

# Revista Científica

FACULDADE ATENAS- PARACATU-MG

Ano 2024, V.17, N.1



FACULDADE  
ATENAS

[www.atenas.edu.br](http://www.atenas.edu.br)  
38 3672-3737

## IMERSÃO EM JOGOS DIGITAIS: a interação sensível do indivíduo

Heberty Alves Da Silva Santos  
Romério Ribeiro da Silva  
Anelise Avelar de Araújo  
Douglas Pereira  
Cristiano André Peixoto

### RESUMO

Esse trabalho traz um estudo na área dos jogos digitais, que atualmente é muito popular na vida das pessoas, independente da sua classe social e idade. Com o crescimento dessa modalidade de entretenimento esse trabalho aborda a experiência dos jogadores nos jogos digitais, demonstrando como é a interação entre jogador e a máquina que proporciona um ambiente virtual que traz uma experiência imersiva no ambiente criado pelo jogo. O trabalho mostra como a imersão nos jogos digitais pode trazer benefícios a saúde do jogador, como também malefícios, se o indivíduo tiver um mal comportamento. Assim o objetivo desse estudo é informar aos leitores os riscos que eles serão expostos ao passar muito tempo jogando, quanto aos benefícios de jogar jogos digitais quando se tem consciência do tanto de tempo que o jogador destina a essa pratica para não desenvolver agravos. Nesse estudo foi utilizado o método de pesquisa descritivo com o intuito de reunir os principais fatos e descrever eles aos leitores.

**Palavra Chave:** Imersão, Jogos Digitais, interação, saúde.

### ABSTRACT

*This work brings a study in the area of digital games, which is currently very popular in people's lives, regardless of their social class and age. With the growth of this type of entertainment, this work addresses the experience of players in digital games, demonstrating how the interaction between player and machine is, which provides a virtual environment that brings an immersive experience in the environment created by the game. The work shows how immersion in digital games can bring benefits to the player's health, as well as harm, if the individual has a bad behavior. Thus, the objective of this study is to inform readers about the risks that will be exposed to spending a lot of time playing, about the benefits of playing digital games when you are aware of the amount of time that the player dedicates to this practice in order not to develop injuries. The descriptive research method was used in order to gather the main facts and describe them to the readers.*

**Keywords:** Immersion, Digital Games, interaction, health.

# 1 INTRODUÇÃO

Esse projeto é um estudo sobre a imersão sensível nos jogos digitais. No projeto é destacado características dos jogos digitais, e como isso leva o indivíduo a consumir esse tipo mídia.

O número de consumidores aumenta a cada ano, e a quantidade de horas que os indivíduos destinam a esta atividade cresce constantemente. Algumas pessoas transformaram o ato de jogar games digitais (que popularmente servem para diversão) em uma atividade para adquirem renda. Os jogos digitais também são destinados para o ensino, já que existem diversas plataformas que contam com ferramentas para auxiliarem no foco dos indivíduos nos temas trabalhados, neste caso os jogos sérios, aqueles que de forma lúdica, abordam temas sérios e que impactam a vida dos indivíduos, com conhecimentos e um raciocínio lógico mais rápido (AUDI; RÉGIS, 2014).

Esse novo mundo dos jogos digitais que está presente na palma da mão das pessoas, pode desenvolver vários problemas, mesmo com os ganhos que o ato de jogar proporciona. Algumas pessoas que possuem tendências a se isolar e fugir de suas responsabilidades acabam sendo atraídas com mais facilidade para os games, e passando horas jogando e negligenciando tempo para cuida do seu corpo e mente, tendo hábitos negativos que pode desenvolver doenças física e mental (ZILON, 2015).

A imersão sensível tem capacidade de fixar a atenção do jogador à um ambiente fictício, desenvolvendo em alguns, hábitos que podem ser maléficos em sua vida. Esses podem ter problemas sociais como depressão, ansiedade e isolamento.

Os jogos digitais tem alta capacidade de imersão, na nossa era com tecnologias mais avançadas que proporciona uma experiência muito maior de imersão, essas tecnologias estão presente no desenvolvimento dos gamers, produzindo assim gráficos cada vez mais realistas capaz de chamar mais atenção dos jogadores.

Computadores cada vez mais rápidos também contribuir para a imersão, quanto melhor a qualidade dos jogos mais processamento eles requerem, assim os computadores necessitam de um poder maior de processamento para dar uma experiência com maior fluidez nos *games*.

Nessa monografia é apresentado a dimensão da imersão nos jogos digitais e como isso implica na vida das pessoas, mostrando as características da imersão e

como está presente nos jogos, podendo influenciar as pessoas de forma saldável ou não saldável.

Esse aumento do consumo dos jogos eletrônico chama atenção de especialistas, psicólogos e cientistas que querem compreender o quanto a influência desse aumento no consumo desse meio de entretenimento pode ser positiva e negativa.

## **2 JOGOS DIGITAIS E A SUA INFLUÊNCIA**

O jogo é muito antigo; é uma cultura praticada a muito tempo, e que pode envolver várias pessoas interagindo *in loco*, como no xadrez, por exemplo. Ou ainda, ter somente uma interagindo com a máquina. E na máquina ter contato com outros jogadores conectados em uma rede, podendo desenvolver tarefas conjuntas, tendo desafios entre eles através de competições.

Os jogos digitais, tem como objetivos permitir aos indivíduos a realização de atividades de interação com uma realidade fictícia que proporciona ao indivíduo muitos sentidos, como ação, divertimento e etc. Com isso o jogador tem uma imersão sensível criado nesse ambiente fictício.

As atividades dentro dos jogos digitais podem fugir do habitual do indivíduo, trabalhando com ferramentas que lembram a realidade, mas de uma forma lúdica, e que chama a atenção do público para algo que traz divertimento, satisfação e aprendizado -, criando novos laços de interação entre as pessoas que compartilham dos mesmos interesses (HIUNZINGA, 2001).

No contexto desse trabalho, vê-se que os jogos digitais se estabeleceram através dos consoles, pela popularização dos mesmos nos lares e nas famílias (COSTA, 2022).

Em um levantamento realizado pela *Games Brasil* o número de jogadores no Brasil em 2022, corresponde a cerca de 74,5% da população que tem algum tipo de contato com jogos digitais.

Nesse mesmo levantamento verificou-se um aumento de 2,5% no número de jogadores digitais, em relação ao ano anterior (PESQUISA GAMES BRASIL, 2022).

Os jogos digitais possuem objetivos e recompensas, em um jogo digital isso é explorado, cenários contribuem com o objetivo do jogo, a história envolve o jogador para que ele desenvolva habilidades para cumprir os seus objetivos dentro do jogo,

isso contribui para a interação dos jogadores com os jogos eletrônicos. Assim cria-se um vínculo de aprendizagem dentro desse cenário aonde o jogador aprende a criar estratégias, desenvolve habilidades de observação e de localização pois ele precisa em muitos jogos guiar um personagem por um mapa.

Os sistemas de recompensa e objetivos citados varia de jogos, cada jogo digital tem as suas características que os diferencia, assim cada um introduz os conceitos de jogo com um sistema formal constituído por estratégias, recompensas, jogadores e estado. Assim os jogos digitais possuem regras específicas e que o jogador se familiariza para conseguir recursos e crescer naquele ambiente.

Os jogos digitais constituído da relação das regras, mecânica e a ficção do jogo, cria se um ambiente dinâmico que interage com o jogador.

## **2.1 IMERSÃO SENSÍVEL NOS JOGOS DIGITAIS**

A interação do jogador com o game acontece por intermédio de estímulos tais como trilha sonora, cenários e mecânica de controle, etc. (COSTA, 2022); e a imersão criada nesse âmbito se consagra pela atenção exigida do participante.

Quando algo dentro desse ambiente virtual realmente cativa o indivíduo para esse mundo fictício, quando ele interage, com o cenário, personagem, música, história e objetivos. Todas essas características somadas levam o jogador a o estado de imersão (AUDI; RÉGIS, 2014).

Para conseguir prender a atenção do jogador deve se criar um ambiente aonde o jogador acredite naquele cenário a que está sendo exposto, para que ele não perca sua atenção nem o foco na atividade dentro do jogo. Criando no jogador uma sensação de pertencimento ao ambiente (AUDI; RÉGIS, 2014).

Servindo como um canalizador a imersão nos jogos, tem se o objetivo de leva os participantes a experiência de outra realidade aonde possam esquecer os problemas das suas vidas focando em uma atividade que ocupa suas mentes de uma forma altamente prazerosa. Isso exige muita atenção do indivíduo, e o objetivo passa a ser mais do que ter uma recompensa dentro do jogo.

Pode se torna uma troca de ação mental para uma mais objetiva e centrada. Que tenha objetivos e regras formando um novo mundo, com novos objetivos e regras dinâmicas. Dando vida ao ilusório e lúdico, trazendo regras que faz com que aquela atividade pareça séria e muito chamativa (AUDI; RÉGIS, 2014).

O jogo digital, conseguem através dos computadores e da alta capacidade de processamento, criar cenários e histórias imersivas, que aproxima da realidade

com interação de alta qualidade, com respostas rápidas (COSTA,2022).

Os jogos digitais para conseguir ter um ambiente imersivo precisa ter 4 características:

- 1) Criar um mundo que esteja firmado em tempo e espaço;
- 2) Ter um local habitado por personagens;
- 3) Os personagens devem interagir com ambiente

fazendo alterações;

4) E todo o ambiente deve estar consolidado para que faça sentido logicamente.

O jogador precisa ter uma experiência íntegra com ambiente apresentado independente de qual seja (COSTA, 2020). Então para se ter uma imersão em jogos é necessário primeiro estar envolvido na história que o ambiente fictício traz. Mas só de estar em ambiente de *interator* (que significa a interação provida do jogador e máquina, aonde o mesmo tem a possibilidade de controle e exploração por um mundo diferente que foge da realidade). Então a autonomia presente nos jogos o diferencia dos outros meios de imersão, como o cinema e a música por exemplo, que até mostra a possibilidade de imersão em mundo diferente, mas os jogos digitais permitem essa liberdade de navegação pelo ambiente, proporcionando maior interação. Assim o jogador tem níveis maior de imersão, e sensação de estar no controle, ele sente livre para realizar o que é proposto pelo jogo, o que aproxima muito da realidade, proporcionando maior interação do jogador e o jogo (COSTA, 2020).

A imersão não serve somente para que o indivíduo viva uma narrativa em um ambiente fictício. A experiência vai além e consegue dar ao jogador gatilhos imersivos, chamando-o a abstrair o cenário a sua volta, possibilitando inúmeros tipos de experiências, pois cada jogador vai reagir diferente aos estímulos. A ideia é que a imersão possibilite a noção de possibilidade infinitas de imersão.

Para que haja imersão é necessário que o jogador aceite o convite do jogo, sem isso não se pode ter o processo imersivo. Quando o convite do jogo é aceito, o jogador estar concordando com as regras presente no jogo, os limites e as condições necessárias para que a experiência dentro do jogo seja alcançada. As regras são importantes pois são elas que dizem ao jogador o que ele podem e não podem fazer dentro do jogo, criando assim um ambiente harmonioso, e que dependendo das escolhas do jogador ele alcançará os resultados ou não. Assim os jogos através das regras fazem um afastamento entre a experiência dentro e fora dos jogos digitais. Aumentando o poder dos jogos eletrônicos de dá uma experiência que ultrapassa a

### 3 OS ESTADOS DA IMERSÃO

A imersão é compreendida por três fatores, a sensorial, sistêmica e a ficcional.

Sensorial aquela que é sentida pelos cinco sentidos do corpo, pelo tato o sentido que vem da mecânica estabelecida pelo jogo e o jogador quando ele está disposto de um controle, trazendo pelo toque no controle programado com a mecânica dentro do jogo tendo uma resposta imersiva já programada para diferentes comandos, isso e passado para dentro do jogo que transforma em movimentos e interações dentro do jogo.

A visão também faz parte da imersão sensorial e é sentida pelo o que os olhos veem da tela, as imagens estabelecidas trazem um cenário capaz de prender atenção do jogado, dando ao indivíduo sentidos dentro do jogo, para que o mesmo possa tomar decisões dentro daquele cenário, baseando no cenário criado pela máquina. O sentido auditivo também entra nessa categoria, capaz de estimular o indivíduo com efeitos sonoros, dando ao jogador um sentido de profundidade.

Figura 1 – Imagem de uma criança interagindo com um jogo no seu tablet.



A (figura 1) demonstra a imersão sensorial sentida por uma criança enquanto ela está jogando em seu *Tablet*.

A imersão sistêmica é a regra do jogo digital, é o que estabelece toda lógica e dá um sentido ao ambiente produzido pelo jogo digital.

Isso traz uma experiência séria ao jogador que começa a levar o sentido do jogo a sério. Tendo em cada setor e estágio do jogo diferentes experiências. Como se a interação o levasse por um caminho que o tira da realidade em que ele está envolto, trazendo a ele altos níveis de interação com o ambiente apresentado.

Figura 2 – Tela do tutorial de *God of War Ragnarok* (2022).



Fonte: Youtube

Os jogos como demonstrado na (figura 2) de uma *gameplay* do jogo “*God of War Ragnarok*”, pode ser observado que o jogo dar dicas de movimentação para o jogador, que o mesmo pode acessar usando o controle.

Com isso os jogos digitais desenvolvem uma experiência sistêmica aonde o jogador consegue ter controle sobre o personagem interagindo com o cenário do jogo.

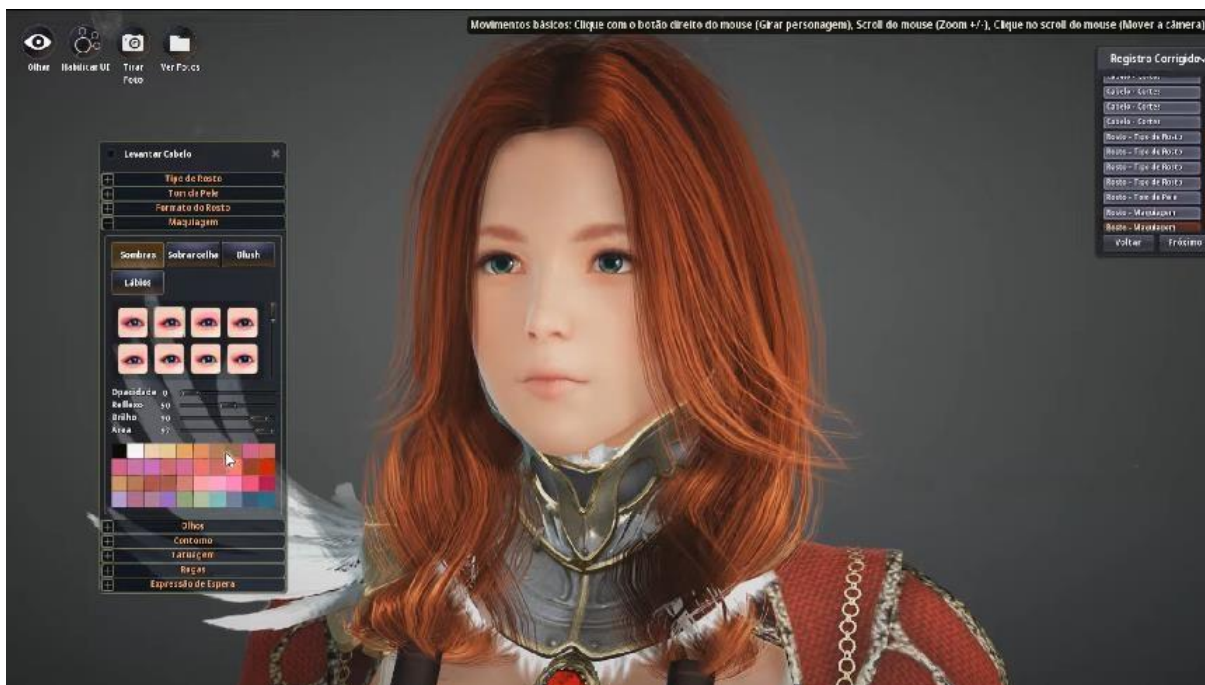
A imersão ficcional é um resultado que acontece por outros sentidos da imersão, quando o mundo apresentado, e a imersão disposta naquele cenário, traz ao envolvido uma sensação de pertencimento uma necessidade de consumir tal produto, de está envolto naquele cenário mesmo que ele não esteja de posse dele, ele sente a necessidade de estar em contato (COSTA, 2022).



Como é mostrado na (figura 3) os jogos digitais trabalham com o psicológico do jogador, através dessa interação aonde ele pode construir o personagem a partir do seu gosto assim imergindo de forma aonde os seus pensamentos vão estar conectados com o ambiente do jogo. Então imergir ficcionalmente em um jogo digital não precisa necessariamente que o jogador esteja dentro do jogo, mas quando ele está fora e sente o desejo de jogar por influência externa ou interna do seu ser.

Assim os usuários pelo o ambiente e as informações, que as imagens e os cenários que o jogo constrói, ele cria um vínculo de satisfação com a ideia que o jogo passa. E isso irá depender do tipo e a necessidade de cada grupo de jogador.

Figura 3 – Tela de customização de personagem do jogo *Black Desert*.



Fonte: Youtube.

A ideia mostrada na (figura 3) exemplifica como os jogadores podem se vincular sentimentalmente com o jogo, colocando os seus gostos e desejos dentro do jogo, desse modo mudando a aparência do seu avatar na forma que bem entenderem.

#### 4 IMPACTOS NEGATIVOS DA IMERSÃO NOS JOGOS DIGITAIS

Os jogos digitais estimulam o lado sensível do indivíduo, através do relacionamento virtual presente neles. Pois os jogos promovem todo esse meio de interativo fora da realidade. E o fictício chama atenção dos indivíduos. Os jogos digitais conseguem trazer aos participantes sensações reais, até mesmo na área sensível através da imersão (COSTA, 2021).

Com isso o processo de imersão pode acarreta em jogadores compulsivo que jogam por longas horas sem parar, malefícios, como ansiedade, depressão, estresse e até o isolamento social. Esses problemas tendem a ocorre nos jogadores compulsivos, em indivíduos que não consegue ter um domínio sobre o tempo que dedicam aos jogos digitais.

Em pessoas que tem um domínio sobre o seu tempo dedicado aos jogos podem desenvolver um melhor raciocínio, que ajuda na resolução de problema e etc.

Os jogadores podem dedicar seu tempo nos jogos de forma mais dedicada, buscando recompensas, divertimento e alguns usando isso como uma forma de escape da realidade. Isso faz com que ele esqueça de realizar os seus afazeres cotidianos. E esse indivíduo pode desenvolver fortes características de isolamento social, na medida que ele se isola para jogar games. Com a imersão dos jogos eletrônicos o indivíduo tende a imergir nesse mundo desprendendo-se da realidade em que estar para viver no ambiente criado pelo jogo digital.

Problemas podem surgir desse comportamento aonde o jogador coloca o ambiente gerado pelo jogo digital acima da sua realidade. Assim os jogadores compulsivos passam mais de 10 horas jogando no dia, enquanto os não compulsivos dedicam menos horas cerca de 3 horas por dia. Esse problema tende a afetar mais as pessoas tímidas e introvertidas que buscam o extraordinário que os jogos digitais oferecem (ZILON, 2015).

Assim os jogadores podem desenvolver problemas de saúde mental e física por destinar longas horas aos jogos (ZILON, 2015).

Por uma negligencia dos jogadores dos jogos digitais, eles podem passar várias horas jogando, sendo assim não realizando outras atividades. Como atividades físicas, socializar com outras pessoas sem o uso dos jogos. Esses mesmos podem desenvolver uma necessidade de consumir os jogos, assim a atividade de jogar podese tornar um vício e uma compulsão por jogos.

Com o tempo isso se transformara em tensão quando o prazer de jogar se tornar em tensão. O jogador pode desenvolver sintomas emocionais e físicos como insônia, isolamento social, uma perca no rendimento pois terá dificuldade de usar a sua capacidade cognitiva para problemas mais complexo.

O vicio nos jogos desenvolve sérios agravos. Como por exemplo a anorexia, na qual o indivíduo perde parcialmente ou totalmente o seu apetite. Pode haver naqueles jogadores de jogos mais violentos um aumento na pressão arterial, assim influenciando a atividade cardiovascular. Aqueles que costumam passar várias horas jogando e passam noites inteiras jogando, pode ter um efeito negativo na sua vida por causa do cansaço físico e mental que isso vai trazer a eles pela falta de descanso,

além de causar falta de atenção e memorização (BATISTA; QUINTÃO; LIMA, 2008).

Fatores ligados a dificuldades físicas também podem surgir, como o cansaço visual, quando um jogador está focado ele pode piscar três vezes menos, assim os músculos do globo ocular podem atrofiar pela diminuição da necessidade de piscar e lubrificar os olhos. A luz intermitente produzida pelos monitores na hora do jogo junto com a alteração de luz do computador pode estimular a epilepsia.

Durante os jogos muitos desenvolvem problemas posturais, tais como cifose, escoliose e cefaleia.

Negligenciar os limites e as necessidades comuns por causa de horas destinadas a jogar pode causar várias implicações nos indivíduos, assim como citado acima problemas para se ter uma vida saudável. Acarretando vários problemas sérios e complexos (BATISTA; QUINTÃO; LIMA, 2008).

Muitos jogos digitais estão carregados de mensagens subliminares (mensagens que estão fora do foco principal do jogador) essas mensagens são observadas pelo subconsciente. Muitos jogadores por influência subliminar de jogos, que são muito violentos, e que carregam características que podem induzir aos indivíduos uma conduta perigosa. Muitos desenvolvem pelo contato muito extenso com esses tipos de jogos uma dependência pelo jogo, e acabam não conseguindo diferenciar a fantasia da realidade, tendo dificuldades com a socialização por estarem tão imersos no contexto dos jogos (BATISTA; QUINTÃO; LIMA, 2008).

Passar várias horas jogando é de fato um risco a saúde física e mental dos indivíduos, que podem por sua vez desenvolver dependências dos jogos. Assim tendo omissões com sua saúde mental e física por estarem muito tempo jogando e não destinando tempo a práticas saudáveis. Em pessoas que têm carências afetivas e dificuldades de socializar, acabam utilizando somente a prática de jogar, se expondo a problemas que podem ser invisíveis aos seus olhos, mas que estão presentes.

#### **4.1 GANHOS POSITIVO COM OS JOGOS DIGITAIS**

Os jogos digitais ajudam no aprendizado das crianças e é usado nas escolas, é uma ferramenta que estimula as crianças a pensarem, e por estar presente na vida cotidiana da maioria das crianças fica fácil para implementar no ensino escolar.

Trazendo para o público algo que chama atenção que as desafiam e traga interação com o tema do jogo, algo que reflete a realidade do ensino. Com sistemas de recompensa e ranques, isso estimula os estudantes a aprender ao mesmo tempo que competem.

Quando há a junção da diversão com os ganhos lúdicos e sociais através dos jogos, os jogadores sentem-se mais motivados para aprender pois o que realmente chama a atenção é o desafio, a interação com os outros jogadores.

Os jogos não digitais já é uma forma bastante utilizada nos meios educativos para fomentar um raciocínio nos alunos e aprendizagem. E os jogos digitais eles têm as mesmas propriedades, porém são gerados a partir de um software instalado em computador, sendo assim capazes de criar jogos mais intuitivos que ajuda ainda mais o aprendizado (SANTANA; FORTES; PORTO, 2016).

Os jogos digitais estão ganhando cada vez mais espaço por suas características imersivas, por exemplo a realidade virtual, essa tecnologia que é recente, mas que traz um cenário com grande capacidade de imersão podendo trazer as áreas educacionais ganhos na aprendizagem. Uma vez que a pessoa está imersa no cenário digital ele está totalmente focado e fica mais fácil para desenvolvimento de conhecimento no jogador. Com isso usa-se atualmente o termo “gamificação”, ou seja, o uso dos jogos digitais na educação (MENDONÇA, 2012).

A utilização dos jogos digitais e tecnologia na educação utiliza da experiência da imersão, desde da década de 70 os indivíduos já vêm tendo experiência com a tecnologia, há uma adequação dos mesmos na utilização dos jogos digitais, e ferramentas tecnológicas. Pois o uso de imagens, sons e movimentos possibilita uma melhor forma de ensino, oferecendo uma informação mais dinâmica que estimula melhor o aprendizado. Assim o jogo eletrônico possibilita que o aprendizado aconteça pela interação de professores e alunos, mediante à tentativa e erro dentro do contexto do jogo.

A imersão torna a experiência sensível um meio que o indivíduo pode absorver através do manuseio de juízos e afetos que influenciaram na sua vida cotidiana. Assim desenvolvendo processos moral e social. A experiência dentro dos jogos digitais influencia em práticas sociais e a imaginação.

O jogo *Rany Day* desenvolvido pela desenvolvedora Thais Weiler, é um jogo para navegador que pode ser jogado com o *mouse*, ou por toques na tela *touch screen*. O tema do jogo é relacionado a ansiedade e depressão, a história é de uma jovem que passa por esses problemas e precisa passar por algumas situações que são gatilhos de ansiedade para a personagem, como ter que sair de casa para trabalhar. O jogador acompanha a narrativa dessa história e ajuda a personagem a tomar as decisões corretas à medida que o jogo desenrola, assim o jogo aborda diversas situações que coloca o jogador em estado de sensibilização com o tema trabalhado.

A imersão nesse tema do jogo serve como um ensino para o jogador, e caracteriza um trabalho da desenvolvedora que passou por esses problemas, passar uma lição de auto ajuda para quem joga e enfrenta problemas semelhantes (COSTA, 2020).

O jogador que se sentir conectado com ambiente proposto pelo jogo *Rany Day*, que tem gatilhos emocionais que o prendera a um ambiente construtivo e que desperta a curiosidade do jogador e o seu afeto pelo jogo, desenvolvendo vontade no mesmo de buscar ajuda, o que é sugerido dentro do jogo através de cartas (COSTA, 2020).

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Os jogos é uma pratica que realmente traz grandes níveis de satisfação, benefícios à saúde, prevenções de doenças e desenvolvimento de novas habilidades nos jogadores. E quando apresentado os jogos digitais isso não é diferente, mas o conceito dos jogos no ambiente virtual toma uma maior proporção, trazendo um ambiente de níveis maior de interação aonde é explorado com mais intensidade a imaginação do jogador, assim ele pode fazer o que bem entender dentro do jogo, coisas que na sua realidade não seria possível.

Essa carga emocional ligada com a grande capacidade das ferramentas de desenvolvimento de jogos, que conseguem criar cenários que podem imitar a realidade, ou pode ser totalmente uma fantasia, ambientes futurísticos ou antigos. Os jogos possibilitam os jogadores explorar planetas, guerras e diversos cenários.

Os cenários construídos a partir de objetos, musicas, personagens e histórias. Cada jogo digital tem sua particularidade aonde os fatores como ambientação e objetivos é diferente, mas conservando o intuito de prender a atenção do jogador, para que ele tenha um alto nível de satisfação e imersão.

O nível de interação entre indivíduo alcançado em um jogo digital é muito poderoso pois ele imerge o jogador a um ambiente carregado de informações feito para prender a sua atenção. Os objetivos alcançados dentro do jogo proporcionam uma recompensa. Sistemas que recompensa o jogador pelo os esforços dele dentro do *game*, assim mantendo os jogadores fixados e até obstinados a conseguir essas recompensas, sempre que ele consegue passar de faze e recompensado e uma nova fase e mais difícil é desbloqueada, mantendo o jogador dentro do jogo.

Um alto nível de atenção e habilidade sempre é requerida do jogador assim que ele vai evoluído dentro dos jogos (os chefões possuem cada vez mais vida e mais dano, e os mapas se tornam mais complexos), isso motiva o jogador a jogar mais.

Os cenários são bem construídos e envolvente para fazer os indivíduos ter

atenção ao que está acontecendo dentro dos jogos.

Essa característica dos jogos digitais estimula o crescimento do indivíduo ele adquire maiores capacidade cognitiva, eles por estarem mais focados ganham uma maior capacidade de foco e reflexo. Quando exposto a problemas complexos consegue apresentar um maior nível de raciocínio para resolve-los.

Mas esses benefícios dentre outros só acontecem quando os indivíduos conseguem ter controle sobre o tempo que passam jogando. Uma grande exposição aos jogos pode realmente acarreta em problemas sérios de saúde nos jogadores.

Uma das causas dos problemas é o tempo que muitos destinam para os jogos digitais, pessoas que tem tendências a isolamento, problemas com bullying tende a buscar nos jogos um refúgio para fugirem da realidade, e passam horas jogando, acabam esquecendo de comer no horário correto não tem uma alimentação saudável, acabam ficando sedentários não praticando nenhum tipo de exercício físico. Destinar tanto tempo para os jogos digitais deixa a pessoa dependente, causando problemas mentais aonde o que era prazeroso se torna estressante, muitos não consegue pensar nem destinar tempo para o estudo por causa do vicio nos jogos. O que pode ser um benefício, pelo comportamento negligente do indivíduo, ao ser exposto há muitas horas de jogos ele desenvolve hábitos que não saudável.

Quando um indivíduo já tem predisposição a violência e se expõe a jogos eletrônicos que tem muita violência no seu contexto, esses podem desenvolver mais afeição a violência, os jogos violentos tão carregados de mensagens subliminares, além de práticas dentro dos jogos que sucinta a violência.

É importante que as crianças no ambiente doméstico e escolar sejam observadas pelos professores e os pais para que eles aprendam a ter limites no tempo que se expõem aos jogos eletrônicos, o tipo de jogos que estão jogando se são para sua faixa etária. Esse acompanhamento previne os indivíduos de desenvolverem hábitos negativos que ponha a sua saúde mental e física em perigo.

Utilizar os jogos digitais nos locais de ensino é aprendizagem ampliara a capacidade dos alunos, com auxílio de profissionais os jogos eletrônicos se tornam uma ferramenta promissora para o desenvolvimento de habilidades cognitivas.

## REFERÊNCIA

AUDI, Gustavo; RÉGIS, Fátima. **IMERSÃO EM JOGOS NARRATIVOS DE VIDEO-GAME**. Revista Contracampo: Ensaio Temático "Imersão na cultura mediática", [S.L.], n. 29, p. 65-83, 30 abr. 2014. Pro Reitoria de Pesquisa, Pós-graduação e Inovação - UFF. <http://dx.doi.org/10.22409/contracampo.v0i29.632>.

BATISTA, Mônica de Lourdes Souza; QUINTÃO, Patrícia Lima; LIMA, Sérgio Muinhos Barroso. **Um Estudo sobre a Influência dos Jogos Eletrônicos sobre os Usuários**.

Revista Eletrônica da Faculdade Metodista Granbery, Juiz de Fora – Mg – Brasil, v. 1, n. 4, p. 1-11, 1 jun. 2008.

COSTA, Caio Túlio Olímpio Pereira da. **ALTERIDADE, EXPERIÊNCIA E IMERSÃO EM JOGOS DIGITAIS: POTENCIALIDADES EDUCATIVAS SOBRE SAÚDE MENTAL EM RAINY DAY**. Ciet, Enped, Pernambuco, n. 1, p. 1-12, 24 ago. 2020.

COSTA, Caio Túlio Olímpio Pereira da. **VIDEOGAMES, IMERSÃO E EXPERIÊNCIA SENSÍVEL: UM PARALELO DAS REVERBERAÇÕES NA EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA**. Tear: Revista de Educação Ciência e Tecnologia: UM PARALELO DAS REVERBERAÇÕES NA EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA, Pernambuco, v. 10, n. 1, p. 1-12, 25 maio 2021.

COSTA, Caio Túlio Olímpio Pereira. **A EXPERIÊNCIA SENSÍVEL NA IMERSÃO EM JOGOS DE VIDEOGAME**. 2022. 174 f. Dissertação (Doutorado) - Curso de Comunicação, Centro de Artes e Comunicação, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2020. Cap. 13.

GIL, Carlos. **MÉTODOS E TÉCNICAS DE PESQUISA SOCIAL**. 6. ed. São Paulo: Atlas S. A., 2008. 220 p.

HIUNZINGA, Johan. **HOMO LUDENS: O JOGO COMO ELEMENTO DA CULTURA**. 5. ed. São Paulo: Perspectiva Sa., 2001. 31 p.

MENDONÇA, Raphael Leal. **IMERSÃO E EMOÇÃO EM JOGOS DIGITAIS: UMA ABORDAGEM A PARTIR DE SISTEMAS ESPECIALISTA, LÓGICA FUZZY E MAPAS AUTO-ORGANIZÁVEIS**. 2012. 171 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Engenharia Elétrica, Universidade Presbiteriana Mackenzie, São Paulo, 2012.

PESQUISA GAMES BRASIL 2022: **PÚBLICO DE GAMES AUMENTOU PARA 74,5%**. São Paulo, 18 abr. 2022. Disponível em: <https://ge.globo.com/esports/noticia/2022/04/18/pesquisa-games-brasil-2022-publico-de-games-aumentou-para-745percent.ghtml>. Acesso em: 18 abr. 2022.

SANTANA, Paulo Fernando Carvalho; FORTES, Denise Xavier; PORTO, Ricardo Azevedo. **JOGOS DIGITAIS: A UTILIZAÇÃO NO PROCESSO ENSINO APRENDIZAGEM**. Fasete, Rio São Francisco, p. 218-229, jan. 2016.

ZOLIN, Lucas de Araújo. **OS JOGOS DIGITAIS: UM ESTUDO SOBRE ISOLAMENTO SOCIAL EM WORLD OF WARCRAFT**. 2015. 46 f. Tese (Doutorado) - Curso de Tecnologia em Jogos Digitais, - Faculdade de Tecnologia de Americana – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza, São Paulo, 2015. Cap. 4.