

PLATAFORMA LEONARDO - DISCIPLINA DE ÉTICA EM PESQUISA - PPGCIMH - FEFF/UFAM

Carimbo de data/hora: 2025-09-30 16:07:04.229000

Nome do Pesquisador: marcus de sousa medeiros

A pesquisa envolve seres humanos, na qualidade de participante da pesquisa, individual ou coletivamente de forma direta ou indireta, em sua totalidade ou partes dela, incluindo o manejo de informações ou materiais? Maiores informações ver Resolução 466, Resolução 510: Sim

Instituição Proponente: PPGCIMH - Faculdade de Educação Física e Fisioterapia

Este é um estudo internacional?: Não

Grandes Áreas do Conhecimento (CNPq) (Selecione até três):: Grande Área 2. Ciências Biológicas, Grande Área 4. Ciências da Saúde

Propósito Principal do Estudo (OMS):: Ciências Sociais, Humanas ou Filosofia aplicadas à Saúde

Título Público da Pesquisa:: GAME OF LIFE: UMA INVESTIGAÇÃO ENTRE A ATIVIDADE FÍSICA, QUALIDADE DO SONO E OS SINTOMAS CAUSADOS PELO TRANSTORNO DE JOGOS DA INTERNET (TJI)

Título Principal da Pesquisa:: GAME OF LIFE: UMA INVESTIGAÇÃO ENTRE A ATIVIDADE FÍSICA, QUALIDADE DO SONO E OS SINTOMAS CAUSADOS PELO TRANSTORNO DE JOGOS DA INTERNET (TJI)

Será o pesquisador principal?: Sim

Desenho:: Trata-se de uma investigação com caráter quantitativo e transversal. Sobre isso, o público alvo será constituído por alunos do Ensino Fundamental II da rede pública de Manaus, com a faixa etária de 12 a 15 anos. No qual serão utilizados instrumentos validados para mensurar a atividade física, qualidade do sono e sintomas do Tji nesta população. Ademais, utilização de ferramentas estatísticas para análise dos dados e por fim concluir o estudo baseado nas informações apuradas.

Financiamento:: Institucional Principal

CNPJ: 04.378.626/0001-97

Nome da Instituição: Universidade Federal do Amazonas

CNPJ.1: 04.378.626/0001-97

Nome da Instituição.1: Universidade Federal do Amazonas

Palavras-Chave 1: Atividade física

Palavras-Chave 2: Qualidade do sono

Palavras-Chave 3: Transtorno de jogos da Internet

Resumo: O trabalho intitulado "GAME OF LIFE: Uma investigação entre a atividade física, qualidade do sono e os sintomas causados pelo Transtorno de Jogos da Internet (TJI)" busca analisar a relação entre prática de atividade física, qualidade do sono e sintomas de TJI em adolescentes da rede pública de Manaus. Sendo realizado um estudos transversal e quantitativo, utilizando instrumentos validados para mensurar cada variável de interesse. A população da pesquisa foi composta por alunos do Ensino Fundamental da Escola Estadual Cônego Azevedo,

Introdução: É indiscutível o avanço tecnológico no mundo ao decorrer de todos esses anos, a partir principalmente da invenção dos smartphones e aplicativos, no qual o cotidiano da sociedade transformou a tecnologia em uma ferramenta indispensável (CASTELLS, 2013). Observa-se também a popularização entre os jovens (crianças e adolescentes) através dos denominados conteúdos de tela, entre os exemplos mais concretos, estão as redes sociais e os jogos eletrônicos. No entanto, a Universidade de São Paulo (USP) especificamente do instituto de Psicologia, realizou um estudo no qual relatou que cerca de 85% dos jovens da faixa etária de 12 a 14 anos, utilizam jogos eletrônicos no momento de lazer. Porém, desses 85%, 28,17% demonstraram sintomas compatíveis com o Transtorno de Jogo pela Internet (TJI). Segundo Pontes e Griffiths (2015) “O Transtorno de Jogos da Internet é uma condição emergente reconhecida como potencialmente danosa, especialmente entre adolescentes, envolvendo sintomas semelhantes aos dos transtornos por uso de substâncias, como tolerância, abstinência e prejuízo funcional”. Dessa forma, a problemática refere-se em saber se há algum efeito adverso nos adolescentes por conta do tempo excessivo de utilização dos conteúdos de tela. Mediante aos benefícios da prática, é possível adquirir habilidades de aprimoramento da tomada de decisão, raciocínio rápido e motricidade fina. Todavia, o uso excessivo pode ocasionar o abandono de atividades essenciais, tais como: sono regulado, alimentação apropriada, estudos, práticas esportivas e contato social. Além do mais, esses aspectos podem contribuir para elementos negativos voltados à saúde, como: sedentarismo e má postura corporal (Abreu & Spritzer, 2008). Assim como, influência nas respostas metabólicas e fisiológicas (frequência cardíaca e pressão arterial), em virtude da intensificação das atividades sedentárias (Wang & Perry, 2006). Sob esta perspectiva, a condição do sedentarismo é um fato a ser tratado com muito cuidado, sendo que o mesmo é um fator de risco danoso para adolescentes, pois ocasiona doenças cardiovasculares e metabólicas, dessa forma, a atividade física torna-se um dos principais meios de combate (HALLAL et al., 2006). Para a Organização Mundial de Saúde (OMS), a atividade física é um dos principais indicadores de saúde (OMS, 2009). Assim como para Vieira (2002), “a atividade física auxilia no desenvolvimento do adolescente e na redução dos riscos de futuras doenças, além de exercer importantes efeitos psicossociais”. Além do mais, a qualidade do sono demonstra um fator importante neste contexto, pois o mesmo é uma necessidade fisiológica fundamental e insubstituível, no qual está ligado ao funcionamento de todos os sistemas do corpo humano, e a sua qualidade está associada a indicadores de saúde física e mental (COLRAIN, 2011). Na adolescência, a qualidade do sono pode ser interferida por diversos fatores externos, no que pode desencadear em insônia ou sonolência diurna (CARSKADON, 2011). Diante disso, mesmo que a quantidade de sono seja relativa para cada ser humano, é recomendada uma duração de pelo menos 8 horas por noite, assim podendo combater a sonolência diurna (PEREIRA et al., 2015). Portanto, é de mera importância o trabalho e a atenção sobre essas variáveis, tendo em vista o alto poder de contribuição em todas as alas da vida de cada indivíduo, não só físico, mas também nas relações sociais, diminuição de ansiedade e aperfeiçoamento de habilidades emocionais (WHO, 2020). Sob tais fatos relatados, felizmente é possível encontrar diversos estudos muito ricos em conteúdos e bases teóricas voltados a temática da utilização excessiva de conteúdos de tela, assim como já citado, a dependência dos jogos eletrônicos e suas causas. É crucial destacar que condições como depressão, suicídio, transtorno de ansiedade social, transtorno de ansiedade generalizada, transtorno obsessivo-compulsivo e transtorno de déficit de atenção aparecem em estudos como comorbidades relevantes entre indivíduos que são viciados em jogos eletrônicos. Especialistas sugerem que os jogadores possam recorrer a essa forma de entretenimento para atenuar sintomas de depressão, o que os torna mais propensos a desenvolverem uma dependência (LIU; POTENZA, 2007; MORRISON; GORE, 2010). Todavia, é limitada a temática de investigação visando uma solução da problemática, muito menos, tentativas de intervenção. Desta forma, com a conclusão deste trabalho, este cenário tem a possibilidade de ser alterado. Sendo que o intuito do mesmo está voltado para tentativa de redução dos danos por intermédio dos avanços tecnológicos presentes do cotidiano da população no geral, em especial, a sociedade jovem. Sobre isso, de acordo com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) a Educação Física no âmbito escolar é além da prática esportiva, ela é integrada na formação geral dos estudantes, com intuito de desenvolver competências e habilidades relacionadas ao físico, psíquico e social. Sob esta perspectiva, a Educação Física é uma ferramenta a ser

utilizada para o bem estar da população estudantil, dessa forma, a intenção deste trabalho é de investigar se a atividade física e a qualidade do sono amenizam danos ocasionados pelos conteúdos de tela, em discentes da rede pública de ensino da capital de Manaus.

Hipótese: atividade física e qualidade do sono estão relacionados a sintomas do Transtorno de Jogos da Internet

Objetivo Primário: Analisar se a qualidade do sono e a atividade física estão relacionados com sintomas do Tji

Objetivo Secundário: Analisar se a qualidade do sono e a atividade física estão relacionados com sintomas do Tji

Metodologia Proposta: Trata-se de uma investigação com caráter quantitativo e transversal. Sobre isso, o público alvo será constituído por alunos do Ensino Fundamental II da rede pública de Manaus, com a faixa etária de 12 a 15 anos. Sob esta perspectiva, entre os instrumentos estarão presentes um questionário sociodemográfico, e os demais validados, de acordo com cada variável independente presente no estudo. Sendo assim, o instrumento IGD-20 (Internet Gaming Disorder Scale) com o objetivo de identificar alunos enquadrados no Transtorno de Jogos da Internet (TJI). Ademais, o Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI) e Pediatric Daytime Sleepiness Scale (PDSS), para mensurarem a qualidade do sono, e, por fim, o instrumento PAQ-A, adaptado do Self-Administered Physical Activity Checklist (SAPAC), ambos voltados em identificar a atividade física dos alunos. Após isso, as respostas de cada processo serão organizadas em planilhas (Excel) e futuramente serem integradas a análise dos dados de forma estatística, levando em consideração a utilização do Teste T Student para comparação de médias, em seguida, a Correlação de Pearson ou Spearman, com as variáveis TJI, atividade física e sono.

Crítérios de Inclusão (Amostra): Alunos em que obtém acesso a jogos eletrônicos; Alunos residentes na cidade de Manaus; Alunos concordantes em participar da pesquisa.

Crítérios de Exclusão (Amostra): Alunos ausentes em qualquer aplicação dos instrumentos; Alunos sem permissão dos responsáveis para participar do estudo.

Riscos: Risco mínimo, voltado a desconforto em realizar as respostas dos instrumentos.

Benefícios: Possibilidade de alertar pais, responsáveis e as instituições sobre as respostas da pesquisa

Metodologia de Análise dos Dados: Realização de análises estatísticas, sendo incluídos: Teste T Student, direcionada para a comparação de variáveis; Correlação de Pearson ou Spearman, relacionado as variáveis da atividade física, sono e Transtorno de Jogos da Internet.

Desfecho Primário: Apurar a se a relação da atividade física e a qualidade do sono afetam os sintomas do Tji

Tamanho da Amostra: Alunos da rede pública de Manaus do Ensino Fundamental 2

Haverá uso de fontes secundárias de dados (prontuários, dados demográficos, etc)?: Sim

Informe o número de indivíduos abordados pessoalmente, recrutados, ou que sofrerão algum tipo de intervenção neste centro de pesquisa. Descreva por tipo de participante, ex.: Escolares (10); Professores (15); Direção (5): escolares

O estudo é multicêntrico: Sim

Descreva as instituições envolvidas (Nome, Cidade, Estado, País): Universidade Federal do Amazonas, da cidade de Manaus, estado do Amazonas, país Brasil

Propõe Dispensa de TCLE?: Não

Haverá retenção de amostras para armazenamento em banco?: Não

Cronograma (PDF): [clique aqui para acessar](#)

Orçamento Financeiro (Listar Item e valor, ao final, apresentar valor total): Deslocamento ao visitar a instituição por 2 meses = 300 r\$; Materiais de campo: Impressão de questionários, termos, papelaria= de 500 a 800 r\$ (se realizado por formulário online, ocorre a redução de custos); Software estatístico: 0-1000 r\$ (se necessário assinatura). Estimativa máxima de um orçamento de: 2.100 r\$

Bibliografia (ABNT):

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <https://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 20 maio 2025.

CARSKADON, M. A. Sleep in adolescents: the perfect storm. *Pediatric Clinics of North America*, v. 58, p. 637–647, 2011.

CASTELLS, Manuel. A sociedade em rede: do conhecimento à política. 6. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2013.

COLRAIN, Ian M. O sono e o cérebro. In: KRYGER, M. H.; ROTH, T.; DEMENT, W. C. (org.). *Princípios e prática da medicina do sono*. 5. ed. St. Louis: Elsevier Saunders, 2011. cap. 15.

KIM, S. Y. et al. The association between Internet use time and school performance among Korean adolescents differs according to the purpose of Internet use. *PLoS ONE*, v. 11, n. 4, e0154760, 2016.

LAM, L. T. Internet gaming addiction, problematic use of the internet, and sleep problems: A systematic review. *Current Psychiatry Reports*, v. 16, n. 4, p. 444, 2014.

LIU, T.; POTENZA, M. N. Problematic Internet use: clinical implications. *CNS Spectrums*, v. 12, n. 6, p. 453–466, 2007.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Recomendações mundiais sobre atividade física para a saúde. Genebra: OMS, 2009. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241599979>. Acesso em: 18 maio 2025.

PEREIRA, É. F.; BARBOSA, D. G.; ANDRADE, R. D.; CLAUMANN, G. S.;

PELEGRINI, A.; LOUZADA, F. M. Sono e adolescência: quantas horas os adolescentes precisam dormir? *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 64, p. 40–44, 2015.

PONTES, H. M.; GRIFFITHS, M. D. Measuring DSM-5 Internet Gaming Disorder: Development and validation of a short psychometric scale. *Computers in Human Behavior*, v. 45, p. 137–143, 2015.

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO. Instituto de Psicologia. Uso de jogos eletrônicos e sintomas de Transtorno de Jogo pela Internet em adolescentes de 12 a 14 anos. São Paulo: USP, 2023

VIEIRA, Luiz F. Psicologia do esporte: conceitos e aplicações. Porto Alegre: Artmed, 2002.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva: World Health Organization, 2

Projeto Detalhado / Brochura do Investigador: [clique aqui para acessar](#)

TCLE (Amostra) / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência: [clique aqui para acessar](#)

TCLE (Pais/Responsáveis) / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência: [\[clique aqui para acessar\]](#)