

Trabalho apresentado no 20º CBCENF

Título: VIDEOGAMES ATIVOS COMO FERRAMENTA PARA PROTEÇÃO DA SAÚDE CARDIOVASCULAR

Relatoria: WILKSLAM ALVES DE ARAÚJO
EMANOELLA CARNEIRO DE SOUZA
GABRIELA LEMOS DE AZEVEDO MAIA

Autores: IZABELLE SILVA DE ARAUJO
KAROLINE TEIXEIRA PASSOS DE ANDRADE
FERDINANDO OLIVEIRA CARVALHO

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Cuidado, Tecnologia e Inovação

Tipo: Pesquisa

Resumo:

INTRODUÇÃO: as doenças cardiovasculares encontram-se entre as principais causas de mortalidade no mundo. Entretanto, tem surgido uma nova categoria de videogames como uma possível ferramenta para proteção da saúde cardiovascular. **OBJETIVO:** realizar uma revisão sistemática na literatura sobre os benefícios dos videogames ativos nas variáveis cardiovasculares. **METODOLOGIA:** trata-se de um estudo de revisão sistemática, que foi conduzido conforme a metodologia PRISMA. Artigos científicos caracterizados como ensaios clínicos foram pesquisados nas bases de dados da Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs); Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Portal Capes entre os períodos de 2012 a 2016. Utilizando-se a associação entre os descritores controlados em ciências da saúde: "Atividade Física," "Exergames" e "Sistema Cardiovascular". A seguir, foram categorizados segundo os critérios da escala de qualidade de JADAD. **RESULTADOS/DISCUSSÃO:** foram analisados sete artigos (disponíveis em: 4-Lilacs; 2-SciELO; 1-Portal Capes), com amostra total de 85 sujeitos, de ambos os sexo e diferentes faixas etárias, submetidos a avaliações de variáveis cardiovasculares durante sessões de videogames ativos. O escore geral, resultante da avaliação da qualidade dos estudos, foi de 3,0. Em todos os artigos foram evidenciadas elevação significativa da frequência cardíaca e pressão arterial durante a prática dos jogos. Percebeu-se que o "Kinect Sports Boxe" (boxe) e "Dance Central" (vôlei) foram os jogos de avaliação mais citados na literatura para esse desfecho, pois atingiram a intensidade moderada nos diversos momentos da intervenção, de acordo com as recomendações e diretrizes do "American College Sports of Medicine", sendo ainda considerada uma excelente estratégia de lazer em atividades da vida cotidiana. **CONCLUSÃO:** a pesquisa bibliográfica realizada possibilitou a comprovação que os videogames ativos provocam efeitos protetores na frequência cardíaca e atenua a pressão arterial sistêmica, podendo ser utilizados como dispositivo para prevenção e controle da saúde cardiovascular, como também estimular a prática da atividade física.