

**GAME STUDIES
ENCONTRAM JOGOS
PARA SAÚDE:
Uma entrevista com Espen
Aarseth e Rune Nielsen**

GAME STUDIES MEET HEALTH CARE:
An interview with Espen Aarseth and
Rune Nielsen

GAME STUDIES ENCUENTRAM
JUEGOS PARA LA SALUD:
Una entrevista con Espen Aarseth e
Rune Nielsen

Luiz Adolfo Andrade²

RESUMO

Os pesquisadores do Centro para Pesquisas em Jogos de Computador da IT – Universidade de Copenhagen, Espen Aarseth e Rune Nielsen, discutem nesta entrevista a relação entre jogos e cuidados com a saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Game studies; cuidados com a saúde; serious games.

¹ Trabalho produzido com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Ensino Superior (CAPES) edital 15/2016, Programa de Estágio de Pós-doutorado no Exterior, processo 88881.119487/2016-01.

² Jornalista e designer de jogos digitais. Pesquisador visitante no Centro para Pesquisas em Jogos de Computador da IT- Universidade de Copenhagen, com bolsa CAPES de Estágio Pós Doutoral.. Doutor em Comunicação e Cultura Contemporânea (cibercultura) pela Universidade Federal da Bahia (UFBA). Professor Adjunto na Universidade do Estado da Bahia (UNEB). Contato: laandrade@uneb.br. Endereço para correspondência: Universidade do Estado da Bahia, Departamento de Ciências Humanas III – Colegiado de Jornalismo em Múltiplos Meios. Av Edgard Chastinet, S/N, Bairro São Geraldo, Juazeiro – BA. CEP: 49905-560.

ABSTRACT

In this interview, Espen Aarseth and Rune Nielsen, researchers at Center for Computer Games Studies, discuss about the role of games in health care.

KEYWORDS: Game studies; health care; serious games.

RESUMEN

En esta entrevista, los investigadores del Centro de Estudios de Juegos de Computadora Espen Aarseth y Rune Nielsen discuten sobre el papel del juego en el cuidado de la salud.

PALABRAS CLAVE: Games studies; cuidado de la salud; serious games.

Recebido em: 29.09.2017. Aceito em: 22.12.2017. Publicado em: 29.06.2018.

É impossível refutar a importância do Professor Espen Aarseth³ para o âmbito dos *games studies*. Sua relevância pode ser atribuída a alguns trabalhos seminais, como a publicação do clássico *Cybertext: Perspectives on Ergodic Literature* (1997), que junto do livro *Hamlet no Holodeck*, de Janet Murray, constitui o chamado “marco inicial” nos estudos sobre jogos digitais⁴, e a fundação da revista *Game Studies*⁵, em 2001, primeiro periódico totalmente dedicado à pesquisa sobre games. Além disso, Aarseth é o coordenador do Centro para Pesquisas em Jogos de Computador⁶ (Center for Computer Games Research) na IT- Universidade de Copenhagen (ITU), formalmente estabelecido em 2003 e que pode ser considerado a primeira escola totalmente dedicada à investigação sobre jogos digitais. Atualmente, as pesquisas desenvolvidas por lá discutem games nas mais diversas frentes, dentre elas análises teóricas, estudos sobre o jogador (player studies), aproximações dos jogos com as mídias locativas, cultura oriental, saúde etc.

Rune Nielsen⁷ é um dos pesquisadores que trabalha debruçado na relação entre jogos e saúde mental, sendo parcialmente interessado nos

³ Espen Aarseth é Professor de Game Studies e chefe do Centro de Pesquisas para Jogos de Computador. Possui Doutorado em Literatura Comparada e Arte em informática humanística, ambos pela Universidade de Bergen, Noruega. É co-fundador e editor – chefe do periódico *Game Studies* (2001-...) e autor de *Cybertext: Perspectives on Ergodic Literature* (Johns Hopkins, 1997). Recentemente, foi contemplado com *ERC Advanced Grant* pelo projeto MSG – Making Sense of Games (2016-2021). Contato: aartseth@itu.dk.

⁴ Cf.: Andrade, L.A.; Falcão, T. **Realidade Sintética: jogos eletrônicos, comunicação e experiência social**. São Paulo: Scortecci, 2012, p.07.

⁵ <http://gamestudies.org/1602>. Acesso em: 20 Jun. 2017.

⁶ <http://game.itu.dk/>. Acesso em: 20 Jun. 2017.

⁷ Rune Kristian Lundedal Nielsen, PhD, é professor assistente no Centro de Pesquisas para Jogos de Computador. Possui mestrado em Media Technology and Games pela IT - University of Copenhagen e mestrado em psicologia pela University of Copenhagen. Como psicólogo, Rune é um dos co-autores do livro "Det modstræbende Panoptikon" (O Panóptico Relutante), que lida com desafios únicos entre as práticas pedagógicas e psicológicas em meio aos jovens na Dinamarca. Contato: rkln@itu.dk

chamados “exergames”- resultado da síntese entre “exercising” e “games”. Psicólogo e pesquisador formado no Centro de Pesquisas em Jogos de Computador, Nielsen atualmente trabalha como professor assistente na ITU. Simultaneamente, ele participa do *MSG – Making Sense of Games*, projeto de pesquisa coordenado por Aarseth, que foi contemplado com o prestigiado recurso *ERC –European Research Advanced Grant* para o quinquênio 2016-2021.

Nesta entrevista, concedida no final de abril de 2017, Aarseth e Nielsen discutem alguns aspectos sobre a relação entre jogos digitais e cuidados com a saúde. Este conteúdo foi coletado pessoalmente em um conversa informal no Centro para Pesquisas em Jogos de Computador, em Copenhague, durante o período que passei como pesquisador visitante na ITU.

Luiz Adolfo Andrade: Para algumas pessoas pode parecer estranho quando associamos games aos cuidados com a saúde. Qual papel os jogos de computador podem desempenhar nesta relação?

Espen Aarseth: Isto depende da ideia de “o que se espera que eles (games) façam?”. Tenho que confessar: eu não conheço um caso particularmente útil ou bem sucedido na saúde. Estou certo de que esse tipo de jogo deve existir. Porém, até agora só ouvi dizer que jogos de computador podem ajudar no tratamento de certos traumas e fobias. A questão seria, talvez, se um jogo pode fazer algo útil na saúde e o quanto eficiente ele é se comparado às outras alternativas à disposição? É melhor ou pior se você gastar seu tempo como paciente fazendo algo diferente? Talvez Rune possa nos dar uma resposta melhor...

Rune Nielsen: (pensativo)...acredito que um dos melhores exemplos que já vi foi o projeto "Re-Mission⁸", usado para ajudar pacientes com câncer. O game serviu para ajudar adolescentes a entender a importância de aderir ao seu tratamento médico. Este jogo ajudou pacientes no tratamento de câncer...

Espen Aarseth: (interrompendo) eles tiveram um grupo de controle?

Rune Nielsen: Sim, eles tiveram um grupo de controle, que demonstrou melhores resultados em lembrar de tomar o medicamento, além de apresentar ganho de conhecimento sobre o câncer. Neste caso, o videogame foi usado para atingir um grupo demográfico, que é mais difícil convencer de outras formas, sobre a importância da adesão ao tratamento. Portanto, os videogames podem desempenhar diferentes papéis na saúde, certo? Alguns tem como objetivo a mudança de mentalidade; outros visam estimular pacientes a fazer exercícios de reabilitação. Eu penso que eles (games) estão sendo usados para todos os propósitos consideráveis...

Espen Aarseth: você se lembra qual a idade (do grupo de controle)?

Rune Nielsen: Eles tinham entre 13 e 29 anos e este jogo (Re-mission) aumentou realmente as chances dos pacientes sobreviverem à doença.

Espen Aarseth: Talvez esta seja a mais importante área de aplicação: alívio e vibração, tirando sua mente de certas coisas e ajudando a relaxar, proporcionando mais tempo no seu dia em que você não precisa se preocupar com o futuro ou com sua situação atual. Mas isto serve para todos, não apenas para as pessoas doentes!

⁸ Disponível em <http://www.re-mission.net/> Acesso 20 Jul. 2017

Rune Nielsen: Existe uma distinção importante entre jogos comerciais que são apropriados com alguma meta planejada para cuidados com a saúde e games que são especificamente projetados para esta finalidade.

Espen Aarseth: E também existe duas outras diferentes situações: qual é a intenção? Curar os pacientes ou fazer suas vidas melhorarem? Você pode apenas instruir as pessoas sobre como tomar suas pílulas... o sucesso de certo game (na saúde) é relativo frente à alternativa disponíveis, certo? Dependendo das alternativas, elas podem ser mais eficientes que o jogo. Talvez o jogo seja indicado quando a vida do paciente não está indo bem, correto?



LAA: Como os game studies podem contribuir para outras áreas de pesquisa, como a saúde?

EA: Nos game studies, é claro, idealmente nós iremos conhecer mais sobre jogos que pessoas de uma área de específica de aplicação, com a psicologia ou a educação, que possuem muitas coisas diferentes para pensar. Portanto, se nós produzimos reflexões sobre games, nós podemos provê-las para pesquisadores externos que pretendem trabalhar com pesquisa de jogos. E isto pode ser em muitas frentes distintas, é claro, como jogos e aprendizado, jogos e saúde, além de outras aplicações dos games que nós podemos pensar.

RN: Se nós decidirmos usar games na saúde, nós também precisamos de um vocabulário adequado para discuti-los e entende-los. Isto serve tanto para discutir aspectos positivos quanto negativos dos jogos. Por exemplo, para pesquisadores que estão interessados em estudar se os chamados “jogos violentos” promovem ou não violência no mundo real, game studies podem prover um vocabulário que garante que eles realmente estão comparando “maçãs com maçãs”. Eu penso que, até agora, a pesquisa sobre jogos e violência está sendo limitada pelo interesse e compreensão igualmente limitados dos videogames.

LAA: Quais são as características e dimensões que legitimam um jogo para promoção e cuidados da saúde? E quais são as limitações que um game pode apresentar neste sentido?

RN: Em 2002, Durkin e Barber⁹ estudaram um grupo de adolescentes do ensino médio norte americano e descobriram que aqueles que jogavam videogame fazem coisas psicologicamente melhores do que aqueles que nunca jogaram. Isto também revelou outra evidência interessante que vai contra os conhecidos estereótipos: os adolescentes que jogavam videogame também praticavam mais esportes e não menos que aqueles que nunca jogaram. Eles também eram envolvidos em mais atividades sociais...

EA: (interrompendo) isto é uma correlação, não uma causalidade, certo? Pessoas que usam muitas vezes os meios de comunicação podem apresentar mais recursos do que do que aqueles que pouco utilizam. Se você compara adolescentes que jogam com adolescentes que nunca jogaram, o problema é com os grupos menores que nunca jogaram. Em muitos casos, em algum sentido, eles provavelmente não possuem recursos sociais ou até mesmo mentais. Assim, isto não é uma indicação concreta de que os jogos de computador estão fazendo algo de bom, é apenas uma indicação do que estes adolescentes estão fazendo, assim como as crianças são propensas a jogar games.

RN: Exatamente, pode ser que uma criança saudável tenha diferentes interesses e o videogame é apenas mais um dentre eles. Uma das características que esses pesquisadores destacaram é que os jogos de computador oferecem desafios que as pessoas (crianças, adolescentes etc.) escolhem participar voluntariamente. Assim, os games disponibilizam outro tipo de desafio que é diferente da escola, onde eles são forçados por alguém a fazer determinada

⁹ Cf.: Durkin, J; Barber, B. Not so doomed: computer game play and positive adolescent development. **Applied Developmental Psychology** 23, 2002, p. 373–392
Disponível em <http://www.rcgd.isr.umich.edu/garp/articles/durkin02.pdf> Acesso em Julho de 2017.

tarefa. Pode haver grandes benefícios em resolver um desafio que você mesmo escolheu. Acredito que esta é uma das características dos videogames que nós pouco discutimos, porque o nosso foco está sempre direcionado em saber quanto as pessoas andam jogando Pokémon Go, ou quantos exercícios eles (os jogadores) fizeram.

LAA: O jogo *Plague Inc*¹⁰, de James Vaughan, lançado em 2012, talvez seja o primeiro blockbuster no âmbito dos jogos digitais voltados para cuidados com a saúde, contando com mais de 45 milhões de jogadores. O que há de tão atraente nesses games?

EA: Esta é uma questão difícil de responder, porque nós sabemos apenas que 45 milhões de pessoas baixaram o jogo, mas “por quê eles fizeram isto?” nós não sabemos.

RN: Eu não estou certo, mas este caso de “Plague” me parece a mesma situação do jogo de tabuleiro “Pandemic¹¹”: ele só possui saúde como tema. Deste modo, não é um caso típico de jogo para cuidados com a saúde, pois não existe tentativa de promover saúde; o jogo apenas possui uma doença como tema central.

EA: É a mesma situação de outros jogos que possuem zumbis, vírus e infecções como tema central. Esses games possuem um significado cultural muito popular porque têm sucesso ou alguma atração especial em si, mas eles não tentam promover cuidados com a saúde.

¹⁰ Disponível em <http://www.ndemiccreations.com/en/22-plague-inc> . Acesso em julho de 2017.

¹¹ Disponível em <https://boardgamegeek.com/boardgame/30549/pandemic> Acesso 20 Jul. de 2017

LAA: O Nintendo Wii é considerado atualmente uma ferramenta importante para promoção de saúde, sendo apropriado como componente de programas de reabilitação física e mental nos Estados Unidos. O jogo Wii Golf, por exemplo, pode ajudar a restaurar o equilíbrio e o movimento de pacientes que sofreram danos ou acidentes vasculares cerebrais, além de ajudar no aumento da coordenação motora. Por outro lado, podemos ver o surgimento de projetos que são desenvolvidos especificamente para cuidados e promoção de saúde. Na opinião de vocês, qual seria a tendência principal: desenvolvimento de novos jogos voltados para cuidados e promoção de saúde ou apropriação de coisas já existentes, como o Wii?

EA: Tradicionalmente, essas coisas (jogos para Wii) são consideradas exercícios, terapias físicas...a questão é: existe algum elemento do jogo que é um exercício físico de fato? Esta é uma questão de pesquisa que precisa ser documentada cientificamente. Se você puder me mostrar esses relatos, ficarei mais feliz em comentá-los. Antes disto, eu apenas posso pensar que algumas pessoas tentam fazer as crianças mais fisicamente ativas usando *exergaming* ou Wii. E eu ainda posso pensar que, "sim, eles fazem as pessoas mais ativas porque eles estão gastando energia usando este jogo". Por outro lado, isto reduz a atividades em outras áreas, para compensar. Se você quiser usar o Wii (na saúde) você precisa encontrar alguém para instruir seu uso, como um *personal trainer* trabalha nas academias de ginástica. Talvez, preste atenção, talvez!!! – usando instruções de máquinas você possa economizar mais dinheiro do que usar um humano, como um *personal trainer*. Mas questão é: qual o mais eficiente?

RN: Eu penso que é difícil prever o futuro, mas eu não conheço ninguém pessoalmente que se exercita usando o Wii. Da mesma forma que Espen, eu estou propenso a evitar esta ideia sobre o uso do Wii.

EA: Faz mais de uma década que esta ideia, de que o Wii faz você exercitar mais e melhor, está circulando. Onde está a pesquisa que prova isto? Esta é a questão...

LAA: Sobre jogos de computador voltados para educação e saúde, como vocês percebem a contribuição desses games para as atividades comuns – estudar, trabalhar, lazer etc.

RN: Talvez a maior contribuição que esses jogos possam oferecer é com o *game design*, pois eles são projetados para divertir as pessoas, certo?

EA: Nós não precisamos aprender com os *games* sobre como transformar as atividades comuns em jogos; mas como transformá-las em atividades mais divertidas.

RN: Exatamente. Então, eu penso que um jogo pode nos dar isso: inserir a sua "sukulência" ou sua "diversão" nas atividades comuns.

LAA: Um estilo de disputa que está crescendo no Brasil é a oferecida nos e-sports, que consiste na apropriação de games como *League of Legends*, *Dota 2*, *Counter Strike* para criar competições abertas ao público e eventos transmitidos pela TV. Junto dos *exergames*, os e-sports podem ser considerados jogos para saúde? Qual o papel deles nos cuidados e promoção de saúde?

EA: Se eu acredito que *exergames* ou e-sports podem fazer as pessoas mais saudáveis? Não. Eles apenas mudam padrões de atividades. Assim, quanto mais você praticar *exergames* ou e-sports menos você irá gastar energia com outras coisas. Não é basicamente um *serious game*: você apenas se torna mais ativo usando esses games e, naturalmente, menos ativo em outras áreas. Eu penso que não existe uma nova correlação entre e-sports e saúde; é basicamente a mesma correlação para esportes e saúde. Esportes não tornam as pessoas mais saudáveis; as pessoas não vivem mais tempo por causa dos esportes. As pessoas tendem a acreditar que, se você praticar corrida, você viverá mais...mas é importante considerar quanto tempo você gasta correndo.

RN: Uma das coisas que os e-sports podem fazer é tornar os jogadores conscientes de que, para fazer o melhor que podem nos e-sports, eles precisam considerar sua condição física. Assim, eu acredito que com o crescimento dos e-sports os jogadores passem a aumentar seus cuidados com a saúde e levar mais à sério sua condição física, ou seja, o foco nos exercícios irá aumentar.

EA: Sim, mas nós precisamos fazer isto e por uma série de razões nós fazemos isto. O resto parece não importar tanto...

RN: Não, nós podemos apenas supor sobre quanto um jogador regular irá fazer isso (exercícios), certo? É como os jogadores profissionais de Golf que gastam um tempo considerável levantando pesos para se tornarem melhores golfistas. Ainda não está claro o quanto esta tendência pode ser tornar casual...

EA: A resposta é não, porque eles (jogadores casuais) não estão jogando golfe de fato. Eles possuem outra profissão na vida real, diferente dos golfistas profissionais.

LAA: Depressão é considerada por muitos como a “o mal do século XXI”, um dos principais desafios na área da saúde. O que vocês acham dos jogos projetados especificamente para lidar com depressão, a exemplos do projeto *Depression Quest*¹² ou dos jogos brasileiros *It's raining today*¹³ e *Contato*¹⁴?

EA: Obviamente, se um jogo pode alertar o público sobre os males causados pela depressão, é uma boa coisa, não? Mas nós estamos conversando sobre isso ou sobre games que “relaxadamente” funcionam contra depressão? Porque nós temos aí duas coisas bem diferentes. Talvez um game forneça *insights* importante sobre depressão, como um filme, por exemplo, ou o jogo pode aliviar diretamente uma pessoa com depressão.



Professor Espen Aarseth

¹² <http://www.depressionquest.com/>

¹³ <https://thaisa.itch.io/rainy-day>

¹⁴ http://www.icict.fiocruz.br/sites/www.icict.fiocruz.br/files/jogos/jogo_2/index.html

LAA: Em recente entrevista sobre jogos e saúde¹⁵, a famosa designer de jogos Jane McGonigal e o jornalista Ken McQueen disseram que, em alguns casos, os jogos podem ser mais eficientes que morfina em tratamentos. Naturalmente, esta frase é uma brincadeira. Por outro lado, não está claro se o uso dos jogos na saúde é mais eficiente a partir de produtos específicos e personalizados ou através de apropriações de coisas já existentes, como é o caso do Wii. Para vocês, qual o futuro dos jogos para cuidados com a saúde?

EA: Nós sempre tivemos jogos para saúde, as pessoas sempre recorreram ao esporte para se tornarem mais saudáveis, certo? Este é o “jogo mais antigo do livro”, o aforismo “uma mente saudável num corpo saudável”, que nos remete aos gregos antigos. Nós sempre tivemos jogos para saúde. Onde eles funcionam é uma questão bem diferente. Quando os jogos de computador serão melhores que o esporte? Eu não acredito nisso...talvez uma combinação em certo sentido dos jogos com um aplicativo para contar calorias queimadas, como Pokémon Go, talvez. Mas nós estamos vendo muitos jogos como Pokémon Go mas que não são relacionados a coisa alguma. A razão do sucesso de Pokémon Go é muito mais por conta do “Pokémon” do que pelo “Go”. Então, em certo sentido, eu não vejo nenhuma razão para otimizar... as coisas podem ficar como já acontecem. Nós usamos games para propósitos diferentes, não apenas para ficarmos mais saudáveis.

¹⁵ Disponível em <http://www.macleans.ca/society/health/the-interview-jane-mcgonigal-on-how-video-games-can-heal/>. Acesso 20 Jul. de 2017.

RN: Eu penso que, antes de jogos e saúde, um dos assuntos que deveríamos discutir é sobre qual escopo explorar os jogos pode ser vantajoso. Tem sempre o perigo que é inserir mecânicas de jogo em coisas que não deveriam ter mecânicas de jogo. Se você projeta um jogo que torna os motoristas de ambulância mais eficazes, o que pode ser algo interessante, parece ser uma tentativa de *gamificar* a profissão. O perigo de tentar *gamificar* todas as coisas é que nos jogos as pessoas sempre desafiam o sistema, certo? Educação é outra coisa...uma grande questão é como tentar aplicar mecânicas de jogo em tudo. Talvez nós desejamos mesmo aplicar games em todos os tipos de áreas.

EA: Eu acredito que deve ser o mesmo caso de "alimentos para saúde", certo? Você pode usar alimentação para ficar saudável, se você esta realmente motivado para isso, ou ainda você pode usá-la no sentido oposto. Eu penso que os jogos são a mesma coisa: neutros, em certo sentido. Eles não fornecem algo automaticamente. Se você quer ver o efeito, isto se dá em função da pessoa (jogador), não do jogo. Você pode usar qualquer coisa para ficar mais saudável, você pode usar por exemplo métodos de concentração. Algumas pessoas se tornam mais saudáveis relaxando, mas outras precisam movimentar o corpo porque permanecem sentadas muito tempo. Então, neste sentido, eu não acredito que um jogo pode fazer algo sozinho. É muito mais importante quando os jogos se tornam o portal para algo maior, o que reflete um pouco da mentalidade para se tornar mais saudável. O jogo é só uma peça de fundo para o quebra-cabeças, que pode ser qualquer coisa. Pode ser uma simples observação de pássaros, ou pode ser uma tentativa de ficar calmo ou neutro ou qualquer tipo de trabalho ou atividade. Pode ser um monte de coisas. Eu não penso que o jogo seja mais ou menos eficiente do que qualquer outro tipo de atividade.



Professor Assistente Rune Nielsen

RN: Na medicina, existe uma tendência na atualidade que procura personalizar os procedimentos, porque as pessoas não apresentam as mesmas reações para determinadas drogas. Portanto, os profissionais estão cada vez mais interessados em pesquisar nas pessoas as especificidades de códigos genéticos do que que ver qual remédio pode ser correto para o indivíduo. O que pode ser bom para mim pode ser ruim para você. Eu penso que o mesmo serve para jogos e saúde: alguns games podem ser bons e trazer motivação para determinadas pessoas, mas para outras o mesmo jogo pode não funcionar.

EA: Mas não se esqueça que personalizar tudo pode ser muito caro!¹⁶

¹⁶ Agradecimentos: além dos entrevistados, sou grato aos colegas Ivan Mussa (UERJ), Lynn Alves e Isa Coutinho (UNEB) pelas contribuições para publicação deste conteúdo. Crédito das fotos: Luiz Adolfo Andrade.