

## A perspectiva dos jogadores com depressão para o design de jogos digitais terapêuticos

*The perspective of players with depression for the design of therapeutic digital games*

GLIOSCI, Rebeca; Mestranda; Universidade de Brasília (UnB)

rebecagiosci@gmail.com

SILVA, Tiago Barros Pontes e; Doutor; Universidade de Brasília (UnB)

tiagobarros@unb.br

A pesquisa objetiva identificar um repertório teórico-metodológico para se compreender a subjetividade de pessoas com depressão que usam os jogos digitais — de modo aplicado ou incidental — como ferramentas terapêuticas. Por meio de uma revisão sistemática sobre estudos científicos com *games* em tratamentos do transtorno depressivo, identificaram-se oportunidades para o atual contexto do avanço da depressão em faixas etárias mais jovens e a ascensão da indústria de *games* para uma gigante do entretenimento, que são subaproveitadas por não se amplificar justamente a voz do próprio jogador. Como resultado, propõe-se uma investigação das percepções distintas dos atores envolvidos no enfrentamento à depressão com jogos digitais construindo-se uma Teia Semiótica baseada na Teoria das Semioses de Nöth e ancorada na Teoria Ator-Rede de Latour. Assim, entende-se que é possível promover maior entendimento do tema na perspectiva do Design, bem como evidenciar as relações de significância entre o jogador depressivo e os mundos virtuais.

**Palavras-chave:** Design de Jogos; Intervenção Terapêutica; Depressão.

*This research aims to identify a theoretical-methodological basis to comprehend the subjectivity of people with depression who use digital games as therapeutic tools in applied or incidental ways. Through a systematic review of scientific studies with games in treatments of the depressive disorder, underused opportunities were identified for the current context of the advance of depression in younger age groups and the rise of the games industry to an entertainment giant. As a result, we propose an investigation of the different perceptions of the actors involved in confronting depression with digital games by building a semiotic web, based on Nöth's Theory of Semiosis and anchored on Latour's Actor-Network Theory. Thus, we understand that it is possible to promote a greater awareness of the theme from the perspective of Design, as well as to highlight the relationships of significance between the depressive player and the virtual worlds.*

**Keywords:** Depression; Game Design; Therapeutic Intervention.

## 1 Introdução

Duas questões globais contemporâneas encontram-se hoje em ampla interseção: um avanço generalizado da depressão e a ascensão da indústria de jogos digitais para uma gigante do entretenimento. A depressão afeta todas as esferas da vida e é caracterizada por humor deprimido persistente na maioria dos dias por pelo menos um ano, acompanhado de no mínimo dois entre os sintomas descritos no *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais* (APA, 2020, pp. 169-170) como a fadiga, a baixa autoestima, a concentração pobre, a desesperança. Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), o transtorno depressivo afeta hoje mais de 300 milhões de pessoas, sendo atualmente uma das principais causas de incapacidade em todo o mundo (OPAS, 2020). A indústria dos jogos digitais, por sua vez, tornou-se maior do que as da música e do cinema combinadas (Folha de São Paulo, 2020), tendo um aumento de 20% de receita apenas em 2020, tendência que especialistas de mercado não veem diminuir tão cedo (WITKOWSKI, 2021).

Não existe saúde sem saúde mental — declara a OPAS. Particularmente no último ano, devido à pandemia do novo coronavírus, as estatísticas da depressão têm aumentado significativamente e atingido faixas etárias cada vez mais jovens, pois o isolamento social potencializa quadros depressivos (MATTOS, 2020). Para além das terapias tradicionais, muitas pessoas isoladas e acometidas pelo transtorno têm buscado conexão humana e alívio dos sintomas por meio das interações nos mundos virtuais dos *games*. No Brasil, a edição mais recente da Pesquisa Game Brasil (PGB), que consiste no maior levantamento nacional sobre o consumo de jogos digitais (RAPHAEL, 2021), demonstrou como a pandemia impactou os jogadores brasileiros: 75,8% afirmaram ter jogado mais durante o período.

### 1.1 Saúde mental e saúde digital

As áreas da Psicologia e Psiquiatria vêm se beneficiando da utilização de tecnologias digitais em “ações ou práticas que melhoram o bem-estar psicológico, social e emocional da pessoa” (SMITH, 2019), as chamadas intervenções terapêuticas (ITs), que servem de apoio aos diversos tipos de psicoterapia<sup>1</sup> para a depressão e outros transtornos mentais. Para este tipo de aplicação cunhou-se o termo relativamente novo saúde digital (*e-health*), que se refere ao uso de quaisquer tecnologias de informação e comunicação (TICs) para apoiar a prática em saúde, possuindo um desdobramento ainda mais específico quanto ao uso de telefones celulares e *wearables*<sup>2</sup> — saúde móvel (*mobile health, mHealth*). “Aproveitar o poder das tecnologias digitais é fundamental para alcançarmos a cobertura universal de saúde”, afirmou o diretor-geral da Organização Mundial de Saúde (OMS) à época da divulgação da primeira diretriz sobre intervenções de saúde digital e da criação do Departamento de Saúde Digital da OMS (OPAS, 2019).

Conforme os *games* se tornaram um *hobby* tão presente na vida contemporânea, especialmente acessíveis no mercado mobile (DENTON, 2018), seu potencial para aplicação em ITs passou a ser estudado por pesquisadores em saúde mental. Enquanto a depressão é reconhecidamente um grave problema de saúde pública, os jogos digitais ainda levantam muitas dúvidas no ambiente acadêmico. Grande parte das pesquisas relacionadas ao tema

<sup>1</sup> Tratamento baseado na relação colaborativa entre um indivíduo e seu terapeuta (APA, 2020).

<sup>2</sup> Qualquer tipo de acessório que se possa vestir ou carregar que envolva tecnologia digital e conexão com a internet.

busca identificar correlações entre *games* e prejuízos à saúde mental (e.g. *gaming disorder*<sup>3</sup>), mas uma pequena, porém crescente, porção de pesquisadores vêm investigando seu potencial terapêutico. Os próprios jogadores sugerem que os jogos digitais os auxiliam, ainda que indiretamente, a lidar com o sofrimento psíquico: não é raro encontrar depoimentos na internet sobre *games* que ajudaram pessoas a “superar a depressão”.

No agregador social Reddit, por exemplo, uma única publicação intitulada “Para aqueles que usam jogos para ajudar com a depressão nesses tempos, compartilhem o que estão jogando” (2020, tradução nossa) conta com mais de 400 comentários, dentre os quais destacamos os seguintes para exemplificação:

Stardew Valley me ajudou muito durante um período em que eu estava profundamente deprimido. A simplicidade e o tom o tornaram jogável quando era difícil sair da cama. Ver suas tarefas diárias levarem a melhorias graduais na minha fazenda foi como uma terapia (REDDIT, 2020, tradução nossa).

Diablo 2 e 3, baby. Se eu tiver um dia ruim ou estiver me sentindo super pra baixo, derrubar legiões de demônios e aumentar os níveis nas minhas classes se torna terapêutico (REDDIT, 2020, tradução nossa).

Eu não sei se alguém disse isso, mas foi o Witcher 3 para mim. Joguei pela primeira vez no dia em que meu melhor amigo cometeu suicídio, e sempre volto a ele quando que me sinto sem esperança. Algo sobre ajudar Geralt a encontrar Ciri foi terapêutico para mim, como se eu tivesse que deixar ir, mas ele não precisava por minha causa. De qualquer forma, essa é a minha história triste de jogo (REDDIT, 2020, tradução nossa).

Felizmente, mantive minha depressão trancada em uma caixa nos últimos... anos? Eu sempre recomendo esses jogos porque eles são os responsáveis diretos pela minha mudança de humor. Eu amo esses jogos, e dois em cada três eu nunca teria jogado se não me esforçasse constantemente para sair da minha zona de conforto (REDDIT, 2020, tradução nossa).

## 1.2 Problematização

A partir da atuação profissional da autora com produção de conteúdo sobre jogos digitais e cultura *gamer*, percebe-se que muitas pessoas utilizam fóruns e redes sociais incidentalmente como espaços de terapia em grupo fora de contextos clínicos. Conversam sobre os seus problemas, dividem as suas dificuldades emocionais e falam sobre como as suas experiências com os *games* as ajudam, às vezes, mais do que sessões tradicionais de terapia. É percebido também um aumento gradual nas discussões sobre depressão nos últimos cinco anos.

Em vista disso, considera-se razoável inferir que as experiências virtuais dos *games* poderiam oferecer importante contribuição às estratégias aplicadas no enfrentamento à depressão, levando aos seguintes questionamentos: as pessoas que jogam e sofrem com depressão estão sendo vistas no meio acadêmico? De que forma? Os jogos digitais já contribuem para tratamentos da depressão? Quais as principais estratégias?

---

<sup>3</sup> O vício por jogos digitais foi reconhecido oficialmente como um transtorno pela OMS (PARK, 2019).

A partir de uma análise preliminar de artigos científicos sobre pesquisas relativas a jogos digitais e saúde mental, um contraste marcante emergiu entre conhecimento acadêmico e empírico acerca do tema:

- A voz do paciente que joga ainda parece ser a menos ouvida, tratando-se mais a doença do que a pessoa;
- As pesquisas carecem de um olhar mais abrangente para os próprios jogadores que tratam depressão, a sua percepção sobre si e sobre a sua condição, assim como a sua relação com os jogos digitais;
- Existe uma oportunidade de maior integração entre conhecimento acadêmico e empírico para favorecer o processo de design de jogos para este contexto.

Assim, percebe-se que estudos focam muito nos jogos e nos transtornos, mas pouco nas pessoas que jogam. Nesta perspectiva, apresenta-se o problema de pesquisa: quais as contribuições de se abordar a subjetividade de quem sofre com a depressão e sua relação com os jogos digitais para o processo de design de jogos terapêuticos? Partindo-se deste questionamento, a pesquisa pretende lançar um olhar mais dedicado para esse problema, buscando identificar necessidades subjetivas mediadas pelo uso da tecnologia e, por meio delas, detectar lacunas e oportunidades inexploradas de estratégias de enfrentamento ao transtorno depressivo com jogos digitais centradas na pessoa. Desse modo, o campo do design pode, ainda, ampliar o entendimento sobre o tema para além das ciências da saúde e promover uma sensibilização social a respeito de dimensões humanas muito estigmatizadas — o estado depressivo, o jogar e suas inter-relações.

Para tanto, esta pesquisa tem como objetivo geral identificar um repertório teórico-metodológico para a compreensão da perspectiva de jogadores com depressão sobre a sua relação com os jogos digitais. O que se espera é uma contribuição que propicie o projeto de jogos terapêuticos a partir das percepções e necessidades subjetivas dos próprios jogadores, reforçando as suas estratégias para lidar com o transtorno. Neste sentido, a pesquisa foi iniciada por um levantamento do estado da arte das pesquisas científicas com aplicações de jogos digitais em tratamentos da depressão, visando uma apreensão sobre como se organiza o conhecimento acerca do tema.

## 2 Revisão sistemática sobre jogos digitais e saúde

As revisões de literatura em saúde possuem caráter pragmático porque costumam ser destinadas à orientação de tomada de decisões médicas ou terapêuticas. Com o objetivo de se observar as ITs com jogos digitais pela lente do design, fez-se necessária a elaboração de abordagem metodológica mista — revisão sistemática com particularidades de mapeamento. Embora também sejam uma forma de revisão de literatura, os mapeamentos permitem maior liberdade exploratória por representarem não somente os resultados, mas, indiretamente, as atividades relacionadas aos resultados (COOPER, 2016), não se limitando a avaliações práticas (MOHER et al, 2009). Desse modo, estudos qualitativos podem explorar as experiências de todos os envolvidos nas ITs e os fatores que moldam suas implementações (HIGGINS et al, 2019). A metodologia e os principais resultados obtidos são sintetizados a seguir. Para mais detalhes sobre revisão sistemática, ver Gliosci e Silva (2022).

### 2.1 Elaboração das perguntas de pesquisa

O objetivo da revisão foi definido em uma Pergunta Norteadora (PN) que representa o propósito central do estudo: o que informam as evidências científicas mais recentes sobre a

aplicação de jogos digitais em intervenções terapêuticas para tratamento da depressão? Definiram-se, então, mais seis Perguntas Elaborativas (PE) para detalhamento dos resultados.

PE1 - Quantas intervenções terapêuticas com jogos digitais foram encontradas?

PE2 - Quais os tipos de intervenções terapêuticas em que foram utilizados jogos digitais?

PE3 - Para quais públicos (faixa etária, gênero) conduziram-se ITs com jogos digitais?

PE4 - Quais tipos (jogos comuns, jogos sérios) de jogos digitais foram utilizados?

PE5 - De que formas foram utilizados os jogos digitais nas intervenções terapêuticas?

PE6 - Que tipos de interações paciente-terapeuta foram promovidas nessas ITs?

As perguntas elaborativas viabilizaram identificar as variáveis do estudo, permitir cruzamentos entre os dados e embasar uma discussão sobre as tendências relacionadas à utilização de jogos digitais no enfrentamento à depressão, lacunas encontradas e oportunidades inexploradas.

## 2.2 Definição de período, sintaxe e bases de dados

Foi definido o período de 5 anos para a realização do levantamento (2016 a 2021). Em seguida, criou-se um campo semântico de doze palavras-chave em torno dos termos depressão, saúde mental e jogos digitais — design de jogos (*game design*), jogos (*games*), jogos digitais (*video games*), jogos sérios (*serious games*), jogar (*gaming*) // saúde mental (*mental health*) // depressão (*depression*), transtorno depressivo (*depressive disorder*) // psicoterapia (*psychotherapy*), intervenção (*intervention*), intervenção terapêutica (*therapeutic intervention*), tratamento (*treatment*) — e foram realizadas buscas preliminares em bases de dados amplamente pesquisadas nas áreas de saúde e tecnologia.

Após diversos testes com diferentes combinações das palavras-chave e identificação das bases mais apropriadas, a estratégia que se provou mais eficaz para o propósito deste estudo foi a de estreitar o campo semântico em uma sintaxe concisa — (*games OR serious games*) AND (*depression*) ou (*games OR serious games*) AND (*depression*) AND (*treatment*) — e qualificar as bases de dados em três das mais relevantes para pesquisas em saúde, uma base de dados relevante sobre jogos sérios, o Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES e o Portal de Periódicos da CAPES para garantir a não-exclusão de possíveis estudos nacionais.

## 2.3 Protocolo de busca e triagem dos estudos

Aplicou-se a estratégia supracitada em bases de dados relevantes para as áreas de saúde e jogos sérios, além das bases da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Os resultados foram filtrados por meio de checagem dos títulos dos estudos, palavras-chave, conceitos destacados nos resumos e referências bibliográficas. Obtiveram-se 42 brutos, que passaram por mais três triagens para filtragem de acordo com critérios pré-definidos de inclusão e exclusão. Por fim, 23 estudos mostraram-se válidos para análise, atendendo aos critérios e respondendo à PE1.

## 2.4 Meta-análise dos estudos

Todos os estudos válidos foram integralmente analisados. Os Quadros 1, 2 e 3 sintetizam os principais dados objetivos extraídos das análises, respondendo às PE2, PE3 e PE4.

Quadro 1 – Tipos de Intervenções Terapêuticas.

PE2	Intervenções	Estudos
	Apoio psicológico a pacientes internados e portadores de doenças crônicas	Tark et al. (2019); Bento et al. (2018); Kim et al. (2018).
	Prevenção e/ou melhora de sintomas	Jahouh et al. (2021); Bacha et al. (2020); Cicek et al. (2020); Li et al. (2020); Rica et al. (2020); David et al. (2018); Kühn et al. (2018); Rodrigues et al. (2018); Shepherd et al. (2018); Lima (2017); Perry et al. (2017).
	Terapias cognitivas	van der Meulen et al. (2019); Anguera et al. (2017); Kuosmanen et al. (2017); Poppelaars et al. (2016).
	Workshops	Fleming et al. (2019); Mellick et al. (2019); Baum, Maraschin (2016); Carrasco (2016).
	Tratamento complementar	Russoniello et al. (2019).

Fonte: Próprios autores.

Destes, 11 estudos testaram a aplicação direta de jogos digitais para prevenção ou melhora de sintomas físicos e cognitivos; 4 associaram jogos digitais a terapias cognitivas tradicionais; 4 utilizaram jogos digitais em workshops para avaliar efeitos colaterais do transtorno (como prejuízo social) ou testar a participação de usuários no processo de design de jogos sérios para depressão; 3 aplicaram jogos digitais como apoio psicológico a pacientes internados e/ou portadores de doenças crônicas que desenvolveram depressão; 1 estudo testou jogo digital como tratamento complementar (substituindo a introdução de um segundo medicamento para lidar com sintomas resistentes).

Quadro 2 – Públicos das Intervenções Terapêuticas.

PE3	Demografia	Estudos
<b>Faixa Etária</b>	Crianças e adolescentes 7 a 18 anos	Fleming et al. (2019); Mellick et al. (2019); Tark et al. (2019); van der Meulen et al. (2019); David et al. (2018); Shepherd et al. (2018); Kuosmanen et al. (2017); Baum, Maraschin (2016); Carrasco (2016); Poppelaars et al. (2016); Perry et al. (2017).
	Adultos 18 a 40 anos	Kim et al. (2018).
	Adultos 40 a 60 anos	Russoniello et al. (2019); Kim et al. (2018); Kühn et al. (2018).
	Idosos Acima de 60 anos	Jahouh et al. (2021); Bacha et al. (2020); Cicek et al. (2020); Li et al. (2020); Rica et al. (2020); Bento et al. (2018); Rodrigues et al. (2018); Anguera et al. (2017); Lima (2017).
<b>Gênero</b>	Masculino	Nenhum estudo específico.
	Feminino	Rica et al. (2020); Mellick et al. (2019); Kim et al. (2018); Rodrigues et al. (2018); Carrasco (2016); Poppelaars et al. (2016).

---

Misto	Jahouh et al. (2021); Bacha et al. (2020); Cicek et al. (2020); Li et al. (2020); Fleming et al. (2019); Russoniello et al. (2019); Tark et al. (2019); van der Meulen et al. (2019); Bento et al. (2018); David et al. (2018); Kühn et al. (2018); Shepherd et al. (2018); Anguera et al. (2017); Kuosmanen et al. (2017); Lima (2017); Perry et al. (2017); Baum, Maraschin (2016).
-------	---

---

Fonte: Próprios autores.

Foram encontrados 11 estudos voltados a crianças e adolescentes; apenas 1 para adultos entre 18 e 40 anos; 3 para adultos entre 40 e 60 anos; 9 para idosos. Em termos de gênero, 17 estudos mistos; 6 focados no público feminino; não houve estudos voltados especificamente ao público masculino.

Quadro 3 – Tipos de jogos digitais utilizados nas Intervenções Terapêuticas.

---

PE4	<b>Tipos de Jogos</b>	<b>Estudos</b>
Jogos comuns para entretenimento	Jahouh et al. (2021); Bacha et al. (2020); Cicek et al. (2020); Li et al. (2020); Rica et al. (2020); Fleming et al. (2019); Russoniello et al. (2019); Kühn et al. (2018); Rodrigues et al. (2018); Lima (2017); Baum, Maraschin (2016).	
Jogos sérios criados no meio acadêmico	Mellick et al. (2019); Tark et al. (2019); van der Meulen et al. (2019); Bento et al. (2018); David et al. (2018); Kim et al. (2018); Shepherd et al. (2018); Anguera et al. (2017); Kuosmanen et al. (2017); Carrasco (2016); Perry et al. (2017); Poppelaars et al. (2016).	

---

Fonte: Próprios autores.

Os estudos sugerem que jogos comuns (projetados para o mercado de entretenimento) e jogos sérios (projetados para fins terapêuticos) têm sido pesquisados na mesma medida; 11 utilizaram os do primeiro tipo nas ITs e 12 utilizaram jogos sérios desenvolvidos no meio acadêmico.

## 2.5 Síntese dos resultados

Comparados os dados com revisões mais antigas, como a de Li et al (2014), não houve avanço tão robusto na área nos últimos cinco anos, se considerada a popularização da indústria de *games* no mesmo período. Encontrou-se uma média de 5 estudos publicados por ano, em países diversos, e apenas 6, dos 23 estudos, localizados no Brasil. A demografia é equilibrada em relação a gênero, contudo, predominam dois polos etários — crianças e adolescentes, idosos. Mais possibilidades de detalhamento quantitativo a serem trabalhadas na dissertação final: distribuição dos estudos por ano; origens (instituição, país, ano de publicação); cruzamentos dos dados e comparações com revisões anteriores. Também serão tratados aspectos como as abordagens teórico-metodológicas e campos epistemológicos (e.g. a revisão Dias et al. abordava tema similar, mas dentro da Ciência da Computação) em que se enquadram os estudos.

As primeiras quatro perguntas elaborativas (PE) da revisão forneceram dados objetivos, de fácil reproduzibilidade científica, enquanto as PE5 e PE6 são intencionalmente abertas para ensejar uma discussão qualitativa mais aprofundada, desenvolvida para um artigo a ser publicado em periódico e para a dissertação final. Estas últimas apontam que a maioria dos estudos recentes segue trabalhando os aspectos objetivos do transtorno depressivo, como os

sintomas e prejuízos cognitivos, sem integrar a dimensão subjetiva dos pacientes. As intervenções costumam ocorrer em condições e lugares controlados como ambientes hospitalares, centro dia<sup>4</sup>, clínicas, hospitais, asilos etc. As pesquisas geralmente envolvem interações convencionais entre terapeuta e paciente. Além disso, poucos estudos são conduzidos com grupos aproveitando-se de jogos digitais com aspecto multijogador, ou da própria capacidade dos *games* de fomentar conexões interpessoais.

A revisão de literatura demonstrou que, embora o conhecimento científico acerca da utilização de jogos digitais em intervenções terapêuticas ainda seja limitado, há oportunidades interessantes que podem ser aprofundadas na área, corroborando o enquadramento proposto pelos autores.

## 2.6 Síntese da discussão

A depressão é um estado crônico de apatia que, em casos extremos, pode levar ao suicídio. Apesar disto, é tratável, e conta com vários tipos de intervenções. Não obstante, a pandemia do novo coronavírus trouxe circunstâncias que agravam o problema e alcançam faixas etárias cada vez mais jovens (VIANA, 2019). Em tempos de isolamento social, os jogos digitais podem ser especialmente úteis para o enfrentamento à depressão por trabalharem, simultaneamente, as dimensões objetiva e subjetiva do transtorno por meio de seus elementos constitutivos. As mecânicas estimulam os aspectos cognitivos prejudicados. A estética e os temas abordados pela narrativa podem evocar emoções e reflexões positivas, quebrando padrões de pensamentos negativos. As interações em um ambiente virtual seguro ajudam a “explorar e desenvolver partes de si que por qualquer razão parecem mais difíceis de serem acessadas no mundo físico” (KRISS, 2019). Além disso, jogos multijogador conectam pessoas distanciadas.

As pesquisas mais recentes sobre intervenções terapêuticas com jogos digitais demonstram, contudo, que o conhecimento científico acerca do tema apresenta lacunas relevantes, como o abismo geracional: faltam estudos voltados ao público que, além de ser um dos mais afetados pelo transtorno, é o que mais consome jogos digitais hoje em dia — adultos entre 18 e 40 anos (YANEV, 2021). Há, ainda, oportunidades valiosas, levando-se em conta que pessoas em estado depressivo tendem a isolar-se, mas que são subaproveitadas nas ITs, como a capacidade dos *games* para atingir a dimensão subjetiva do transtorno e fomentar conexões. O “mundo do jogo” oferece um espaço potencial (WINNICOTT, 2005) na convergência dos planos real e virtual durante o ato de jogar, possibilitando que o jogador foque sua energia em tarefas prazerosas nas quais se sente recompensado à medida que evolui suas habilidades. Em outras palavras, “*gameplay* é o oposto emocional direto da depressão” (McGONIGAL, 2011).

## 3 Perspectivas: das controvérsias à Teia Semiótica

A revisão de literatura se provou uma ferramenta importante para a pesquisa, fornecendo uma robustez de dados quantitativos e qualitativos. O conjunto dos dados possibilitou compreender a aplicação de jogos digitais em tratamentos da depressão do ponto de vista científico e contrastar este conhecimento com o ponto de vista empírico, o que não somente reforçou o incômodo inicial que levou ao problema de pesquisa — de que a voz do jogador era a menos ouvida — como abriu novas perspectivas. Especialmente as lacunas encontradas

---

<sup>4</sup> Unidade pública destinada ao atendimento especializado a pessoas idosas e a pessoas com deficiência que tenham algum grau de dependência de cuidados (Ministério da Cidadania).

tornaram-se oportunidades de agregar teorias e métodos transversais para atender à questão norteadora.

O propósito é olhar para os sujeitos e contextos, mais do que para a tecnologia em si; para as pessoas que jogam e as interações que os *games* promovem não só entre indivíduos diferentes, mas entre um indivíduo e si mesmo; sobre a dimensão existencial que os jogos digitais alcançam, potencialmente benéfica no auxílio ao enfrentamento da depressão. É frequente que os jogadores depressivos que se amparam em discussões de fóruns e redes sociais relatem não se sentir vistos ou ouvidos em suas vidas “reais”, muitas vezes nem por seus próprios terapeutas. Por outro lado, os relatos sobre as experiências nos jogos digitais sugerem que as vivências virtuais muitas vezes preenchem vazios reais. O que significa para uma pessoa dizer que certo jogo a faz “sentir-se importante” (KRISS, 2020, p.164)? A busca por significados direcionou a pesquisa à semiótica, afinal, o ser humano externaliza para o mundo o que sente por meio da linguagem verbal e não-verbal.

Tomando-se o jogo digital como elemento sintático no contexto de redes de atores envolvidos em tratamentos da depressão, é possível tecer a partir destes uma teia de significados advindos de suas percepções. O que o jogo (artefato mediador da rede de atores) significa para o profissional de saúde enquanto ferramenta terapêutica; para o *game designer* enquanto produto do seu trabalho; para a sociedade enquanto produto cultural; e, principalmente, para o jogador com depressão?

Para este contexto, foi identificado um instrumento científico que permite a investigação das questões apresentadas, a Teoria das Semioses Criativas e Orientadas, de Winfried Nöth. O autor descreve três categorias elementares de experiência: *Primeiridade*, a categoria da qualidade; *Secundidade*, a categoria da experiência; e *Terceiridade*, a categoria da interpretação (NÖTH, 1995). Por meio destas categorias acontecem as relações de significância, que produzem significados; ou seja, as semioses. Nesta pesquisa, pretende-se estudar mais a fundo as relações de significância estabelecidas entre jogo, paciente e terapeuta:

- Primeiridade → sintaxe: a experiência oferecida pelo jogo em si;
- Secundidade → semântica: a experiência mediada nas interações com o jogo;
- Terceiridade → semiose: a experiência percebida na relação subjetiva com o jogo.

Nöth fala sobre a interpretação de um signo (no caso, o jogo digital) ser um processo dinâmico na mente do receptor (1995, p. 68), e de duas categorias de significância: as semioses criativas, que seriam as interpretações livres, e as semioses orientadas, vinculadas a sistemas significantes pré-codificados.

Buscando-se uma abordagem específica para o levantamento dessas categorias de experiências para a compreensão das relações de significância, propõe-se o uso da Teoria Ator-Rede (TAR) de Latour (2005). Segundo o autor, ela permite a descrição de relações entre diferentes atores, formadas por vínculos dinâmicos, resultantes dos distintos papéis por eles desempenhados. Ainda, ela se torna especialmente pertinente para o campo do Design por incorporar atores não humanos nessa representação, conectando diferentes discursos e evidenciando as controvérsias presentes no contexto investigado.

Segundo van Amstel (2015), as controvérsias consistem em relevantes oportunidades para projetos impulsionados por contradições. Isso ocorre porque as tensões identificadas podem ser utilizadas como propulsores de mudanças em ações projetuais dialéticas que alternam os

momentos de análise e síntese em criações que negociam e ampliam o espaço de possibilidades de design.

Assim, combinando-se a teoria de Nöth à Teoria Ator-Rede de Latour no contexto desta pesquisa, tem-se os seguintes sistemas significantes dentro da rede de atores:

*O terapeuta parte do ponto de vista clínico:* há um universo pré-determinado de interpretações disponíveis ao terapeuta, vinculado à prática clínica (e.g. tipos específicos de psicoterapia aplicada, como a cognitiva-comportamental).

*O pesquisador parte do ponto de vista científico:* há um universo pré-determinado de interpretações disponíveis ao pesquisador, vinculado à sua episteme (e.g. resultados possíveis de acordo com uma metodologia específica; instrumentos de avaliação específicos como as Escalas de Beck para verificar melhora de quadros depressivos).

*O designer de jogos com fins terapêuticos parte do ponto de vista técnico:* há um universo pré-determinado de interpretações disponíveis ao designer, vinculado à sua prática projetual (e.g. escolha de determinadas mecânicas de acordo com a demanda do usuário).

*A sociedade parte do ponto de vista sociocultural:* há um universo pré-determinado de interpretações disponíveis às pessoas que não consomem jogos digitais e/ou conteúdo relacionado, vinculado a dogmas culturais (e.g. estigmatização de certos tipos de jogos ou do próprio *hobby* de jogar *games*).

*O ponto de vista do jogador:* ao longo da primeira etapa da pesquisa, confirmou-se que os estudos científicos na área (jogos digitais aplicados em estratégias de enfrentamento à depressão) costumam focar nas semioses orientadas dos pesquisadores, ou seja, nas suas interpretações, as quais, naturalmente, estão vinculadas ao sistema significante de sua práxis científica. As semioses orientadas acabam tendo uma visão instrumentalista por sua codificação restrita (NÖTH, 1995, p. 313; p. 263). Já as semioses criativas recaem na imprevisibilidade do receptor (NÖTH, 1995, p. 253). O que se sugere na presente pesquisa é a adoção da semiótica para explorar a significância da experiência de jogo para o jogador com depressão, evidenciando a sua “semiose criativa”.

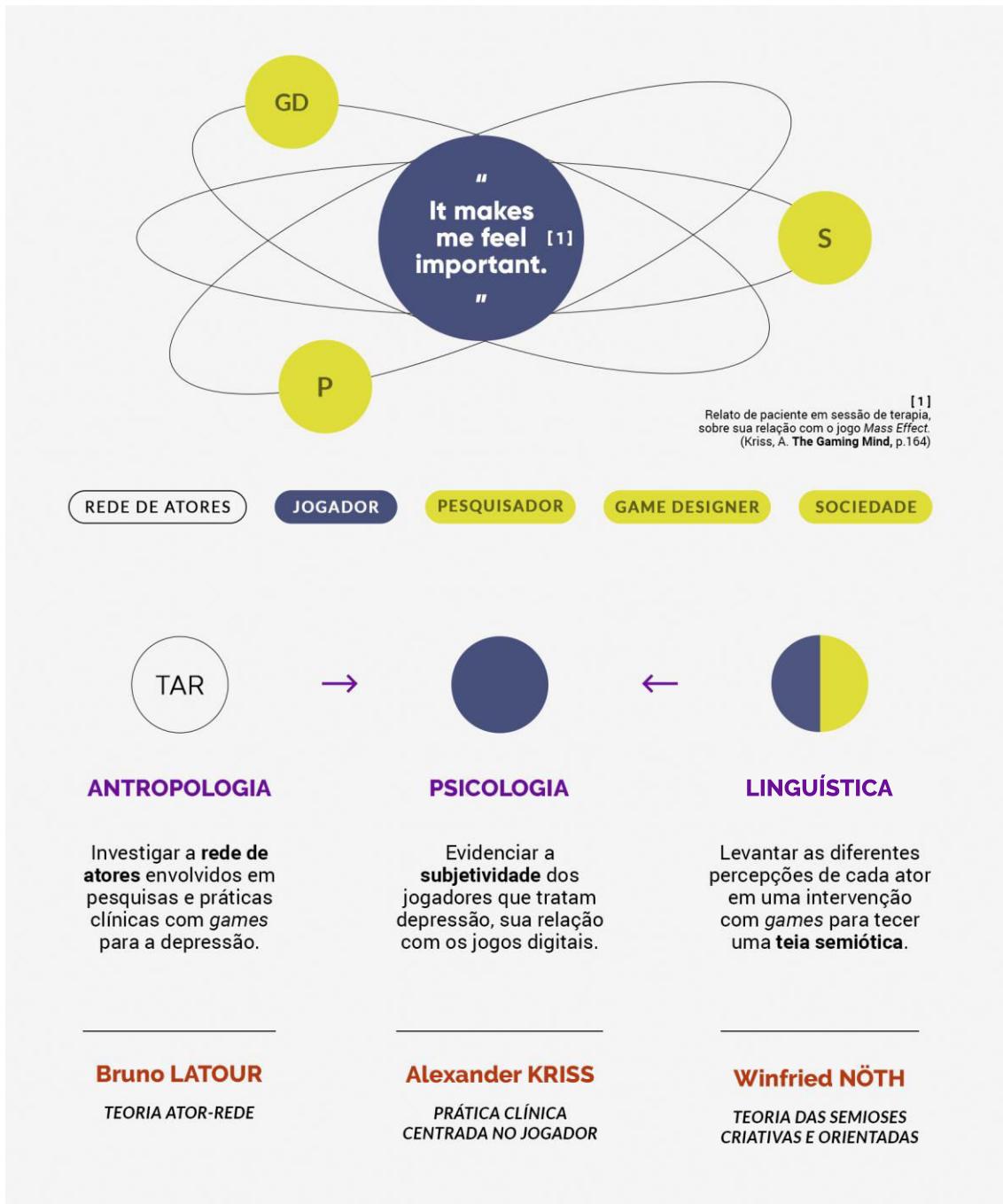
### **3.1 Um panorama teórico metodológico**

Do levantamento inicial revelou-se a necessidade de se identificar um repertório para pesquisas de caráter exploratório e abordagem qualitativa, considerando-se o foco na dimensão subjetiva da experiência de jogo para o jogador com depressão. Analisar qualitativamente baseia-se nas experiências, é “situacional e humanístico”, como aponta Stake (2011, p. 41), e deve tratar os indivíduos e suas complexidades como únicos, “mesmo que de modos parecidos com outros indivíduos”.

Partindo-se do pressuposto empírico surgido de uma análise preliminar em fóruns de discussão e redes sociais, de que os jogos digitais já auxiliam incidentalmente os jogadores com depressão, buscou-se, inicialmente, compreender o atual panorama do conhecimento científico acerca do tema conduzindo uma revisão de literatura sobre as pesquisas com a utilização de jogos digitais em tratamentos da depressão nos últimos cinco anos. Em seguida, da comparação entre o que se depreendeu da análise preliminar e da revisão de literatura, fez-se necessário definir um aporte teórico-metodológico que possibilitasse responder aos questionamentos levantados a partir das dissonâncias encontradas nas percepções de quem trata e de quem é tratado, no que se refere à utilidade dos jogos digitais no enfrentamento ao transtorno depressivo.

Para tanto, sugere-se ancorar a pesquisa nos campos epistemológicos da antropologia e da linguística, identificando-se a Teoria Ator-Rede e a Teoria das Semioses Criativas e Orientadas, de Bruno Latour e de Winfried Nöth, respectivamente. Entende-se que ambos os referenciais possam ser utilizados para instrumentalizar investigações desta natureza: a primeira pode servir de moldura para a segunda, mapeando-se a rede de atores a fim de se tecer conexões entre as suas semioses. Ainda, é importante que essas abordagens levem em consideração o campo específico da prática clínica centrada no jogador. Portanto, sugere-se a articulação deste arcabouço teórico-metodológico para a construção de uma Teia Semiótica, considerando-se a experiência oferecida pelo jogo (sintaxe), as percepções de cada ator da rede baseadas em seus modos particulares de interação (semânticas) e suas relações de significância estabelecidas subjetivamente (semioses), ilustrada pela Figura 1.

Figura 1 – Esquema ilustrativo da articulação entre os referenciais teóricos.



Fonte: Próprios autores.

#### 4 Considerações e aberturas

Os estudos mais recentes sobre intervenções terapêuticas com *games* demonstraram que o conhecimento científico sobre o tema apresenta lacunas relevantes, como, por exemplo, a falta de esforços voltados ao público que, além de ser um dos mais afetados pelo transtorno, é o que mais consome jogos digitais hoje em dia — adultos entre 18 e 40 anos (YANEV, 2021). No contexto presente do avanço da doença, especialmente em faixas etárias cada vez mais jovens, é crucial que se amplie o conhecimento sobre potencialidades que estão sendo subaproveitadas no enfrentamento ao transtorno depressivo, como a relação que os próprios jogadores constroem com os ambientes virtuais dos jogos, transformando-os em mundos terapêuticos. Esta prospecção visa, por meio do Design, entremear a Psicologia, a Antropologia e a Linguística em uma Teia Semiótica, a fim de oferecer um olhar aprofundado à subjetividade do jogador que sofre com a depressão.

A abordagem ainda carece de uma validação empírica, o que consiste na atual agenda de pesquisa dos autores. Visando a continuidade dessas investigações, são especulados possíveis métodos para se construir a Teia Semiótica, com os quais busca-se tornar o principal objeto da pesquisa — o jogador com depressão — em sujeito produtor de conhecimento relevante sobre si e sua condição, diferenciando-se das demais produções atuais. Sugere-se inicialmente um recorte etnográfico digital com grupos de jogadores que usam fóruns como espaços de terapia em grupo, mesmo que incidentalmente, para a localização inicial dos principais atores envolvidos. Em seguida, recomenda-se a abordagem etnográfica em campo. Ainda, é importante abordar jogadores e demais atores do contexto investigado sem antecipar uma determinada organização, seguindo a perspectiva de Latour (2005), na qual é importante deixar que os atores desdobrem seu leque de controvérsias para a identificação de padrões. Além disso, considera-se relevante o acompanhamento da prática terapêutica em ambientes clínicos que já utilizem jogos digitais em seus processos, considerando-se as devidas questões éticas de pesquisa nesses contextos.

Por meio da detecção de tendências, lacunas e oportunidades inexploradas no enfrentamento à depressão centradas na pessoa que joga, espera-se evidenciar sua subjetividade, trazendo uma perspectiva que possa contribuir para o desenvolvimento de novas práticas terapêuticas com jogos digitais para jogadores com depressão; na ampliação do entendimento sobre o tema dentro e fora do meio acadêmico; na desestigmatização social dessas pessoas; e na amplificação de vozes que sofrem em silêncio.

#### 5 Referências

- American Psychological Association - APA; Trad. Aristides Volpato Cordioli et al. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- COOPER, D. What is a mapping study? **J. Med. Library Association**, Bethesda, v.104, n.1, p. 76-78, jan. 2016. DOI: 10.3163/1536-5050.104.1.013
- DENTON, M. **Mobile Gaming Makes Up Over 50% of the Global Games Market**. Gamify, Pyrmont, 2018. Disponível em: <<https://www.gamify.com/gamification-blog/mobile-gaming-now-makes-up-more-the-50-of-the-global-games-market-in-2018>> Acesso em: jul. 2021.
- For those using games to help with depression during these times, share what you are playing.** Reddit, 14 jun. 2020. Disponível em: <[https://www.reddit.com/r/Games/comments/h95elk/for\\_those\\_using\\_games\\_to\\_help\\_with\\_depression](https://www.reddit.com/r/Games/comments/h95elk/for_those_using_games_to_help_with_depression/)> Acesso em: 10 nov. 2020.

GLIOSCI, R.; Silva, T. B. P. Therapeutic Interventions with Video Games in Treatments for Depression: A Systematic Review. Material não publicado. 2022.

HIGGINS et al. **Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions**. Hoboken: Wiley-Blackwell, 2019.

**Indústria de jogos é mais rentável do que as de cinema e música juntas; veja comparação.**  
Folha de São Paulo, São Paulo, 24 jun. 2020. Disponível em: <<https://f5.folha.uol.com.br/nerdices/2020/06/industria-de-jogos-e-mais-rentavel-do-que-as-de-cinema-e-musica-juntas-veja-comparacao.shtml>> Acesso em: 24 jun. 2010.

KRISS, A. **UNIVERSAL PLAY - How Videogames Tell Us Who We Are and Show Us Who We Could Be**. Reino Unido: Robinson, 2019.

LATOUR, B. **Reassembling the Social: An introduction to Actor-Network-Theory**. Nova Iorque: Oxford University Press, 2005.

LI et al. Game-Based Digital Interventions for Depression Therapy: A Systematic Review and Meta-Analysis. **Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking**, New Rochelle, v.17, n.8, p. 519–527, 31 jul. 2014. DOI: 10.1089%2Fcyber.2013.0481

MATTOS, L. **Pesquisa aponta aumento de ansiedade e tristeza em jovens na pandemia**. Folha de São Paulo, São Paulo, ano 101, n. 33.822, 19 ago. 2020. Disponível em: <<https://www1.folha.uol.com.br/cotidiano/2020/08/pesquisa-aponta-aumento-de-ansiedade-e-tristeza-em-jovens-na-pandemia.shtml>> Acesso em: 19 ago. 2020.

McGONIGAL, J. **Reality Is Broken: Why Games Make Us Better and How They Can Change the World**. Londres: Penguin Books, 2011.

NÖTH, W. **Panorama da Semiótica: De Platão a Peirce**. São Paulo: Annablume, 1995.

Ministério da Cidadania. **Centro Dia**. Governo Federal, Brasília, n.d. Disponível em: <<https://www.gov.br/cidadania/pt-br/acesso-a-informacao/carta-de-servicos/desenvolvimento-social/assistencia-social/centro-dia-1>> Acesso em: set. 2021.

MOHER et al. **Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement**. PRISMA, 2009. Disponível em: <<http://www.prisma-statement.org>> Acesso em: mar. 2021

Organização Pan-Americana de Saúde - OPAS. **Depressão**. Escritório Regional para as Américas da Organização Mundial da Saúde, Representação da OPAS e da OMS no Brasil, Brasília, 2020. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/topicos/depressao>> Acesso em: jul. 2021.

Organização Pan-Americana de Saúde - OPAS. **OMS divulga primeira diretriz sobre intervenções de saúde digital**. Escritório Regional para as Américas da Organização Mundial da Saúde, Representação da OPAS e da OMS no Brasil, Brasília, 17 abr. 2019. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/noticias/17-4-2019-oms-divulga-primeira-diretriz-sobre-intervencoes-saude-digital>> Acesso em: jul. 2021.

PARK, A. **'Gaming Disorder' Is Now an Official Medical Condition, According to the WHO**. Time, Nova Iorque, 29 mai. 2019. Disponível em: <<https://time.com/5597258/gaming-disorder-icd-11-who>> Acesso em: jul. 2021.

RAPHAEL, P. **75,8% dos gamers brasileiros jogaram mais durante a pandemia**. The Enemy, São Paulo, 07 abr. 2021. Disponível em: <<https://www.theenemy.com.br/mobile/pgb-2021-gamers-brasileiros-pandemia>> Acesso em: 07 abr. 2021.

SMITH, E. **What Is Therapeutic Intervention in Psychology?** HealthyPlace, Inc., San Antonio, 2019. Disponível em: <<https://www.healthyplace.com/other-info/mental-illness-overview/what-is-therapeutic-intervention-in-psychology>> Acesso em: jul. 2021.

STAKE, Robert E.; Trad. Karla Reis. **Pesquisa qualitativa: estudando como as coisas funcionam.** Porto Alegre: Penso, 2011.

VAN AMSTEL, F. M. C. **Expansive design: designing with contradictions.** Doctoral thesis, University of Twente. 2015.

VIANA, R. **Atendimentos do SUS a jovens com depressão crescem 115% em três anos.** G1 – Bem-Estar, São Paulo, 17 set. 2019. Disponível em: <<https://g1.globo.com/bemestar/depressao/noticia/2019/09/17/atendimentos-do-sus-a-jovens-com-depressao-crescem-115percent-em-tres-anos.ghtml>> Acesso em: abr. 2021.

WINNICOTT, D. W. **Playing and Reality.** New York: Routledge, 2005.

WITKOWSKI, W. **Videogames are a bigger industry than movies and North American sports combined, thanks to the pandemic.** MarketWatch, Nova Iorque, 2 jan. 2021. Disponível em: <<https://www.marketwatch.com/story/videogames-are-a-bigger-industry-than-sports-and-movies-combined-thanks-to-the-pandemic-11608654990>> Acesso em: jul. 2021.

YANEV, V. (2021). **Video Game Demographics – Who Plays Games in 2021?** Techjury, 2021. Disponível em: <<https://techjury.net/blog/video-game-demographics>> Acesso em: ago. 2021.