPT). Garrido e Rodrigues (2020) também apontam o rebaixamento do humor, o humor irritado, o medo e a insônia como tendo uma alta prevalência em situações de distanciamento social.

No Brasil, o índice de depressão pré-pandemia era de cerca de 5,8%, sendo superior à média mundial de 4,4%, e a prevalência de ansiedade era de 9,3%, sendo considerado o país mais ansioso do mundo (GARRIDO; RODRIGUES, 2020). Uma pesquisa divulgada pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro, realizada em 2020, aponta para um grande aumento de problemas de saúde mental no país durante o período de distanciamento social, e os resultados demonstraram que os casos de depressão dobraram, enquanto os de ansiedade aumentaram em cerca de 80%, além de haver indícios de aumento de uso de álcool e outras

drogas (GARRIDO; RODRIGUES, 2020).

Crianças, adolescentes e jovens adultos, também vêm sofrendo diversos prejuízos decorrentes do isolamento social. De acordo com a OMS, com o fechamento das escolas cerca de 1,5 bilhão de crianças e adolescentes ficaram sem escola, privando-os das interações que ocorriam nesses locais (OLIVEIRA *et al.*, 2020). Saurabh e Ranjan (2020) constataram que 68% das crianças em quarentena, participantes de um estudo conduzido pelos autores, apresentam algum sofrimento psíquico, podendo experimentar medo, ansiedade, estresse e agressividade, falta de coragem, tristeza, inquietação e insônia, sendo estes sinais decorrentes do isolamento social, do impacto de crises econômicas e do aumento de casos de violência doméstica durante a pandemia.

A adolescência é uma etapa marcada por transformações biológicas, psicológicas e sociais, sendo uma janela de oportunidade para o sujeito adolescente (Oliveira *et al.*, 2020), a interação social é de extrema importância para que esses sujeitos compartilhem suas experiências e construam sua identidade.

Além disso, em estudo realizado por Barros *et al.* (2020), os resultados apontaram para uma maior prevalência de sentimentos relacionados à tristeza e ansiedade, bem como problemas de sono, na população de adultos jovens (18-29 anos). A maior prevalência de sintomas negativos de saúde mental nessa população pode estar relacionada a solidão decorrente do isolamento social, tensão econômica e incertezas sobre o futuro, tendo em vista que jovens adultos estão iniciando sua carreira educacional/profissional, bem como tentando adquirir maior independência sobre a própria vida (BARROS *et al.*, 2020). A exposição excessiva às notícias em tempo real na internet e a migração do trabalho e dos estudos para o meio virtual também são apontados por Barros *et al.* (2020) como fatores que podem prejudicar a saúde mental de jovens.

Nesse contexto, crianças e adolescentes vêm aumentando o contato com seus pares por meio das tecnologias digitais (IMRAN; ZESHAN; PERVAIZ, 2020). Os jogos digitais, podem servir como instrumento para lazer e interação, bem como para a construção da identidade dos sujeitos por meio de suas vivências nos jogos, podendo-se hipotetizar que auxiliam na diminuição dos impactos negativos gerados pelo distanciamento social.

2.2 JOGOS: DEFINIÇÃO E BREVE CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRICA

Huizinga (2000) considera que o jogo precede a cultura, e aponta a existência de formas

de brincar/jogar incipientes presentes, mais ou menos elaboradas, em outros animais além dos seres humanos.

A palavra jogo vem do latim *jocus* que significa gracejo, divertimento. O jogo por definição pode ser entendido como uma brincadeira, divertimento ou ações que juntem essa ideia e estejam sujeitas a determinadas regras. Os jogos estão presentes na vida dos seres humanos e seus antepassados, ao longo da evolução da civilização.. É possível compreender que o jogo e o jogar são multifacetados e presentes de forma intrínseca na civilização, fato que pode dificultar a identificação de características de jogos na cultura.

Assim, é possível pensar na noção de jogos digitais como ferramenta. Segundo Bianco (2012) jogadores descrevem sensação de relaxamento que os jogos algumas vezes geram, o que pode proporcionar um ambiente em que os jogadores podem extravasar suas raivas, mágoas ou podem construir formas de refletir e se posicionar com base no tema do jogo.

Ainda corroborando com a ideia acima, Savi e Ulbricht (2008) ao citarem Hsiao (2007), afirmam que o jogador é capaz de desenvolver novas capacidades reflexivas acerca dos conflitos e situações vivenciadas nos conteúdos dos jogos jogados, sendo que muitas das vezes essas vivências podem estar muito distantes da situação real em que o jogador está inserido.

3 A PSICOLOGIA E OS JOGOS DIGITAIS

Atualmente, observa-se um crescente interesse da Psicologia em estudar sobre a temática dos jogos digitais e suas possíveis relações com a psicologia. Este aumento demonstra uma maior preocupação do ambiente acadêmico em compreender e atuar no cenário dos jogos digitais.

Cruz Junior (2017) discute a relevância de se aproximar as práticas acadêmicas e os estudos com os jogos digitais, justifica pelas novas formas observadas de interação com o mundo e o jogo, trabalha a ideia da quebra do “círculo mágico” e da ludificação da cultura. Dessa forma, propõe um novo olhar sobre os jogos digitais em detrimento daquele que unicamente o categoriza por meios de descontração e, por vezes, sem valor acadêmico. O autor compreende o jogo digital como uma linguagem autônoma, que atravessa as formas pelas quais os indivíduos significam ou constroem sentido, sendo dentro ou fora do contexto dos games.

Assim, pode-se perceber que jogos digitais podem ir além do uso recreativo, influenciando também aspectos cognitivos, comportamentais, emocionais e sociais. A Psicologia precisa ser capaz de delimitar e compreender a função e possibilidades de atuação

dentro deste contexto.

3.1 Jogos como parte da construção da identidade dos sujeitos

A identidade de um sujeito é construída e reconstruída ao longo de toda a vida, por meio da interação deste com outras pessoas e com o meio em que está inserido (ZACCHI, 2018). Os jogadores digitais estão reconstruindo suas identidades de forma constante, levando em consideração as vivências imediatas que ocorrem no jogo, bem como as possíveis consequências que suas escolhas podem acarretar, os jogadores percebem a existência dessas várias identidades, criadas de acordo com a situação (SILVA; RESENDE, 2012; ZACCHI, 2018). Podendo assim apresentar três tipos de identidades de jogadores, sendo elas: a Identidade virtual, que diz respeito à identidade do personagem do jogo no próprio jogo; a Identidade real, que se refere à identidade de quem está jogando; e a Identidade projetiva, na qual o jogador projeta seus desejos e ideais no personagem virtual, e projeta em si mesmo as características do personagem que gostaria de ter (ZACCHI, 2018).

No momento da escolha do jogo, os jogadores tendem a levar em consideração os significados subjetivos que o jogo evoca (Silva e Resende, 2012), e um aspecto muito valorizado por jogadores é a possibilidade de criar personagens personalizados a partir de objetivos e significados singulares. De acordo com França e Martins (2014), as diversas características disponíveis quando um jogador cria seu avatar permitem a realização de escolhas de acordo com suas preferências pessoais, gerando uma maior identificação entre o jogador com o personagem que irá representá-lo no jogo. Em pesquisa realizada e apresentada por Zacchi (2018), por exemplo, a maior parte dos jogadores participantes do estudo relataram que, ao escolherem seus avatares nos jogos, levam em consideração a identificação que tiveram em relação ao personagem, bem como suas habilidades próprias. Essa identificação é importante também pois o nível de imersão e envolvimento afetivo que o jogador irá experimentar ao longo do jogo irá depender, além do domínio sobre a mecânica do jogo, de sua identificação com o personagem (FRANÇA; MARTINS, 2014), permitindo que as identidades virtuais, reais e projetivas se integrem com maior facilidade (WAGGONER, 2009).

Para além disso há associação entre corpos reais e avatares, ressaltando a importância dos personagens para mediar a relação do jogador com o próprio jogo, bem como com outros jogadores. Os jogadores criam também, além dos avatares, apelidos específicos que tendem a manter em outros jogos (FRANÇA; MARTINS, 2014; ZACCHI, 2018), e desta forma se

apresentam e se encontram no espaço virtual. Assim, os jogadores podem assumir no virtual as identidades que desejam ter no mundo real como uma forma de realizar um ideal e, assim, concretizá-lo (SCHIAVI; LORENTZ, 2016), o que pode contribuir para que haja a construção de repertórios experienciais que se tornam parte da identidade do sujeito para além do espaço dos jogos digitais, expandindo-se para sua vida como um todo (ZACCHI, 2018).

3.2 Jogos como mediadores de interações sociais

Os jogos digitais são espaços de aprendizagem e podem estimular o desenvolvimento de habilidades e competências. O jogador, interagindo com o jogo, produz um conhecimento próprio, também considerando que a sua subjetividade é moldada pela tecnologia (RESENDE; DA SILVA, 2012). Além disso, como apresenta Resende e Da Silva (2012), o potencial dos jogos digitais não se restringe às melhorias gráficas, mas também corresponde à maior capacidade de interação, dessa forma, o jogador desempenha um papel ativo perante a tecnologia. Segundo Gama (2005), citado por Resende e Da Silva (2012), seja individualmente ou coletivamente, a tecnologia e o seu progresso estão intrinsecamente ligados à existência do homem. Dessa forma, esta se faz indispensável na constituição da cultura e no estabelecimento da organização espaço e tempo.

Observa-se que objetivando criar e desenvolver laços emocionais em suas relações sociais, as pessoas têm adotado o uso da tecnologia em suas vidas. Independentemente do quão distante as pessoas estejam, esperam estabelecer relações que proporcionem um sentimento de pertencimento real (GAMMARANO; DA COSTA, 2020, p. 123). Chayko (2014), abordada por Gammarano e Da Costa (2020), “afirma que as tecnologias têm auxiliado os usuários a se expressarem e a explorarem suas emoções no âmbito de seus relacionamentos [...]”. Assim, conclui-se que as ferramentas tecnológicas, ao propiciarem a comunicação e interação, podem ser consideradas como algo significativamente impactante para a vivência daqueles que fazem uso destas.

Um estudo de 2010 categorizou três tipos de jogos digitais multijogadores: presencial, remoto e assíncrono, cada qual com características específicas, mas com aspectos de interação social próprios. Os jogos presenciais possibilitariam uma interação fora do espaço do jogo, no ambiente físico; os jogos multijogadores remotos teriam como principal característica a possibilidade da transferência de dados, o que possibilita uma comunicação imediata; e por fim, os jogos multijogadores assíncronos tinham como principal aspecto a possibilidade da interação

não imediata entre os jogadores. (KASTENSMIDT, 2010). “O ambiente virtual (*on e offline*) potencializa as relações e interações existentes na realidade concreta e, além disso, possibilita, na versão online, a formação de novas redes de amizades e relacionamentos [...]” (RESENDE; DA SILVA, 2012, p. 6).

Kastenmidt (2010) aborda dois termos importantes em seu trabalho: jogabilidade e jogabilidade social. O primeiro diz das possibilidades de interação entre o jogador e o jogo. Já o segundo, diz das possibilidades de interação entre jogadores por meio dos jogos. Em ambas, há de se considerar que a tecnologia empregada ao jogo digital será um fator determinante da qualidade dessa interação. Assim, de acordo com Gammarano e Da Costa (2020), a interação social surge como um importante fator motivador para a persistência desses usuários neste universo.

A imersão do jogador pode estar relacionada ao seu engajamento com o jogo, isso diz respeito aos aspectos de jogabilidade, da mesma forma, uma maior possibilidade de interação também proporciona uma maior imersão aos jogadores e isso se refere à jogabilidade social. À medida que os jogos vão se tornando mais tecnológicos se ampliam as possibilidades de imersão. De acordo com Resende e Da Silva (2012), a forma de se relacionar com o mundo do jogador pode sofrer mudanças significativas considerando que ele esteja sob um alto grau de imersão, tendo em vista que esse elevado grau tende a fomentar implicações cognitivas, ou seja, conseqüentemente, a sua capacidade de aprender em si.

Gammarano e Da Costa (2020) já apontavam para o aumento da frequência da utilização da tecnologia para mediar a comunicação social em detrimento da comunicação no ambiente off-line. E, conseqüentemente, para aumento das reuniões em ambientes online para manutenção dos relacionamentos e/ou para diversão. É evidente que o contexto pandêmico atual propiciou, estimulou e tal comportamento. O uso de tecnologias se tornou ainda mais indispensável para vida das pessoas, e dentre essas tecnologias se pode incluir os jogos digitais. “[...] mais do que diversão, (os jogos digitais) podem contribuir para a formação, manutenção ou fragmentação de redes sociais presenciais e virtuais de grupos com identidades, linguagens e valores próprios.” (RESENDE; DA SILVA, 2012, p. 6).

Jogar não ocorre de maneira isolada, de acordo com Resende e Da Silva (2012), pois sempre há um diálogo entre os jogadores, entre o jogador e o jogo e entre os significados adquiridos e resinificados durante a prática. Cada jogador passa por uma experiência única ao jogar, mas quando se está em um contexto com outros jogadores, todos eles são afetados por essa mesma experiência, e cada sujeito irá vive-la de forma singular (KASTENSMIDT, 2010).

Em outra perspectiva, para além das possibilidades de aprendizagem, criação ou manutenção de relacionamentos e experiências diversas ao jogar de forma online com outros jogadores, Gammarano e Da Costa (2020) apontam para a influência dessa interação social no ato de consumir dos jogadores, em que jogos, consoles ou até mesmo marcas específicas podem ser selecionadas por esses jogadores, simplesmente por estarem interagindo em um mesmo grupo.

É notável que os jogos digitais podem e desempenham mais do que um papel meramente lúdico, apesar de nem sempre essas características estarem evidentes para todos. Jogar sozinho provoca experiências e mudanças no jogador, e jogar interagindo com outros jogadores torna essa experiência muita mais complexa e potencialmente mais relevante. Os avanços tecnológicos vêm suprindo as limitações antes existentes nos jogos digitais, tanto no que corresponde à jogabilidade, quanto com a jogabilidade social. Um exemplo disso é a utilização de aplicativos que potencializam a interação entre os jogadores concomitantemente aos jogos (*Discod, Team Speak, Skype*, entre outros).

4 METODOLOGIA

Gil (2008) define o delineamento de pesquisa como um planejamento da mesma, de forma ampla, e que envolve a diagramação, a antevisão de análises, e a interpretação dos dados obtidos, considerando a forma como os dados são coletados, bem como o controle de possíveis variáveis envolvidas.

A pesquisa bibliográfica foi orientada da seguinte forma, palavras chaves e termos como: “Jogos digitais”; “Games”; “Psicologia”; “Human-computer interaction”; “Pandemia e isolamento social”; “Saúde mental na pandemia”; “Interação social e desenvolvimento”; “Jogos e interação social”; “Jogos e identidade”; entre outras. Foram buscadas em base de dados tais como o Google acadêmico e o Portal de Periódicos CAPES. Não foi uma tarefa fácil encontrar trabalhos sobre “saúde mental e interação social” como tema principal. As palavras-chave “Jogos digitais” foi a que apresentou melhores resultados para o desenvolvimento do trabalho a partir dos objetivos propostos.

Além disso, um questionário foi aplicado por meio da ferramenta Google Forms. Este foi construído de forma a não se tornar muito cansativo para os participantes. O objetivo da pesquisa foi apresentado, bem como as condições de participação, como ser maior de 18 anos e utilizar jogos digitais, e a concordância com a utilização dos resultados na construção do

estudo. O questionário incluiu questões diferenciadas, visando obter informações sobre os tópicos, especialmente: Hábitos dos sujeitos relacionados aos jogos digitais (tempo de jogo, com quem jogam, influências na rotina) antes e durante a pandemia; percepção sobre as interações que ocorrem durante o jogo, bem como durante o período de isolamento social; função dos jogos durante a pandemia.

4.1 População e Amostra

Após a coleta de dados, estes foram analisados e atribuídos de forma adequada à pesquisa. O formulário ficou disponível para respostas durante um período de 5 dias. Foram obtidas 280 respostas, todos os participantes concordaram com o termo de participação. A idade predominante dos participantes foi de “21 – 25 anos”, o que corresponde a 51,8% (145). Logo após “18 – 20 anos”, correspondendo a 21,4% (60). A faixa etária com menor número de participantes foi “mais de 46 anos” com 2 respostas (0,7%). Ainda, tiveram 45 respostas de “26 – 30 anos”, 18 respostas de “31 – 35 anos”, 7 respostas de “36 – 40 anos” e 3 respostas de “41 – 45 anos”. Os achados da pesquisa são semelhantes aos dados encontrados pelo levantamento da plataforma PGB, na qual 22,5% dos *gamers* encontram-se na faixa de 20 à 24 anos, seguido pelo grupo de 25 à 29 anos (18,6%).

Dos participantes, 80% (224) se declararam do sexo masculino, 19,3% (54) do sexo feminino e 0,7% (2) optaram por não informar. A maior parte dos jogadores declarou ter ensino superior incompleto (55,7%).

Por fim, os dados obtidos e analisados serão discutidos e apresentados com o intuito de promover maiores informações e materiais para futuras pesquisas nesses campos e na interlocução entre eles.

4.2 A presença do jogo na vida dos participantes

Grande parte dos participantes 69,6% (195) declarou ter começado a jogar os jogos digitais antes dos 10 anos e 25% (70) declararam ter começado a jogar entre 11 – 15 anos. Em relação ao estilo do jogar dos jogadores participantes, a maior parte (42,5%) afirmou jogar todos os dias, dado correspondente ao encontrado pela pesquisa PGB, na qual 45,6% dos participantes relataram jogar todos os dias. Entre 2-3 dias na semana correspondeu à 25,7% das respostas, entre 4-6 dias na semana correspondeu à 21,8%, e somente 1 dia na semana correspondeu à

10%. 138 participantes (49,3%) afirmam jogar em média de 1-3 horas por dia, seguidos por 88 jogadores (31,4%) que afirmam jogar em média 4-6 horas no dia, 30 (10,7%) afirmaram jogar menos de 1 hora por dia, já 14 (5,0%) afirmaram jogar de 7 – 8 horas por dia, e 10 (3,6%) afirmaram jogar mais de 8 horas por dia. Considerando as horas relatadas jogadas diariamente e a quantidade de dias semanais, pode-se obter uma média de 10,5 horas jogadas semanalmente, o que corresponde aos dados encontrados pela pesquisa da PGB, na qual a maior parte dos entrevistados (19,2%) dos *gamers* jogam entre 8-20 horas semanais.

Dos jogadores que participaram da pesquisa, 152 (54,3%) afirmaram jogarem mais em grupo do que individualmente, enquanto 99,3% dos participantes afirmam também conhecerem pessoas próximas que jogam jogos digitais. Com relação a interação, 47,9% (134) dos jogadores, ao jogarem, interagem tanto com pessoas conhecidas quanto com desconhecidas, 37,5% (105) afirmaram interagirem somente com amigos, 2,9% (8) dos jogadores afirmaram interagirem somente com desconhecidos, e apenas 11,8% (33) disseram que não interagem ao jogar. Gammarano e Da Costa (2020) abordam que a distância física não se configura como um impeditivo para a vontade de se estabelecer relações que transmitam uma sensação de pertencimento, o que pode ser percebido ao se analisar a quantidade de jogadores que conhecem pessoas próximas que jogam. Assim, apesar de existir um distanciamento, esses sujeitos se sentem pertencentes ao grupo “jogadores”, tendo a opção de se aproximar dele ou não.

A maior parte dos participantes respondeu afirmativamente à questão sobre interagir com outros jogadores enquanto jogam. Assim, 100 participantes (40,3%) avaliaram a qualidade da interação ocorrida com a nota 4, em uma escala em que 1 significa “muito ruins” e 5 “muito boas”, e apenas um jogador avaliou com a nota 1. As respostas nas notas 4 e 5 concentraram 76,6%, indicando uma percepção bem positiva desses jogadores em relação às interações mediadas pelos jogos vivenciadas por eles. Assim como pontua Resende e Da Silva (2012), para além de servir como uma forma de potencializar as relações preexistentes, o ambiente virtual tende a propiciar novas relações e formas de interação. Ao serem questionados sobre o método pelo qual as essas interações ocorrem, a maior parte das respostas foram “chat e voz/ligações”, sendo que o aplicativo *Discord* foi enormemente citado. Isso denota que os “aplicativos de voz” utilizados são aliados para o aprimoramento da jogabilidade social.

Dos jogadores que responderam à pesquisa, 180 (64,3%) afirmaram que os jogos digitais facilitam suas interações com outras pessoas, 94 (33,6%) informaram que os jogos digitais não facilitam e não prejudicam suas interações com outras pessoas, e somente 6 (2,1%) pessoas consideraram que os jogos digitais dificultam estas interações. Os jogos digitais

proporcionam, para além do divertimento, o desenvolvimento de interações, presenciais ou virtuais, de grupos que possuem características em comum (RESENDE; DA SILVA, 2012). Como afirma Nicolaci-da-Costa (2005), as interações que ocorrem nos ambientes virtuais propiciam a formação de vínculos que, apesar de se constituírem de forma online, apresentam características semelhantes às relações do mundo externo, podendo se instalar também aí. Essa função social dos jogos pode, portanto, ser percebida como um fator importante para que as relações se instalem com maior facilidade entre os jogadores.

5 A PANDEMIA E OS JOGOS ONLINE

Em relação às experiências com jogos digitais dos jogadores participantes durante a pandemia da Covid-19, 49,3% (138) deles afirmaram estar jogando com uma frequência maior do que antes do isolamento social. Somente 15,7% (44) afirmaram jogarem com uma frequência menor, e o restante, 35% (98), afirmou que a frequência se manteve igual. O aumento da frequência do jogar durante o período de isolamento social também foi encontrado pela pesquisa realizada pela PGB (2021), na qual 46% dos participantes concordaram que passaram a jogar mais neste período. Além disso, somente 49 (17,5%) os participantes afirmaram ter interações sociais presenciais durante o isolamento social. A grande maioria afirmou utilizar aplicativos de comunicação, como Whatsapp, instagram e facebook, e 50% afirmou utilizar videoconferências. Vários participantes citaram outros aplicativos, principalmente, o *Discord*.

Ao serem questionados sobre se de alguma forma jogar digitalmente durante a pandemia do Covid-19 tem afetado a sua saúde mental, 63,2% (177) dos participantes responderam que sentem que jogar digitalmente afeta de forma positiva a saúde mental, enquanto que apenas 7,9% (22) dos participantes responderam que percebem o jogar afetando negativamente a saúde mental. O restante, 28,9% (81), afirma não perceber os jogos digitais afetando de alguma forma a saúde mental durante a pandemia. Ademais, quanto ao papel dos jogos digitais na vida destes jogadores durante a pandemia, obtém-se: “Divertir-se” (87,9%); “Aliviar o estresse” (72,5%); “Manter contato com outras pessoas” (50%); e “Evitar questões desagradáveis da realidade atual” (42,1%). Outras respostas além das mencionadas também apareceram sendo que “passar o tempo” / “matar o tédio” também foram frequentes.

Além dos sentimentos causados pelo distanciamento social, Ramírez-Ortiz *et al.* (2020, tradução nossa) também apontam para o aumento do medo, do estresse e da ansiedade, além de poder piorar o quadro de pessoas que já apresentam alguma doença mental. Assim, os jogos

digitais podem ser uma ferramenta para que esses sujeitos amenizem os efeitos negativos à sua saúde mental, causados pela pandemia. De acordo com Bianco (2012), os jogadores experienciam sensações de tranquilidade, de forma que o jogo pode ser um ambiente para que suas emoções negativas possam ser manifestadas.

Um jogador participante afirmou que jogar os jogos digitais tem o papel de “Aprimorar habilidades: sociais, afetivas e cognitivas”, o que denota que este jogador é capaz de perceber as possibilidades dos jogos para além de seu fator lúdico. Resende e Da Silva (2012) dizem que a forma o jogo pode modificar a forma como o jogador se relaciona com o mundo quando se está em um alto grau de imersão, tendo em vista que a alta imersão pode gerar mudanças cognitivas e de aprendizagem e adaptação.

5.1 Jogos digitais e vida

Dos jogadores participantes, 190 (67,9%), afirmaram acreditar que os jogos digitais tiveram alguma influência para que elas se tornassem quem são atualmente. Somente 33 (11,8%) jogadores responderam que não acreditam que os jogos digitais tiveram influência. O restante, 57 (20,4%) jogadores, assinalaram “Talvez/Não sei”. Para, além disso, a maior parte dos participantes afirmou acreditar que os jogos digitais e as relações sociais que ocorrem por meio dos jogos influenciam suas rotinas diárias.

Por se tratar de uma questão aberta, houveram diversas respostas: “Os jogos melhoram minha interação com amigos, me fazem conhecer pessoas novas, me deixam mais bem humorada e menos ansiosa (principalmente devido à situação atual)”; “Meu estado emocional sofre interferências dependendo do que aconteceu no jogo e isso pode vir a afetar minhas ações.”; “Por meio dos jogos é possível aprender novas dinâmicas e novas formas de interação social.” “Apesar de ser introvertido, sempre que jogo com o pessoal no jogo me sinto melhor pois sinto que sou parte de algo.”; “Geralmente situações vistas em jogos ajudam a resolver situações na vida real.” Alguns participantes também relataram efeitos negativos dos jogos em suas rotinas, como “Os jogos digitais acabam se tornando hábito e tirando o espaço de outras atividades e afazeres.”; “Me ocupa o tempo e se estressante a experiência com o jogo, eu me torno irritado por algumas horas.”; e “Às vezes acabo ficando tempo demais jogando e esqueço de fazer coisas importantes.” Uma minoria dos participantes respondeu que os jogos não influenciam sua rotina.

Zacchi (2018) cita Gee (2007) para pontuar que os jogadores de jogos digitais estão

reconstruindo suas formas de ser recorrentemente, levando em conta suas vivências, presentes e futuras, dentro do jogo, podendo aumentar, os repertórios experienciais do sujeito, auxiliando na construção dessa identidade e possibilitando sua expansão para a vida do jogador como um todo. Ao analisar as respostas dos jogadores, percebeu-se que as principais influências dos jogos em suas vidas dizem respeito ao aumento das interações sociais e dos efeitos emocionais, positivos e negativos, que ocorrem durante o jogo, demonstrando que os jogos digitais exercem grande influência no dia a dia desses sujeitos, de forma direta ou indireta.

Foi pedido para que os participantes completassem a frase: “Os jogos digitais na minha vida são...”. Das diversas respostas obtidas é possível notar uma alta frequência de respostas que enaltecem a importância dos jogos, tais como, “Essências”, “Importantes”, “Necessários”, “Indispensáveis” e até mesmo “Minha história”, são algumas dentre outras com mesmo sentido. Além do mais, também surgiram muitas respostas que evidenciam a utilização dos jogos digitais como uma ferramenta para amenizar os pesares da vida. Destas, “Uma forma de sair do mundo real e me divertir”, “Uma válvula de escape”, “Uma fuga”, “Um escape da realidade”, “Meu alívio”, dentre outras respostas semelhantes. Além das citadas, muitos jogadores consideraram que os jogos digitais cumpriam um papel propriamente mais lúdico em suas vidas, “Uma maneira de me distrair e me divertir”, “Diversão e lazer”, “Hobby” e “Um passatempo” são alguns dos exemplos de respostas. De acordo com o que foi encontrado pelo levantamento da PGB, 78,9% dos entrevistados concordam que os jogos digitais estão entre as suas principais formas de se divertir durante o período de pandemia, sendo considerada uma forma de lazer mais relevante quando comparado às pesquisas realizadas pela plataforma anteriores à COVID-19.

Além dessas respostas supracitadas, algumas respostas mais específicas trazem importantes percepções dos jogadores e serão destacadas. Como observado anteriormente, a maior parte dos participantes começou a jogar na infância, fato que pode ser representado por meio do relato de um deles sobre o que os jogos representam em sua vida:

Algo no qual conheço e faço uso desde criança e pude crescer com isso, atualmente é o meio em que tenho o maior contato de diversão e interação com meus amigos e através do qual conheci pessoas importantes e tive diversos momentos marcantes em minha vida (Entrevistado 2)

Ainda, preservando o mesmo sentido, outro jogador afirma: “Um dos fatores importantíssimos que constroem meu caráter e personalidade”. Outras respostas exploram aspectos mais lúdicos dos jogos digitais, por exemplo: “Uma oportunidade de viver

experiências "impossíveis" na vida real (participar de uma guerra em grande escala, viajar para mundos mágicos...)” e “Uma boa parcela da parte boa. Ser um amante de jogos quer dizer que você escolheu ter várias vidas ao invés de uma só, lá eu sou só mais um, sem diferenças ou preconceitos!”, mas para além dos aspectos lúdicos e criativos, a resposta de outro participante denota sua percepção acerca de outras possibilidades:

Muito importantes por serem o meu hobby favorito e disponibilizarem uma maneira de estar com amigos mesmo não sendo presencialmente, além de possibilitar uma "fuga" do nosso mundo e nossos problemas reais para me levar para um mundo de magias, heróis e aventuras. (Entrevistado 1)

Evidenciando as diversas possibilidades e efeitos dos jogos digitais, outra resposta traz: “Úteis ferramentas para desenvolvimento humano, em competências de reflexo, atenção, concentração, imaginação e diversão”.

Ainda, foi verificada a percepção desses jogadores quanto à influência dos jogos digitais na nossa sociedade atualmente. Para essa pergunta foi utilizada uma escala que ia de 0 (nada) até 5 (muito) e os jogadores deveriam responder o quanto acreditam que os jogos digitais influenciam nossa sociedade. Do total de participantes, 79 (28,2%) classificaram como “3” esta influência, logo em seguida 78 (27,9%) classificaram como “5” e 77 (27,5%) classificaram como “4”. Somente 6 (2,1%) participantes consideraram não haver tal influência dos jogos e marcaram “0”. Percebe-se uma concentração nas notas maiores da escala, 234 (83,6%) das respostas, o que indica que os jogadores são capazes de perceber um nível de influência médio, até alto, dos jogos na sociedade atual.

Seguindo uma metodologia semelhante, foi proposto que os jogadores participantes classifiquem, na mesma escala de “0” (nada) – “5” (muito), o quanto acreditam que os jogos digitais influenciarão a nossa sociedade no futuro. A maior parte das respostas, 148 (52,9%), se concentrou em “5” (muito), seguido por 73 (26,1%) como “4” e somente 38 (13,6%) classificaram como “3”. A soma das respostas das classificações mais baixas (“0”, “1” e “2”) representam 21 (7,5%) dos participantes. Isso indica que eles possuem grandes expectativas quanto às próximas gerações de jogos digitais e suas consequências.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Levando em conta os objetivos propostos para o presente trabalho, foi possível constatar, por meio da revisão bibliográfica, que a situação atípica de pandemia, junto aos

diversos fatores estressantes envolvidos, em especial o isolamento e distanciamento social, levou a impactos negativos na saúde mental dos indivíduos. A interação social é compreendida na psicologia como um fator de extrema importância para que os sujeitos possam se desenvolver de forma adequada, para se adaptar ao meio, além de contribuir para a saúde mental dos indivíduos. Assim, em um momento em que o distanciamento social tem sido recomendado, sendo essencial para evitar maior disseminação do vírus, é importante que sejam encontradas alternativas para que uma interação de qualidade possa ocorrer, minimizando os impactos negativos.

Em tal contexto, os jogos digitais podem servir como ferramentas de interações, nas quais os jogadores se sentem pertencentes a um grupo com características e objetivos semelhantes. A partir dos dados obtidos por meio do questionário realizado para a presente pesquisa, percebe-se que a maior parte dos participantes conhece pessoas próximas que também jogam, demonstrando o quanto esse instrumento está presente em nossa cultura atual. Além disso, a grande maioria dos participantes começou a fazer uso dos jogos digitais ainda na infância ou adolescência, e apresentam o hábito de jogar todos os dias, evidenciando a importância dos jogos para a vida desses sujeitos.

Um fator que se mostrou presente no padrão de jogo da maior parte dos participantes foi o fato de, mesmo jogando individualmente, eles interagirem de alguma forma durante o jogo, pois apesar de não estar inserido diretamente em um grupo, o jogador, individualmente, pode estar interagindo com outros dentro do jogo. Dados encontrados pelo levantamento realizado pela RGB (2021) demonstram que, durante o período de isolamento social, a maior parte dos jogadores (26,3% dos entrevistados) relataram ter marcado mais jogatinas com os amigos, quando comparado ao período pré-pandemia. Essa forma de interação pode ser considerada importante, em especial no atual contexto de distanciamento social, permitindo que os sujeitos continuem se comunicando com seus pares.

Por fim, pode-se perceber o impacto positivo dos jogos na saúde mental dos participantes também é percebida por eles. A maior parte dos sujeitos que responderam a pesquisa acredita que os jogos auxiliam nesse sentido, e atribuem aos jogos, no atual contexto, as funções de diversão, alívio de tensões, manutenção do contato com os amigos, “fugir” da realidade, além de matar o tédio.

Diante do que foi apresentado, e considerando-se a expectativa que os próprios jogadores apresentam de que os jogos digitais irão influenciar fortemente nossa sociedade no futuro, espera-se que o trabalho possa contribuir para o desenvolvimento de mais estudos na

área, além de incitar uma desconstrução da noção do senso comum de que os jogos digitais são inteiramente prejudiciais para o desenvolvimento de crianças e adolescentes, e como preditores de um desempenho negativo na idade adulta. Contudo, o estudo apresenta algumas limitações devido ao uso de questionário on-line, como a impossibilidade de aprofundar nas respostas dos participantes, de garantir que o indivíduo compreendeu de fato a questão, de conhecer as circunstâncias sobre as quais o questionário foi respondido, bem como a seriedade do participante no momento de contribuir com suas respostas, além de existir também a limitação referente ao público alvo, tendo em vista que somente foram aceitas respostas de pessoas a partir de 18 anos, de forma que crianças e adolescentes não puderam ser contemplados na pesquisa.

Portanto, sugere-se para próximos trabalhos uma maior amostra, e que seja mais representativa dos jogadores brasileiros, considerando também as diferenças dos fatores regionais e etários, tendo em vista que o Brasil é permeado por forte desigualdade social e territorial, o que pode impactar no padrão de acesso e consumo aos jogos digitais. Além disso, considera-se que estudos que contemplem a realização de entrevistas, que possam fornecer mais dados qualitativos, permitindo explorar mais profundamente a percepção subjetiva dos jogadores sobre a temática, sejam fundamentais.

REFERÊNCIAS

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo *et al.* Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 29, p. e2020427, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/ress/2020.v29n4/e2020427/pt/>.

BIANCO, Rafael Dotto. **A subjetividade e o significado dos jogos em gamers**. 2012. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/123456789/2613>

BROOKS, Samantha K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The lancet**, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020. Disponível em: [The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence – ScienceDirect](https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0140673620302434).

CAPOBIANCO, Ligia. **A revolução em curso: Internet, Sociedade da Informação e Cibercultura**. Universidade de São Paulo. São Paulo, 2010. Disponível em: <http://ec.ubi.pt/ec/07/vol2/capobianco.pdf> .

CRUZ JUNIOR, Gilson. Vivendo o jogo ou jogando a vida? Notas sobre jogos (digitais) e educação em meio à cultura ludificada. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, Porto Alegre , v. 39, n. 3, p. 226-232, Set. 2017 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-32892017000300226&lng=en&nrm=iso>.

DO PRADO FERREIRA-LEMONS, Patrícia. Navegar é fantasiar: relações virtuais e psicanálise. **Psico**, v. 42, n. 1, 2011. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/6454/6299>

DURAN, Álvaro Pacheco. Interação social: o social, o cultural e o psicológico. **Temas em Psicologia**, v. 1, n. 3, p. 1-8, 1993. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X1993000300002.

FERREIRA, Débora et al. Isolamento social e sentimento de solidão em jovens adolescentes. **Análise Psicológica**, v. 31, n. 2, p. 117-127, 2013. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/ee70/7377e2791faeb0dd71012e64d6a927eed1e4.pdf>.

FRANÇA, Jordão; MARTINS, Veramar Gomes. **CONSTRUÇÃO VISUAL DOS AVATARES E A RELAÇÃO SOCIAL NA CULTURA DOS JOGOS DIGITAIS**. Disponível em: https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/778/o/2014-eixo1_11_construcao_visual_dos_avatares.pdf.

GAMMARANO, Igor de Jesus Lobato Pompeu; DA COSTA, Everaldo Marcelo Souza. INTERAÇÃO E PREFERÊNCIA DOS USUÁRIOS DE JOGOS ON-LINE. **Revista Pretexto**, v. 21, n. 3, 2020. Disponível em: <http://www.fumec.br/revistas/pretexto/article/download/6098/pdf>.

GARRIDO, Rodrigo Grazinoli; RODRIGUES, Rafael Coelho. Restrição de contato social e saúde mental na pandemia: possíveis impactos das condicionantes sociais. **Journal of Health & Biological Sciences**, v. 8, n. 1, p. 1-9, 2020. Disponível em: <https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/3325>.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 2008. Cap. 12, pág. 121-165.

GÓMEZ, Rocío; GONZÁLEZ, Julián. Tecnología y malestar urbano entre jóvenes: la celebración de lo inútil y la emergencia del trabajo liberado. *Nómadas*, n. 28, p. 82-92, 2008. Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75502008000100008

HUIZINGA, Johan. **Homo Ludens**. São Paulo: ed. 2000. Disponível em: http://jnsilva.ludicum.org/Huizinga_HomoLudens.pdf.

IMRAN, Nazish; ZESHAN, Muhammad; PERVAIZ, Zainab. Mental health considerations for children & adolescents in COVID-19 Pandemic. **Pakistan journal of medical sciences**, v. 36, n. COVID19-S4, p. S67, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7306970/>.

JORNAL ESTADO DE MINAS. **Mercado de games no Brasil cresce, apesar da crise**. Disponível em: https://www.em.com.br/app/noticia/economia/2018/07/24/internas_economia,975277/mercado-de-games-no-brasil-cresce-apesar-da-crise.shtml.

KASTENSMIDT, Christopher. Os impactos das tecnologias dos jogos digitais multijogadores na jogabilidade social. **Sessões do Imaginário**, v. 15, n. 23, 2010. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/famecos/article/view/7789>.

KIRRIEMUIR, John; MCFARLANE, Angela. **Literature review in games and learning**. 2004. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/32231341_Literature_Review_in_Games_and_Learning

NEWZOO. **The Global Games Market Will Generate \$152.1 Billion in 2019 as the U.S. Overtakes China as the Biggest Market**. Disponível em: <https://newzoo.com/insights/articles/the-global-games-market-will-generate-152-1-billion-in->

[2019-as-the-u-s-overtakes-china-as-the-biggest-market/](#).

NICOLACI-DA-COSTA, Ana Maria. Sociabilidade virtual: separando o joio do trigo. **Psicologia & Sociedade**, v. 17, n. 2, p. 50-57, 2005. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-71822005000200008&script=sci_arttext.

OLIVEIRA, Wanderlei Abadio de *et al.* A saúde do adolescente em tempos da COVID-19: scoping review. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, p. e00150020, 2020. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csp/2020.v36n8/e00150020/pt/>.

PEREIRA, Mara Dantas *et al.* A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. e652974548-e652974548, 2020. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/download/493/960/998>.

PGB – PESQUISA GAME BRASIL. **8ª edição da Pesquisa Game Brasil**. São Paulo: RGB, 2021.

PIZZINATO, Adolfo *et al.* Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na COVID-19. 2020. Disponível em: https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/44264/2/livro_saude_mental_covid19_Fiocruz.pdf

RAMÍREZ-ORTIZ, Jairo *et al.* **Consecuencias de la pandemia Covid 19 en la salud mental asociadas al aislamiento social**. 2020. Disponível em: <https://www.revcolanest.com.co/index.php/rca/article/view/930/1423>.

RAMOS, Daniela Karine; FRONZA, Fernanda Cerveira Abuana Osório; CARDOSO, Fernando Luiz. Jogos eletrônicos e funções executivas de universitários. **Estud. psicol. (Campinas)**, Campinas, v. 35, n. 2, p. 217-228, Jun. 2018. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2018000200217&lng=en&nrm=iso.

RAMOS, Daniela Karine; GARCIA, Fernanda Albertina. Jogos Digitais e Aprimoramento do Controle Inibitório: um Estudo com Crianças do Atendimento Educacional Especializado. **Rev. bras. educ. espec.**, Bauru, v. 25, n. 1, p. 37-54, Mar. 2019.

RESENDE, Moisés Sipriano; DA SILVA, Ana Paula Salles. Jogar off e jogar online: Compreensões acerca da interação nos jogos eletrônicos. **Contemporânea (Título não-corrente)**, v. 10, n. 1, 2012. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/contemporanea/article/view/3019>.

ROSA, Gabriel Artur Marra e; SANTOS, Benedito Rodrigues dos. Repercussões das redes

sociais na subjetividade de usuários: uma revisão crítica da literatura. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto , v. 23, n. 4, p. 913-927, dez. 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2015000400010&lng=pt&nrm=iso.

SAURABH, Kumar; RANJAN, Shilpi. Compliance and psychological impact of quarantine in children and adolescents due to Covid-19 pandemic. **The Indian Journal of Pediatrics**, v. 87, p. 532-536, 2020. Disponível em: <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s12098-020-03347-3.pdf>.

SAVI, Rafael; ULBRICHT, Vania Ribas: **Jogos Digitais Educacionais: Benefícios e Desafios**. Novas Tecnologias na Educação, V. 6 Nº 2. 2008. Disponível em: <https://www.seer.ufrgs.br/renote/article/viewFile/14405/8310>.

SCHIAVI, Aline; LORENTZ, Marta. Sites de Redes Sociais na Contemporaneidade: Percepções dos Usuários Sobre Emoções, Vivências e Relações. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 8, n. 2, p. 133-141, 2016. Disponível em: <https://seer.imed.edu.br/index.php/revistapsico/article/view/1207>.

WAGGONER, Zach. My avatar, my self. Jefferson: McFarland, 2009.

WHO, World Health Organization. (2018). **Mental health: strengthening our response**. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-healthstrengthening-our-response>

WOODCOCK, J.; JOHNSON, M. R. **Gamification: What it is, and how to fight it**. **Sociological Review**, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/0038026117728620>.

ZACCHI, Vanderlei J. Identidade em Jogos Digitais: Entre a Identificação e a Mecânica do Jogo. **Línguas & Letras**, v. 19, n. 44, p. 10-5935/1981-4755.20180028, 2018. Disponível em: <http://e-revista.unioeste.br/index.php/linguaseletras/article/view/20411>.