

Wendell Luiz Linhares
(Organizador)



Educação Física e Áreas de Estudo do Movimento Humano

Wendell Luiz Linhares
(Organizador)



Educação Física e Áreas de Estudo do Movimento Humano

Atena
Editora
Ano 2019

2019 by Atena Editora
Copyright © Atena Editora
Copyright do Texto © 2019 Os Autores
Copyright da Edição © 2019 Atena Editora
Editora Chefe: Prof^a Dr^a Antonella Carvalho de Oliveira
Diagramação: Karine de Lima
Edição de Arte: Lorena Prestes
Revisão: Os Autores



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição Creative Commons. Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof^a Dr^a Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^a Dr^a Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Faria – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Prof^a Dr^a Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof^a Dr^a Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso
Prof^a Dr^a Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof^a Dr^a Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Universidade Federal do Maranhão
Prof^a Dr^a Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Prof^a Dr^a Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^a Dr^a Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^a Dr^a Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Prof^a Dr^a Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof^a Dr^a Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Prof^a Dr^a Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Prof^a Dr^a Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof^a Dr^a Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof^a Dr^a Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto
Prof. Dr. Alexandre Leite dos Santos Silva – Universidade Federal do Piauí
Profª Drª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)	
E24	Educação física e áreas de estudo do movimento humano [recurso eletrônico] / Organizador Wendell Luiz Linhares. – Ponta Grossa, PR: Atena Editora, 2019. Formato: PDF. Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader. Modo de acesso: World Wide Web. Inclui bibliografia. ISBN 978-85-7247-869-4 DOI 10.22533/at.ed.694192612 1. Educação física – Pesquisa – Brasil. I. Linhares, Wendell Luiz. CDD 613.7
Elaborado por Maurício Amormino Júnior CRB6/2422	

Atena Editora
Ponta Grossa – Paraná - Brasil
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

A Educação Física, cada vez mais, tem se configurado como um campo acadêmico-científico que possibilita o encontro e, por conseguinte, o diálogo entre diversas áreas do conhecimento. Desta forma, o presente e-book “Educação Física e Áreas de Estudo do Movimento Humano” se constitui numa obra composta por quatorze artigos científicos, os quais estão divididos em dois eixos temáticos distintos, entretanto, interdependentes. No primeiro eixo intitulado “Exercício Físico e Movimento Humano”, é possível encontrar estudos que discutem o exercício físico aplicado a sujeitos com especificidades distintas, a partir de diferentes modalidades esportivas. No segundo eixo intitulado “Educação Física Escolar, Práticas Pedagógicas e Corporais”, é possível verificar estudos que discutem diferentes aspectos da Educação Física Escolar, que vão desde a organização pedagógica das aulas, perpassando por aspectos inclusivos, práticas corporais como as lutas e as atividades circenses, até as representações sociais que são criadas por professores. Não obstante, o presente e-book reúne autores de diversos locais do Brasil e do exterior, por consequência, de várias áreas do conhecimento, contribuindo para discussões de grande relevância da Educação Física. Portanto, é com grande entusiasmo e expectativa que desejo uma boa leitura a todos.

Wendell Luiz Linhares

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	1
A IMPORTÂNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO SISTEMATIZADO PARA ATLETAS DE VÍDEO JOGOS	
Rudá Gonçalves Espírito Santo	
DOI 10.22533/at.ed.6941926121	
CAPÍTULO 2	8
AVALIAÇÃO DERMATOGLÍFICA EM JOGADORES UNIVERSITÁRIOS DE VOLEIBOL	
Hugo Politano	
Fabiana Neves Politano	
Anna Paula Silvério Silva	
Douglas Tribst Costa	
Ídico Luiz Pellegrinotti	
DOI 10.22533/at.ed.6941926122	
CAPÍTULO 3	18
AVALIAÇÃO DO DESENVOLVIMENTO MOTOR DE PESSOAS COM TRANSTORNO DO DESENVOLVIMENTO INTELECTUAL (TDI) EM OFICINAS INCLUSIVAS DE TAEKWONDO	
Natália Monaco de Castro	
Marina Mathias Baptista Guimarães	
Thais Yuri Jo Santos	
Luan Tremante Espósito Pinheiro	
Eduardo Dias de Souza	
Gabriela Garcia Jimenez	
DOI 10.22533/at.ed.6941926123	
CAPÍTULO 4	32
EFEITOS DO EXERCÍCIO AERÓBIO NO RISCO CARDIOVASCULAR DE MULHERES EM AYACUCHO	
Oscar Gutiérrez Huamaní	
Florabel Rosario Narváez Lope	
Guadalupe Infante Escriba	
Edwin Héctor Eyzaguirre Maldonado	
Ciro Augusto Madueño García	
Juan Pariona Cahuana	
Magna Maricia Meneses Callirgos	
Jessica Rodrigues Pereira	
DOI 10.22533/at.ed.6941926124	
CAPÍTULO 5	44
GINÁSTICA LABORAL: PESQUISA INTERVENTIVA COM TRABALHADORES DO COMÉRCIO	
Marília Ferreira Silva	
Carmen Lucia Rocha Silva	
Luzia Samira Silva de Jesus	
Fernando Alves Ferreira	
Renata Machado de Assis	
DOI 10.22533/at.ed.6941926125	

CAPÍTULO 6	51
INFLUÊNCIA DA TECNOLOGIA NA AQUISIÇÃO DE HABILIDADES MOTORAS EM ADOLESCENTES	
Alan Cristian Alves Brito	
Luiz Eduardo Vieira Lemos	
Marco José Mendonça de Souza	
Eliana da Silva Coêlho Mendonça	
DOI 10.22533/at.ed.6941926126	
CAPÍTULO 7	63
INFLUÊNCIAS BIOECOLÓGICAS DA PRÁTICA DA NATAÇÃO NA VIDA DE UMA PESSOA COM DEFICIÊNCIA ACOMETIDA POR AVE: UM ESTUDO DE CASO	
Debora Gambary Freire Batagini	
Milton Vieira do Prado Junior	
Letícia do Carmo Casagrande Morandim	
Luis Felipe Castelli Correia de Campos	
Rubens Venditti Junior	
DOI 10.22533/at.ed.6941926127	
CAPÍTULO 8	79
ROTINA DE TREINO E SUPLEMENTAÇÃO NUTRICIONAL EM ATLETAS DE ALTA PERFORMANCE: UM LEVANTAMENTO BIBLIOGRÁFICO	
Emilton Lima de Carvalho	
Thiago dos Santos Maciel	
DOI 10.22533/at.ed.6941926128	
CAPÍTULO 9	90
A ORGANIZAÇÃO PEDAGÓGICA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA: ENTRE O REAL E O DESEJADO	
Flávio Alves Oliveira	
Ana Cristina Santos Duarte	
Miquéias Pereira dos Santos	
Gênesis Oliveira Rocha	
Erlan Pereira Santos	
Fátima Moraes Garcia	
DOI 10.22533/at.ed.6941926129	
CAPÍTULO 10	105
EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: REPRESENTAÇÕES SOCIAIS ELABORADAS SEUS PROFESSORES	
Maria de Fátima Ferreira de Vasconcelos	
Pedro Humberto de Faria Campos	
DOI 10.22533/at.ed.69419261210	
CAPÍTULO 11	131
LA INCLUSIÓN EN EDUCACIÓN PRIMARIA CON ESPECIAL INCIDENCIA EN LA EDUCACIÓN FÍSICA	
José Eugenio Rodríguez-Fernández	
Jorge Rodríguez Serrada	
Mary Ely Rodríguez Blanco	
DOI 10.22533/at.ed.69419261211	

CAPÍTULO 12	143
LUTAS CORPORAIS: DESAFIOS POSSÍVEIS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR	
Dionny Felipe	
Flávio Pereira Pires	
José Roberto Gonçalves de Abreu	
Romário Guimarães Franca	
Grimaldo Patrício Ferreira	
Roberto da Silva	
Marli Quimquim	
DOI 10.22533/at.ed.69419261212	
CAPÍTULO 13	153
O CIRCO NA ESCOLA: UMA PROPOSTA DE TRABALHO COM MATERIAIS ALTERNATIVOS	
Ana Claudia Gonçalves Cunha	
Gledys Bitencourt Correa da Silva	
Jéssica de Freitas Alvarez Simon	
Lilian Pereira dos Santos Silva	
Simone Domingues Marques de Lauro	
DOI 10.22533/at.ed.69419261213	
CAPÍTULO 14	163
O DESUSO DAS UNIDADES TEMÁTICAS NÃO-ESPORTIVAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA	
Luciano Barreto Lima	
DOI 10.22533/at.ed.69419261214	
SOBRE O ORGANIZADOR	176
ÍNDICE REMISSIVO	177

A IMPORTÂNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO SISTEMATIZADO PARA ATLETAS DE VÍDEO JOGOS

Rudá Gonçalves Espírito Santo

Universidade Federal de Pernambuco,
Departamento de Educação Física

Recife – Pernambuco

RESUMO: O e-Sports (esporte eletrônico), um conceito que vem ganhando o cenário esportivo em todo mundo, é uma modalidade onde vídeo jogos, computadores, celulares e outros materiais eletrônicos são utilizados para gerar uma realidade virtual competitiva. Os praticantes do e-Sport, denominados cyber atletas, passam a mostrar melhor rendimento durante as competições, resultados esses de treinamentos virtuais específicos em cada modalidade. Durante o processo de pesquisa relacionado ao rendimento, destacamos a falta de preparo físico. A proposta desta revisão bibliográfica apresentar que o exercício físico sistematizado pode trazer benefícios e proporcionar um desenvolvimento no rendimento durante a competição dos e-Sports.

PALAVRAS-CHAVE: Esporte Eletrônico; Vídeo Jogos; Exercício Físico; Cyber atleta.

THE IMPORTANCE OF PHYSICAL EXERCISE SYSTEMATIZED FOR VIDEO GAME PLAYERS

ABSTRACT: The e-Sport, a concept which is spreading all around the world, is a modality where video games, computers, mobile phones and other electronic devices are used in order to create a competitive virtual reality. The e-Sport “players”, called cyber athletes, reveals a better performance during the competitions. This performance is a result of virtual trainings specified in every modality. During the research process related to the performance, we highlighted the lack of physical preparation. The aim of this biographical revision is to show that the systematized physical exercise may be brings benefits and provide a development in the performance during the competition.

KEYWORDS: e-Sport; Video Game, Physical exercise; Cyber Athlete.

1 | INTRODUÇÃO

Ao longo do desenvolvimento informático, vê-se uma atração muito grande para os jogos eletrônicos. Tendo sua criação admitida pela comunidade científica por volta da década de 1950, pelo físico americano Willy Higinbotham. O jogo criado naquela época, e que, atualmente conhece-se por “Pong” assemelha-se a um jogo de tênis. Este se tornou um estímulo para o

público de Nova York visitar as instalações dos laboratórios militares durante a Guerra Fria. Desde então, foi notado o valor que as pessoas davam aos jogos eletrônicos. Em 1996, a indústria de vídeo games somou recursos a ponto de conseguir arrecadar 2,6 bilhões de dólares.

Atualmente, a tecnologia está associada ao uso de eletrônicos - vídeo games, computadores, smartphones, dentre outros. Segundo pesquisa realizada pelo IBOPE (Instituto Brasileiro de Opinião e Estatística), mais da metade das pessoas da atual geração possui videogame, como também, existe alta afinidade na compra de artigos relacionados a esportes.

Campeonatos de jogos virtuais surgem e tornam-se atrativos e com uma capacidade de movimentar fundos monetários imensos. Assim como todo esporte profissional, existem suas federações, patrocinadores, equipes, atletas e torcedores, o esporte eletrônico não é diferente; são elaborados os campeonatos mundiais pelas federações nacionais e internacionais com equipes se enfrentando em competições coletivas e individuais, e, juntamente com estes jogos torcedores fanáticos os acompanham. O eletrônico Sport ou e-Sport, que pode, também, ser chamado de Cyber Sports, é definido pela OCA (Olympic Council of Asia) como jogos de vídeo game competitivos, podendo ser de tiro, estratégia ou de esportes. Foi introduzido ao Asian Indoor Games em 2007. Já a CBEE (Confederação Brasileira de Esportes Eletrônicos), criada em 2006 para fiscalizar e manter supervisão do e-Sport no país, vai além. Relata que qualquer atividade que utilize o meio eletrônico, podendo ser vídeo games, computadores, celulares e até jogos envolvendo robôs. Devido a sua expansão, tornou necessária a criação de uma federação internacional para organizar essas atividades que estavam crescendo em vários países. Com isso, criou-se a federação internacional de esportes eletrônicos, a IeSF, fundada em 8 de agosto de 2008. No início, eram nove países associados. Com o passar dos anos, quarenta e dois países fazem parte dessa associação. Nesse mesmo ano de criação da IeSF, Chen (2008) publicou um artigo falando sobre o bem-estar associado com jogos eletrônicos, demonstrando que haveria um crescente para o público virtual e, ainda com base nesses dados, relatou que cerca de 40% dos usuários de internet são de jogadores.

Devido ao crescimento das competições do meio virtual, os praticantes dos videogames foram então denominados “cyber atletas”. Partindo desse ponto, a revisão bibliográfica foi traçada para mostrar que não é só o treinamento virtual que é importante, mas que o treinamento físico pode exercer grandes benefícios para o cyber atleta durante sua exibição.

O cyber atleta necessita de algumas capacidades para conseguir destaque no seu meio. Fundamentalmente são funções cognitivas e psicomotoras, onde passam o processo de informações, de aprendizagem, de memória, atenção e solução de problemas.

A proposta deste estudo tem como objetivo explicar os benefícios da atividade física para os atletas de alto rendimento dos esportes eletrônicos, mostrando que além

da tática esportiva utilizada, o rendimento físico pode ser um fator decisivo durante as competições.

2 | METODOLOGIA

Tendo em vista que o objetivo do trabalho é realizar uma revisão bibliográfica sobre a importância do exercício físico sistematizado para atletas de vídeo jogos, foi realizada uma revisão qualitativa de pesquisa referente ao tema. A procura para a relevância do exercício físico para o atleta de vídeo jogo foi coletada na base de dados do Scielo e PubMed. Foram reunidos 34 (trinta e quatro) artigos e 2 (dois) livros sobre o tema ou relacionado a ele, dos quais 17 (dezesete) artigos e 2 (dois) livros foram analisados com mais cautela e adicionados a construção da presente revisão, tendo visão da pertinência das informações contidas no trabalho. Dentre os materiais escolhidos, houve escolhas de artigos em duas línguas, sendo elas o português e o inglês.

Foram utilizados os seguintes descritores para o momento da busca: “Esporte Eletrônico, Vídeo Jogos, Exercício Físico e Cyber atleta” nas bases de pesquisa. No mais, pesquisas quantitativas, qualitativas e revisões bibliográficas foram colocadas na seleção deste trabalho. A partir desse momento, a análise e interpretação do material foram divididas em quatro, segundo Marconi e Lakatos (2003): a) apreciação do material em forma crítica; b) dissecar os elementos mais importantes; c) reunir e classificar; d) a análise final.

Todos os dados foram analisados de forma qualitativa, onde, neste trabalho, foi demonstrado a importância do exercício físico sistematizado para atletas de vídeo jogos. No referencial teórico, optou-se por descrever os benefícios cognitivos para o atleta de vídeo jogo que realiza um exercício físico sistematizado e o controle no estresse, envolvendo os fatores internos e os fatores situacionais.

3 | REVISÃO DE LITERATURA

O esporte eletrônico como competição tem crescido de forma particular e seu modo de acesso tem se tornado cada vez mais fácil. Assim como Metkalf e Pammer (2014) apresenta que apenas um título sozinho foi vendido com mais de 27 milhões de cópias, tornando assim, uma forma mais viável de tornar-se um atleta virtual. Devido ao crescimento das competições do meio virtual, os praticantes dos vídeo jogos foram então denominados “cyberatletas”. Em seu estudo no Ceará, Valentim publicou que são esses atletas responsáveis por participar e mergulhar no meio virtual, promovendo disputas e competições.

Com devida proporção, as equipes chegaram ao ponto alto de exigência para com os cyberatletas. Treinamentos mais rigorosos, sangue frio, reflexos e ações rápidas, como o eSports Yearbook (2009/2011/2012) trás. Partindo desse ponto, a

revisão bibliográfica foi traçada para mostrar que não é só o treinamento virtual que é importante, mas que o treinamento físico pode exercer grandes benefícios para o cyber atleta durante sua exibição.

O cyber atleta necessita de algumas capacidades para conseguir destaque no seu meio. Fundamentalmente são funções cognitivas e psicomotoras, onde passam o processo de informações, de aprendizagem, de memória, atenção e solução de problemas. Segundo de Mello et. al. (2005), a literatura mostra que desde a década de 1970 tem voltado sua atenção para a relação entre o exercício físico sistematizado e as relações psicobiológicas. E nesses estudos, os resultados para o processo cognitivo foram de suma importância, já que os resultados comprovaram os benefícios desses exercícios.

Com essa combinação de recebimento de informação e resposta, o cyber atleta pode conseguir as vantagens necessárias e, também, os recursos necessários para definir cada situação no seu momento preciso. De acordo com Colcombe et al. (2003), com o passar do tempo, nosso processo cognitivo vai diminuindo, por causa da perda do tecido encefálico.

Mas não só a idade afeta diretamente no processo cognitivo do nosso cérebro. Alguns outros eventos também têm essa característica, Hanna et al. (2006) destaca o sedentarismo, a ansiedade e o estresse mental.

Com o desenvolvimento do e-Sports tornou-se necessário treinamentos específicos. Porém devido ao formato de competição, o material eletrônico estimula o cyber atleta a ficar em alguma posição acomodada enquanto a máquina, de fato, gera toda a ação propriamente dita. No decorrer dos eventos, não existe uma hora certa para cada jogo, podendo levar minutos para acabar ou até horas. Free To Play é um documentário realizado pela Valve, uma empresa de jogos, que mostra alguns problemas entre os cyber atletas e seus pais. Era o tempo em que eles passavam em frente ao computador. Alguns autores, completando essa informação, associam isso a uma barreira, imposta pela pessoa. Elas são de ordem cognitiva, emocional e psicológica e, segundo Mariana et al., as mais relatadas foram as de preguiça, falta de tempo e baixa auto eficácia das atividades físicas. Utilizando desse recurso, podemos notar a deficiência dessas atividades nesse meio.

Sabemos que durante uma competição, as características cognitivas são de grande destaque. Durante esse período de estresse, são tomadas decisões importantes, quer seja para um atleta, quer seja para o time completo. Alguns autores mostram em seus dados que pessoas ativas produzem uma resposta cognitiva melhor do que os sedentários. De forma que elas têm um risco de desordem mental menor do que as não ativas fisicamente.

A atividade física traz em seu conceito uma melhora nesse processo cognitivo e psicomotor. Weingarten (1973) concluiu que atividades físicas tem um impacto positivo no fator cognitivo em tarefas de alta complexidade. Hanna et al. (2006) relata que, em sua pesquisa, obtiveram uma melhora na agilidade, atenção, memória e no

humor de pessoas sedentárias. Em uma progressão de estudos, vemos que autores vêm concordando com a importância do exercício físico para o processo cognitivo. Gutin (1973) constatou em seu estudo que o efeito do exercício físico é avaliado pela complexidade da função ou tarefa cognitiva e pelo tempo da atividade física em si, emitindo um alerta a função cognitiva tornando a decisão mais rápida mesmo com a tarefa cognitiva difícil. Taylor (1985) mostrou em sua pesquisa no departamento de Psiquiatria em Stanford um desenvolvimento cognitivo quando pessoas foram submetidas a atividades físicas. E completa que uma parada de atividades físicas pode adicionar, em conjunto com a desordem da própria personalidade e outros problemas pessoais, uma trilha para um caminho do lado psicológico negativo, como depressão, por exemplo. Constatou que tenha uma frequência, uma duração, uma forma e uma intensidade dos exercícios de maneira que, a melhor maneira para cada pessoa, deva ser tratada. Hanna (2006) traz que:

“O exercício físico pode interferir na performance cognitiva [...] em função do aumento nos níveis dos neurotransmissores e por mudanças em estruturas cerebrais (isso seria evidenciado na comparação de indivíduos fisicamente ativos x sedentários)”

de Mello (2005) mostra que o exercício físico sistematizado traz diversos benefícios, podendo ser físico tal como psicológico, proporcionando assim, um melhor rendimento nos objetivos pessoais.

Contudo, durante um processo competitivo, devido ao nível de pressão externa e interna para ter um melhor resultado nas competições, os cyber atletas gastam horas, sentados, assistindo as suas partidas, as partidas dos adversários e treinando virtualmente para melhorarem de rendimento. Pires et al. (2003) encontraram em sua pesquisa relacionando o hábito de atividade física e a vulnerabilidade ao estresse em adolescentes que, a maioria deles gasta seu tempo em atividades diárias sentadas, e que não estão inclusas as atividades físicas. Foi constatado, também, que a maior parte dos adolescentes sofre de estresse prejudicial para a saúde. Nota-se então que o nível de sedentarismo provoca uma vulnerabilidade ao estresse.

Adicionando isso ao fator competitivo de estresse, Junior (2002) traz em sua revisão que foram constatados dois tipos de fatores estressantes, os fatores individuais e os fatores situacionais. Nos primeiros fatores, foram constatados que a capacidade física, a habilidade técnica, o medo de decepcionar as pessoas e a falta de repouso aumentam a chance de o estresse prejudicial vir à tona. Como situacional, o autor explica que os aspectos específicos do jogo, técnicos, treinamentos inadequados e os companheiros de equipe são pontos fortes no crescimento do estresse prejudicial.

Notando que todo o time se torna um ou quando o cyber atleta compete sozinho, o estresse é fator crucial nas decisões, podendo ser resultante no resultado final da competição.

Segundo Pires et al. (2004) evidenciaram em seu estudo que conforme vai

aumentando o nível do esforço em exercícios físicos, o nível de estresse prejudicial à saúde diminui. van der Zwan et al. (2015), registraram em sua pesquisa feita na Holanda que houve melhora no estresse, ou seja, uma redução do estresse com a inserção de exercícios físicos na rotina.

4 | CONCLUSÕES

Com o crescimento do esporte eletrônico e seu nível de competição, o treinamento que o cyber atleta passa é de suma importância para sua performance durante a competição ou prova. Treinamento esse que envolve horas de observação e treino específico. Levando em consideração todo esse processo, vemos que o exercício físico geralmente não faz parte do treinamento do cyber atleta.

Tendo em vista que o exercício físico é importante, levantaram-se fatos que incluir um treinamento sistematizado na rotina do cyber atleta pode ser importante, proporcionando benefícios para o seu rendimento durante a competição, tais como uma melhora cognitiva, com decisões mais rápidas, uma melhora na agilidade mental, na atenção, na memória e no estresse, fator esse que também é crucial nas tomadas de decisões e rendimentos dentro da competição ou prova.

Com base nos dados, podemos notar que a inclusão do exercício físico sistematizado é uma estratégia de valor positivo, aumentando, assim, o arsenal de ações positivas e benéficas para os pontos colocados em discussão.

REFERÊNCIAS

ALVES, L.; Et al. Videogame: Suas implicações para aprendizagem, atenção e saúde de crianças e adolescentes. **Rer Med Minas Gerais**; v. 19, n. 1, p. 19-25, 2009.

ANTUNES, H. K. M.; Et al. Exercício físico e função cognitiva: uma revisão. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 12, n. 2, p. 108-114, março/abril, 2006.

ANTUNES, H. K. M.; Et al. Alterações Cognitivas em Idosas Decorrentes do Exercício Físico Sistematizado. **Revista da Sobama**, v. 6, n. 1, p. 27-33, dezembro, 2001.

CHEN, L. S. Subjective Well-Being: Evidence from the Different Personality Traits of Online Game Teenager Players. **CyberPsychology & Behavior**, v. 11, n. 5, p. 579-581, 2008.

CHRISTOPHERS, J.; SCHOLZ, T. M. **eSports Yearbook 2011/2012**. Alemanha: Books on Demand 2012.

CHRISTOPHERS, J.; SCHOLZ, T. M. **eSports Yearbook 2009**. Alemanha: Books on Demand 2010.

COLCOMBE, S. J.; Et al. Aerobic Fitness Reduces Brain Tissue Loss in Aging Humans. **Journal of Gerontology: Medical Sciences**, v. 58A, n. 2, p. 176-180, 2003.

DALFOVO, M. S.; LANA, R. A.; SILVEIRA, A. Métodos Quantitativos e Qualitativos: Um resgate teórico. **Revista Interdisciplinar Científica Aplicada**, Blumenau, v. 2, n. 4, p. 01-13, 2008.

JUNIOR, D. d. R. A competição Como Fonte de Estresse no Esporte. **Rev. Bras. Ciên. e Mov.**,

Brasília, v. 10, n. 4, p. 19-26, outubro, 2002.

JUNIOR, D. d. R.; DESCHAMPS, S.; KORSAKAS, P. Situações Causadoras de “Stress” No Basquetebol De Alto Rendimento: Fatores Competitivos. **Rev. Paul Educ. Fís.**, São Paulo, v. 13, n. 2, p. 217-229, julho/dezembro, 1999.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia cinetífica**. Ed. 5, São Paulo: Atlas 2003.

MELLO, M. T. d.; Et al. O exercício físico e os aspectos psicobiológicos. **Rev Bras Med Esporte**, v. 11, n. 3, p. 203-207, maio/junho, 2005.

METCALF, O.; PAMMER, K. **Impulsivity and Related Neuropsychological Features in Regular and Addictive First Person Shooter Gaming**. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Austrália, v. 17, n. 3, p. 147-152, 2014.

PIRES, E. A. G.; Et al. Hábitos de atividade física e o estresse em adolescentes de Florianópolis – SC, Brasil. **R. bras. Ci. e Mov.**, v. 12, n. 1, p 51-56, 2004.

SANTOS, M. S.; Et al. Barreiras para a prática de atividade física em adolescentes. Um estudo por grupos focais, **Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum**, v. 12, n. 3, p 137-143, 2010

SUISSA, A. J. Cyberaddictions: Toward a psychosocial perspective. **Addictive Behaviors**, 12. Canada, v. 39, p. 1914-1918, dezembro, 2014.

VALENTIM, D. C. **Unidos Pelo Controle: Uma Etnografia das Práticas de Sociabilidades dos Cyberatletas do Futebol Digital**. 2012. 205. Tese de mestrado – UFC, Fortaleza.

WERNECK, F. Z.; FILHO, M. G. B.; RIBEIRO, L. C. S. Efeitos do Exercício Físico Sobre os Estados de Humor: Uma Revisão. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte e do Exercício**, p. 22-54, 2006.

ZWAN, J. E. v. d.; Et al. Physical Activity, Mindfulness Meditation, or Heart Rate Variability Biofeedback for Stress Reduction: A Randomized Controlled Trial. **Appl Psychophysiol Biofeedback**, junho, 2015.

SOBRE O ORGANIZADOR

Wendell Luiz Linhares: Possui graduação plena em Ciências Biológicas pelo Centro Universitário Leonardo da Vinci – UNIASSELVI (2011), especialização “Lato Sensu” em Educação e Gestão Ambiental pela Faculdade de Ensino Superior Dom Bosco (2011). Em 2016 concluiu sua segunda graduação, sendo o curso de licenciatura em Educação Física pela Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG e em 2019 se tornou Mestre em Ciências Sociais Aplicadas, pelo Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG). Seus estudos têm como objeto o Esporte, sobretudo, o Futebol, tendo pesquisado suas diversas manifestações durante a graduação e pós-graduação. Atualmente têm desenvolvido pesquisas relacionadas ao processo de “identificação e pertencimento clubístico” e atua como docente da disciplina de Educação Física na Rede Particular de Ensino da cidade de Ponta Grossa – Paraná.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Agilidade 4, 6, 8, 69

Artes marciais 18, 19, 21, 22, 25, 152, 168, 169

Atletas 1, 2, 3, 4, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 17, 20, 64, 68, 75, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 85, 86, 87, 88, 95, 108

Aulas de educação física 31, 60, 90, 96, 103, 154, 155, 162, 163, 172, 175

Autonomia 18, 19, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 52, 66, 68, 73, 75, 78, 100

C

Capacidades físicas 8, 29, 60, 95, 96, 120, 126

Cardiovascular 32, 33, 34, 35, 36, 37, 39, 40, 41, 42, 43

Circo 153, 154, 155, 156, 162

Conteúdos não-esportivos 163

Coordenação motora 11, 15, 22, 29, 51, 60, 126, 155, 167

Cyber atleta 1, 2, 3, 4, 5, 6

D

Deficiência 4, 18, 19, 20, 29, 30, 63, 64, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 74, 75, 76, 77, 78

Dermatoglifia 8, 10, 11, 12, 15, 16, 17

Docentes 90, 103, 135, 136, 139, 146, 151, 173, 174

E

Educação física escolar 31, 51, 60, 94, 96, 99, 102, 103, 105, 107, 110, 112, 114, 115, 118, 120, 121, 123, 125, 126, 128, 129, 130, 143, 145, 147, 153, 154, 155, 162, 165, 174, 175

Educación física 42, 102, 103, 104, 131, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142

Educación primaria 131, 137, 139

Esporte de participação 19

Esporte eletrônico 1, 2, 3, 6

Estudantes 38, 40, 51

Estudo de caso 63, 64, 69, 77, 78, 104

Exercício aeróbio 32, 37, 40, 41

Exercício físico 1, 3, 4, 5, 6, 7, 37, 41, 48, 66, 95, 101

F

Fisioterapia 19, 21, 22, 26, 72, 77

G

Ginástica laboral 44, 50

I

Inclusión 131, 132, 133, 134, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142

L

Luta corporal 143, 145, 151

M

Materiais alternativos 153, 166

Músculos 67, 69, 79, 86, 87, 164

N

Natação 29, 37, 63, 64, 67, 68, 69, 70, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 88

P

Pessoa com deficiência 19, 29, 63, 64, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 74, 75, 76, 77, 78

Práticas y estrategias inclusivas 131

Prática pedagógica 16, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 97, 98, 101, 102, 103, 123, 128, 129, 151, 152, 174

Pressão arterial 32, 33, 34, 35, 36, 37, 39, 40, 41

Promoção da saúde 41, 44, 45, 46, 50, 95, 96, 97, 101

R

Representações sociais 105, 107, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 117, 126, 128, 129

Risco 4, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 40, 41, 42, 46, 58, 60, 65, 80

S

Saúde 5, 6, 8, 10, 11, 19, 29, 30, 32, 33, 34, 36, 37, 40, 41, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 55, 56, 61, 65, 77, 79, 80, 81, 82, 94, 95, 96, 97, 98, 100, 101, 102, 103, 108, 113, 115, 117, 118, 121, 122, 125

Saúde escolar 51

T

Tecnologia 2, 51, 53, 55, 56, 57, 60, 61, 63, 173

Teoria bioecológica do desenvolvimento humano 64, 67, 70, 76

Trabalhador lojista 44

Treinamento esportivo 79, 97

U

Unidades temáticas 163, 164, 165

Universitário 8, 175, 176

V

Vídeo jogos 1, 3

Voleibol 8, 9, 10, 12, 15, 16, 17, 88

