

# Estudos comprovam que videogames são benéficos

Videogames são benéficos a saúde! A afirmação pode até soar estranho para algumas pessoas contudo, estudos mostram que os jogos digitais motivam e trazem sensações boas para os jogadores e que tais sensações e motivações podem ser replicadas na vida real ultrapassando a barreira do mundo virtual.

O estudo da Universidade de Stanford também mostrou que tanto para homens quanto para mulheres os efeitos benéficos ajudam até na relação interpessoal, desmistificando a opinião de que os jogadores virtuais são pessoas isoladas e alheias ao mundo real.

Segundo especialistas, os adorados jogos mais complexos são os que mais treinam o cérebro e o corpo. Outro exemplo, que pessoas que jogam games musicais como Rock Band e Guitar Hero são mais inclinadas a aprender um instrumento musical e ter desempenho melhor do que iniciantes que não conheceram esses jogos.

*De acordo com psicólogos, os jogos servem como trampolim para a conquista da vida real, ao invés de meras distrações aos seus usuários. Enquanto se joga é possível adquirir diferentes sensações como motivação, realização, interação social, entre outros (principalmente em jogos multiplayer). Essas são sensações que podem levar a atitudes positivas, o que acaba ajudando a conquistar metas na vida real. Além disso, os games podem incentivar comportamentos mais saudáveis, dicas de segurança para crianças, auxílio para parar de fumar e até reabilitação de detentos. (GameReporter)*