AVALIAÇÃO DA UTILIZAÇÃO DE EXERGAMES E SEUS EFEITOS SOBRE A SAÚDE DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES, APÓS O DIAGNÓSTICO DE CÂNCER

Letícia Donário Rafael, Elisabete Maria de Oliveira, Gilmar Moraes Santos, Camila Isabel Santos Schivinski, Nicole Ribeiro, Hellen Sontag Cardoso, Magnus Benetti.

INTRODUÇÃO

De todas as doenças crônicas que acometem crianças e adolescentes, o câncer é uma das principais causas de mortalidade nessa faixa etária, com estimativa global de cerca de 400 mil novos diagnósticos anuais em indivíduos de 0 a 19 anos (WHO, 2026). Embora os avanços nos tratamentos oncológicos proporcionem taxas de sobrevida superiores a 80%, o processo terapêutico frequentemente acarreta repercussões adversas à saúde física e funcional, tais como fadiga relacionada ao câncer, fraqueza muscular e prejuízos na aptidão física e na qualidade de vida (LIMA et al., 2025).

Os exergames têm se mostrado uma ferramenta lúdica e eficaz de intervenção complementar à reabilitação e ao estímulo da prática de atividade física regular, promovendo maior adesão dos pacientes, melhora da tolerância ao exercício e redução da fadiga oncológica (LIMA et al., 2025). Assim, o presente trabalho tem como objetivo avaliar a utilização de exergames e seus efeitos sobre a saúde de crianças e adolescentes após o diagnóstico de câncer.

DESENVOLVIMENTO

O estudo foi conduzido em Florianópolis (SC), com uma amostra não probabilística intencional composta por 75 crianças e adolescentes de 6 a 15 anos incompletos, sendo 50 do sexo masculino (66,7%) e 25 do sexo feminino (33,3%), em acompanhamento ambulatorial no Setor de Oncologia do Hospital Infantil Joana de Gusmão (HIJG). Foram incluídos participantes residentes no estado de Santa Catarina, sem alterações cognitivas, capazes de manter o ortostatismo e de realizar exercícios aeróbicos, com diagnóstico confirmado de câncer. O foco principal consistiu na análise dos resultados obtidos por meio do Questionário de Atividade Física para Crianças (*Physical Activity Questionnaire for Older Children* - PAQ-C), buscando compreender os níveis de atividade física dos pacientes oncológicos que participaram da intervenção com exergames, desenvolvida com o intuito de estimular a prática regular de atividade física.

RESULTADOS

Ao analisarmos o perfil diagnóstico dos 75 participantes, constatou-se que o diagnóstico individual mais frequente foi a **Leucemia Linfoblástica Aguda**, correspondendo a **21,3%** dos casos, seguido por **Meduloblastoma** com **12,0%** e **Linfoma de Hodgkin** com **8,0%.** Observaram-se ainda **Leucemia Linfoide Aguda** - B em **6,7%**, **Linfoma Linfoblástico T** e **Astrocitom**a com **5,3%** cada ,além de **Tumor no cerebelo** + **tumor na tireoide**, **Leucemia Mieloide Promielocítica**, **Leucemia Linfoide Aguda Pré-B** e **Neuroblastoma**, cada um representando **4,0%** da amostra, e **demais diagnósticos** somando **25,3%**.

Quanto ao nível de atividade física avaliado pelo PAQ-C, o escore geral apresentou média de 1,94 ± 0,78 (mínimo de 0,78 e máximo de 3,50). O teste de Shapiro-Wilk evidenciou a não normalidade da distribuição dos dados ($W = 0,942$; $p = 0,0018$), fundamentando a priorização de testes não paramétricos para as análises comparativas. A maior parte da amostra concentrou-se nas faixas de menor atividade: 49,3% dos participantes foram classificados como sedentários e 9,3% como muito sedentários, totalizando 58,7% da amostra com baixa atividade física.

A prevalência elevada de baixa atividade física é um achado central do estudo e sustenta a relevância clínica de estratégias de promoção de movimento e atividade física na oncologia pediátrica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A expressiva prevalência de 58,7% de crianças e adolescentes sedentários ou muito sedentários evidencia a vulnerabilidade dessa população e sinaliza uma ampla necessidade de estratégias direcionadas à promoção de movimento. Nesse cenário, os *exergames* configuram-se como uma ferramenta lúdica, atrativa e clinicamente viável para estimular a prática regular de atividade física, favorecer a adesão à reabilitação e atenuar os efeitos negativos do tratamento oncológico. Assim, a utilização dos jogos ativos atua como um estímulo facilitador para despertar o interesse dos pacientes pelo movimento corporal e engajá-los em hábitos mais ativos, promovendo impactos positivos na saúde física.

Palavras-chave:
Exergame; criança; adolescente; câncer; atividade física; sedentarismo.

ANEXOS

Tabela 01. *Classificação do nível de atividade física*

Classificação	n	%
Muito Sedentário	7	9,3%
Sedentário	37	49,3%
Moderadamente Ativo	21	28,0%
Ativo	10	13,3%
Sedentário + muito sedentário	44	58,7%

n= 75; Fonte: dados do próprio autor

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Childhood cancer: key facts*. Genebra: WHO, 2026.

LIMA, T. T.; SANTOS, J. B. C. D.; FERREIRA, C. S.; SILVA, V. M. S.; ALLAHDADI, A. Q. G. D. S. Efeitos do Exergaming na Função Física e Adesão à Reabilitação na Oncologia Pediátrica: Revisão Sistemática. *Revista Brasileira de Cancerologia*, v. 71, n. 2, p. e-214996, 2025. DOI: https://doi.org/10.32635/2176-9745.RBC.2025v71n2.4996.

AVANCINI, A.; BORSATI, A.; TONIOLO, L.; CIURNELLI, C.; BELLUOMINI, L.; BUDOLFSEN, T.; LILLELUND, C.; MILELLA, M.; QUIST, M.; PILOTTO, S. Physical activity guidelines in oncology: A systematic review of the current recommendations. **Critical Reviews in Oncology/Hematology**, v. 210, p. 104718, 2025. DOI: https://doi.org/10.1016/j.critrevonc.2025.104718.

BAUMANN, F. T.; JENSEN, W.; BERLING-ERNST, A.; THEURICH, S.; LEITZMANN, M.; GÖTTE, M. Exercise Therapy in Oncology-the Impact on Quality of Life and Side Effects.

Deutsches Ärzteblatt International, v. 121, n. 10, p. 331–337, 2024. DOI: https://doi.org/10.3238/arztebl.m2024.0038.