

## Portugal a Brincar

Relatório do brincar de crianças portuguesas até aos 10 anos - 2018

Rui Mendes <sup>1</sup>, Lara Neves <sup>2</sup>, Ana Lourenço <sup>3</sup> & Madalena Diogo <sup>4</sup>

<sup>1</sup> Instituto Politécnico de Coimbra: Escola Superior de Educação - UNICID; IIA - ROBOCORP; CIDAF-UC

<sup>2</sup> IPC-ESE: Mestrado Jogo e Motricidade na Infância

<sup>3</sup> Instituto de Apoio à Criança - Sector da Actividade Lúdica

<sup>4</sup> Estrelas & Ouriços

---

### Introdução

Brincar é a forma mais natural da criança se expressar. Consta, enquanto Direito, na Convenção sobre os Direitos da Criança. Contudo, a vivência lúdica das sociedades, em todo o mundo, teve alterações muito significativas nos últimos anos: antigamente havia mais espaços e mais possibilidades para uma criança brincar livremente. O apanágio do sucesso, o ritmo desenfreado e o pensamento de que brincar não é sério apresentam consequências dramáticas para o desenvolvimento salutar das crianças (Neto & Lopes, 2017). Questiona-se, por exemplo, qual a relação entre o decréscimo do brincar no exterior e a obesidade e, a nível da saúde mental, e considerando todos os benefícios que o brincar tem a nível emocional e comportamental, supõe-se que o coartar da atividade lúdica natural e espontânea da criança se relacione com o aumento de questões como a depressão e a ansiedade na infância (Goldstein, 2012; Miller & Almon, 2009).

O Comité das Nações Unidas no seu Comentário Geral nº 17 (2013) impele a que se crie mais “tempo e espaço para que as crianças se envolvam em momentos de brincar, recreação e criatividade de forma livre e espontânea, promovendo atitudes sociais que apoiem e suportem tais atividades” (p. 3). O mesmo documento refere que o valor do brincar no bem-estar, saúde e desenvolvimento da criança é subestimado e desvalorizado: a primazia é dada ao desporto e a atividades estruturadas que muitas vezes são impostas às crianças sem considerar a sua voz. Igualmente, a pressão para o sucesso

---

académico deixa pouco espaço e pouco tempo nas escolas, onde as crianças passam a maior parte do seu tempo, para que as crianças brinquem, gastem energia e se desenvolvam, comprometendo as suas oportunidades para desenvolvimento da criatividade, exploração e desenvolvimento social.

É inquestionável que a atitude do adulto face ao brincar influencia a forma de brincar das crianças que o rodeiam, especialmente dos seus filhos (Whitebread, 2012). Assim, este estudo pretende saber e compreender qual a importância de brincar para os pais portugueses e também conhecer como brincam as crianças em Portugal hoje em dia.

## Caraterização da amostra

A amostra consiste em 1466 indivíduos com idades compreendidas entre os 20 e os 65 anos, com 39 anos de média de idade.

A maioria dos inquiridos é do género feminino (92,6%).

No que se refere ao **nível de escolaridade** dos indivíduos é possível observar que uma percentagem significativa (81,2%) tem escolaridade do ensino superior.

Relativamente ao **estado civil**, verifica-se que a maioria dos participantes é casado/a (61,4%). Os restantes elementos enquadram-se noutros estados civis, como união de facto (24,5%), solteiro/a (8,5%), divorciado/a (5,3%) e viúvo/a (0,3%).

Estas famílias caracterizam-se por ter em média 2 filhos, sendo que 48,8% das famílias têm apenas um filho e 2% têm mais de 3 filhos. Relativamente às crianças, as suas idades variam entre 1 e 10 anos (média de idade de 5 anos), sendo 54,9% rapazes e 45,1% raparigas. De referir que os hábitos de brincar, neste estudo, se centram no filho mais novo do agregado familiar.

Ainda sobre a caraterização das famílias, tendo em conta o rendimento mensal líquido (RML), verifica-se que os grupos mais representativos são as famílias com um RML entre 1501€ a 2000€ (25,9%) e o escalão de 1001€ a 1500€ (23,7%).

A maioria destas famílias (71,0%) vivem em apartamentos e as restantes (29,0%) vivem em moradias ou vivendas. Em 83,1% destas habitações vivem 2 adultos e 9,1% das crianças vivem em famílias monoparentais.

Em destaque também o facto de quase metade das crianças (49,2%) serem os únicos menores a viver na habitação. Em 39,9% coabitam duas crianças.

A amostra inclui elementos de todas as zonas geográficas de Portugal, incluindo os arquipélagos dos Açores e da Madeira, sendo que 58,2% da amostra reside na Área Metropolitana de Lisboa.

## A importância de Brincar

Neste estudo, verificou-se que a maioria dos pais acredita que brincar é importante sobretudo porque *“Promove o desenvolvimento afetivo e emocional da criança”* (31,3%). Salientaram ainda que brincar *“Estimula a imaginação e criatividade da criança”* (19,6%), *“Desenvolve as competências cognitivas da criança”* (16,0%) e que *“A criança aprende novos conhecimentos brincando”* (15,8%). Os aspetos menos valorizados são, curiosamente, algumas das maiores mais-valias que o brincar tem na vida das crianças: *“A criança precisa de se divertir”* (9,4 %), *“Auxilia a criança no desenvolvimento motor e físico”* (6,0%), *“Ajuda a criança na socialização”* (1,8%) e *“Desenvolve habilidades úteis na criança para a sua futura vida profissional”* (0,8%).

## Quanto tempo brincam as crianças portuguesas?

No que se refere ao tempo médio que as crianças portuguesas brincam por dia, verifica-se que a tendência se situa entre brincar 2 a 3 horas (25%) e brincar 5 ou mais horas (24,3%). Residualmente, 4,3% das crianças brincam até 1 hora por dia.

A maioria dos pais refere que as crianças não brincam tempo suficiente e gostariam que, na realidade, as crianças pudessem brincar mais. Assim, 44,5% dos pais consideram que o ideal seria que as crianças brincassem entre 5 ou mais horas por dia.

Tempo Médio Brincar (Dia)	Percentagem (%)	
	Real	Ideal
<b>1 hora ou menos</b>	4,3	0,1
<b>De 1 a 2 horas</b>	14,1	4,0
<b>De 2 a 3 horas</b>	<b>25,0</b>	12,3
<b>De 3 a 4 horas</b>	17,1	19,7

<b>De 4 a 5 horas</b>	<b>15,3</b>	<b>19,3</b>
<b>5 ou mais horas</b>	<b>24,3</b>	<b>44,5</b>

Estes resultados estão em conformidade com o facto de 69,7% dos pais considerarem que o elemento essencial para as crianças brincarem é simplesmente o tempo livre que dispõem, face à existência de brinquedos (8,2%) ou companhia dos pares (8,7%).

**O que pode fazer:** Contribua para que a criança tenha mais oportunidades para brincar durante o dia, dos pequenos momentos podem surgir grandes brincadeiras. Uma caixa de cartão pode ser bastante estimulante – para a criança é muito mais que uma caixa, é um brinquedo. A criatividade é a palavra de ordem! Deve estimulá-la no seu filho! Utilize as rotinas diárias como momentos de brincadeira, como a hora do banho e a hora de lavar os dentes.

**O que pode fazer:** Utilize as atividades diárias como o banho, as viagens de carro e a hora de fazer o jantar como algo divertido para a criança. Permita que a criança tenha tempo de brincadeira livre entre as atividades escolares e as atividades extracurriculares.

## Onde brincam as crianças portuguesas?

Não é de estranhar que seja na escola que as crianças brincam mais (53,8%), por ser também o local onde passam mais tempo diariamente. Os outros locais onde as crianças brincam com maior frequência são em casa (30,4%), a casa dos avós (6,3%), o centro de atividades de tempos livres (4,5%) e, por fim, a rua (2,2%). Estes dados destacam a baixa percentagem de crianças que brincam na rua. A preocupação em possibilitar que as crianças brinquem mais tempo na rua, em contacto com os elementos naturais, tem vindo a crescer, uma vez que estas brincadeiras já não fazem parte do quotidiano, comparativamente com o que acontecia no passado. Os pais parecem estar cada vez mais conscientes desta mudança e, assim, 41,2% afirma que gostaria de mudar esta realidade e que a rua fosse o principal local de brincadeira.

**O que pode fazer:** Os recreios são estimulantes o suficiente para a criança, proporcionam aventura e vão de encontro às necessidades e expectativas das crianças? Certifique-se disso quando escolhe a escola do seu filho. Tudo o que aprendem nestas idades fica para a vida toda. Procure conhecer quais as brincadeiras dos seus filhos na escola de forma a perceber se a escola dá liberdade para brincarem.

**O que pode fazer:** Proporcione brincadeiras ao ar livre que promovam o contacto com a natureza. Inclua o jardim, a praia, o parque e a floresta. O contacto com a natureza promove um aumento das defesas imunitárias das crianças, tornando-as mais fortes, e não só, estimula diferentes zonas do cérebro importantes para o seu desenvolvimento a diversos níveis. Estimule a brincadeira entre grupos de amigos ou vizinhos para brincarem na rua com o seu filho sob a supervisão de um adulto.

## Com quem brincam as crianças portuguesas?

Os momentos de brincadeira podem ser vivenciados de forma individual ou partilhada. Em Portugal, mais de metade das crianças partilham este momento, de forma habitual, com outras crianças da mesma idade (55,3%), com os irmãos (13,8%), com os pais em simultâneo (7,3%) e com crianças de outras idades (6,7%). Apenas 5,9% das crianças brincam a maior parte do seu tempo sozinhas.

As crianças habitualmente brincam com os pais em conjunto (31,4%) ou apenas com a mãe (22,9%). De forma menos representativa, surgem os irmãos (9,7%), apenas o pai (6,6%), os avós (4,6%) e os professores (3,1%). Apenas 6,9% dos inquiridos afirmam não brincar com os filhos. Os resultados demonstram também que os pais se envolvem como parceiros de brincadeira sobretudo nos casos das crianças até aos 3 anos.

Os pais assumem conseguir brincar mais tempo ao fim de semana do que durante a semana. Durante a semana a maioria (45,6%) consegue brincar no máximo uma hora por dia, 27,8% consegue brincar até 2 horas e 19,8% consegue brincar mais de 2 horas diárias com os seus filhos. À semelhança do desejo que as crianças brincassem mais tempo, os pais também gostariam de conseguir brincar mais tempo com os seus filhos.

Como suporte à promoção de brincadeiras, 34,7% dos pais afirma que tem em casa um livro, guia ou aplicativo com estratégias ou propostas de brincadeiras ao qual recorrem. No entanto, 19,1% das crianças são as principais responsáveis pelo desenvolvimento e construção autónoma das brincadeiras e, inclusive, 80,9% dos pais afirma que os seus filhos já lhes ensinaram alguma brincadeira.

**O que pode fazer:** Permita-se fazer companhia à criança nas suas brincadeiras, por vezes o melhor brinquedo da criança são os pais. Promova encontros com outras crianças fora da escola, a interação entre pares é fundamental para o desenvolvimento socio-afetivo.

**O que pode fazer:** Porque não passar pelo parque depois da escola, deixando a criança brincar ao ar livre, permita-se participar nas atividades lúdicas com o seu filho, e acima de tudo deixe-o escolher ao que quer brincar. Enquanto prepara o jantar deixe que o seu filho o ajude (dentro das suas possibilidades). No banho deixe a criança usufruir desse momento de relaxamento que acaba por ser uma brincadeira.

## Como brincam as crianças na Escola?

Uma vez que as crianças passam uma grande parte do seu tempo na escola, importa conhecer de que forma elas brincam neste contexto. Assim, de acordo com a opinião dos pais, apenas 0,5% das crianças que frequentam a escola não têm oportunidade para brincar no ambiente escolar.

Os pais referem que 20,5% das crianças brinca a tempo inteiro na escola (sobretudo nas faixas etárias mais baixas), 32,5% brinca apenas durante o recreio e 31,9% também tem oportunidade de brincar durante as aulas, por iniciativa do educador/professor.

Questionados sobre aquilo que sentem quando os seus filhos chegam a casa sujos por alguma brincadeira na escola, a maioria (75,8%) gosta e considera um sinal positivo de que a criança brincou durante o tempo de escola. Por outro lado, 0,8% dos pais não gosta e afirma que a escola deveria ser mais responsável pela higiene e apresentação das crianças e 0,5% considera que não existiu supervisão suficiente para evitar que a criança se sujasse.

Averiguou-se igualmente quais as brincadeiras preferidas das crianças e quais as brincadeiras que os pais preferem ter com as crianças. Assim, na opinião dos pais as crianças preferem brincadeiras ou jogos que se podem fazer ao ar livre (25,4%) e estas são também as preferidas dos pais (32,1%). São ainda mencionadas as brincadeiras de faz-de-conta, construção, e pintura ou desenho como as prediletas das crianças e dos pais, sendo que estes destacam ainda os jogos de tabuleiro.

**O que pode fazer:** Procure conhecer o professor que acompanha o seu filho e valorize um método de ensino que inclua o brincar.

**O que pode fazer:** Conheça a oferta lúdica que o seu filho tem na escola. Pode organizar, por exemplo, uma recolha de brinquedos entre pais de forma a enriquecer a escola.

**O que pode fazer:** Jogos educativos são importantes, uma vez que divertem e estimulam a aprendizagem das crianças, no entanto, devem incluir-se materiais que propiciem a brincadeira livre.

## O papel dos brinquedos

Os brinquedos podem influenciar a forma como as brincadeiras se desenrolam. Como tal, analisou-se a influência que estes têm sobre os hábitos de brincar das crianças portuguesas.

Os dados analisados mostram que a maioria das crianças recebe uma quantidade significativa de brinquedos ao longo do ano, sendo que apenas 0,4% das crianças não recebeu nenhum brinquedo no último ano. Das crianças que receberam brinquedos no último ano, 30,8 % receberam 15 ou mais brinquedos, 29,3% entre 6 a 10 brinquedos, 22,2% entre 10 a 15 brinquedos e 15,3% até 5 brinquedos.

A maioria destes brinquedos é oferecido em ocasiões especiais, tal como referem 46,9% dos pais que optam por oferecer brinquedos apenas em datas comemorativas. Os pais que optam por oferecer também ao longo do ano, fazem-no sobretudo mensal (20,1%) ou trimestralmente (19,8%), seguindo-se por semestre (5,3%) ou semanalmente (4,4%).

Tendencialmente, os pais optam por comprar estes brinquedos em grandes superfícies comerciais (56,4%) e 33,4% opta por adquirir brinquedos em lojas de especialidade. De forma menos representativa, alguns pais preferem comprar na internet (7,4%), no comércio local (0,3%) e ainda em lojas de 2º mão (0,1%).

Quanto aos principais responsáveis por oferecer brinquedos às crianças, os pais representam 36%, com especial enfoque para as mães (27,8% deste grupo), seguindo-se os avós (27%), outros familiares (26,2%) e, de forma menos representativa, os amigos (3,5%).

São diversos os critérios que influenciam a compra de determinado brinquedo pelos pais. A maioria (81,1%) refere a funcionalidade do brinquedo como o critério principal. Um número reduzido de pais considera importante a qualidade (9,1%) e o gosto pessoal da criança (6,5%).

Questionados sobre a doação de brinquedos da criança, 79,4% dos pais afirma fazê-lo com frequência. Desse grupo, 48,9% realiza uma doação por ano, 19,6% duas vezes, 4,4% três vezes e 6,5% opta por doar mais de três vezes por ano. A grande maioria dos pais informa as crianças sobre as doações (91,1%) e apenas 8,7% das crianças não consente as doações.

Também na escola as crianças têm contacto com brinquedos. Neste sentido, 64,1% dos pais considera que a escola disponibiliza um número de brinquedos suficiente para uma boa aprendizagem e desenvolvimento das crianças.

No que se refere à principal tipologia de brinquedos existentes na escola, os pais consideram que existe uma grande variedade. Assim, referem que 21,2% tem estruturas de brincar indexadas à tipologia de parque infantil (e.g., escorrega e baloiço), 20,7% disponibiliza uma oferta maioritariamente de brinquedos de faz-de-conta (e.g., carrinhos e bonecas), 13,4% investe mais em jogos educativos, 11,3% em brinquedos de construção (e.g. legos e puzzles) e apenas 1,4% disponibiliza brinquedos lúdico-desportivos (e.g., cordas e bolas). Uma percentagem reduzida de pais (2,9%) refere que as escolas não têm brinquedos disponíveis, mas sim espaços livres para brincar.

Inquiridos os pais sobre a tipologia de brinquedos que desempenha um papel mais relevante na aprendizagem das crianças, os brinquedos educativos surgem com maior destaque (44,8%), seguindo-se os brinquedos faz-de-conta (28,9%) e os brinquedos que são feitos pelas próprias crianças (18,8%). Uma pequena percentagem dos pais (3,6%) considera que os brinquedos que mais aprendizagens promovem nas crianças são os eletrónicos ou aqueles que promovem a atividade física (0,1%). Alguns pais (3,8%) consideram que todos os brinquedos desempenham um papel importante nas aprendizagens das crianças e não destacam nenhum tipo em particular.

**O que pode fazer:** Já pensou em construir um brinquedo com o seu filho? Com recurso a material reciclado pode fazer muitas coisas divertidas ao mesmo tempo que estimula a criatividade e imaginação da criança.

**O que pode fazer:** Opte por brinquedos que não só permitam que a criança se divirta mas que ajudem a consolidar aprendizagens adequadas à idade. Jogos divertidos trazem bom humor e descompressão da vida agitada que as crianças têm hoje em dia.

**O que pode fazer:** Diversifique as atividades lúdicas do seu filho, por exemplo, introduza jogos de tabuleiro, montagem (do tipo Lego e puzzle), brinquedos de luz e som ou materiais recicláveis, permitindo à criança criar o seu próprio brinquedo.



**O que pode fazer:** Proporcione um momento para que o seu filho escolha brinquedos para dar a outras crianças. Neste processo a criança aprende a tomar decisões, a ser solidária e a desprender-se dos bens materiais.

## Brincar e as tecnologias

As tecnologias surgem atualmente de forma natural na vida da criança e das suas brincadeiras e, conseqüentemente, influenciam o seu desenvolvimento. Embora as opiniões não sejam consensuais sobre o impacto positivo ou negativo no desenvolvimento da criança, o ideal será criar um equilíbrio entre as brincadeiras tradicionais e as que surgem associadas aos aparelhos eletrónicos (e.g., *tablets*, *smartphones* e videojogos).

Os resultados deste estudo demonstram que a maioria das crianças (73,3%) tem uma maior quantidade de brinquedos não eletrónicos em comparação com os brinquedos eletrónicos e que 7,8% não tem nenhum brinquedo eletrónico. Alguns pais (16,8%) referem que existe equilíbrio entre a quantidade de brinquedos de cada um dos tipos.

No que se refere à utilização de *tablets* ou *smartphones*, verifica-se que 34,7% das crianças não brinca com estes dispositivos. Das 65,3% que fazem uso destes aparelhos para brincar, 21,6% já utiliza os seus próprios dispositivos.

**O que pode fazer:** Numa época tecnológica é interessante perceber que apenas uma baixa percentagem das crianças brinca com brinquedos eletrónicos. A introdução deste tipo de brinquedos permite uma maior adaptação da criança ao contexto tecnológico a que se assiste.

**O que pode fazer:** Estas crianças são nativos digitais, por isso é completamente legítimo que utilizem as novas tecnologias para brincar. De facto, quanto mais cedo for permitido este contacto, maior será a integração da criança com as tecnologias.

**O que pode fazer:** Tome medidas preventivas nos aparelhos eletrónicos, supervisione os jogos que são instalados e alerte o seu filho para os perigos da internet, como por exemplo, não deverá divulgar informação pessoal (fotos ou morada).

**O que pode fazer:** Controle o tempo que o seu filho passa a brincar no *smartphone* ou *tablet*. Ter contacto com as novas tecnologias é importante, no entanto, não deve suprimir outras atividades diárias.

Os pais têm aplicações específicas para a criança brincar no *tablet* ou *smartphone*: 34,9% tem 1 a 3 aplicações instaladas, 19,2% tem entre 4 a 6 aplicações instaladas e 10,8% tem instaladas mais de 6 aplicações.

No que se refere ao tempo de utilização de *tablets* e *smartphones*, 53,9% faz um uso moderado e brinca no máximo uma hora por dia, independentemente da faixa etária.

Quanto tempo o seu filho brinca com as tecnologias por dia ?	Percentagem (%)
<b>1 hora ou menos</b>	53,9
<b>De 1 a 2 horas</b>	9,8
<b>De 2 a 3 horas</b>	1,1
<b>De 3 a 4 horas</b>	0,2
<b>5 ou mais horas</b>	0,1

No que se refere ao uso dos videojogos, regista-se que 23,9% das crianças utiliza os videojogos nas suas brincadeiras. Deste grupo 12,2 % apenas utiliza os videojogos de forma pontual, 9,1% apenas ao fim de semana, e os restantes 2,5% utilizam os videojogos para brincar todos os dias.

Relativamente ao tempo que as crianças despendem a ver televisão, 56,6% das crianças vê televisão até uma hora por dia, 29,6% entre uma a duas horas e 5,6 % entre duas a três horas.

## Brincadeiras e jogos tradicionais

A grande maioria dos pais (73,1%) relata que as crianças utilizam brincadeiras e jogos tradicionais durante o seu tempo de brincar. Destes, 27,7% fazem-no uma vez por semana, 23,7% raramente, 11,8% todos os dias, e 9,9% uma vez por mês.

A maioria dos pais (70,3%) afirma já ter ensinado alguma destas brincadeiras/jogos aos seus filhos, contribuindo assim para que a criança tenha acesso ao legado e património cultural dos

jogos e brinquedos tradicionais. Dos restantes, verifica-se que na sua maioria (20,2%) não o fizeram pelo facto de o seu filho ainda ser muito novo.

## **Recomendações**

Este estudo procura não só dar a conhecer quais as tendências relacionadas com o brincar em Portugal, mas também sensibilizar a população para a importância do brincar e como podemos promover os hábitos de brincar.

No sentido de promover o brincar, o Parlamento Europeu (2011, cit. em Whitebread 2012) propôs algumas estratégias para que o brincar seja mais valorizado e que tanto as crianças como os adultos possam usufruir ao máximo dos seus benefícios. Assim, esta organização sugere que se promova não só a consciência sobre a importância do brincar mas que também haja uma mudança de atitudes face a esta actividade. Propõe a melhoria nos tempos e espaços que possam promover a brincadeira e a criação de condições para que as crianças possam experienciar os riscos de forma segura e, assim, desenvolverem a sua resiliência.

Por sua vez, o estudo do Minnesota Children's Museum (2016) sugere tornar o tempo de brincar uma prioridade do dia-a-dia das rotinas familiares, procurar estratégias de promoção das aprendizagens através do brincar (e.g., regras sociais), aceitar que é importante que a criança nem sempre tenha sucesso e que possa experimentar o erro, incentivar a criança a pensar por si própria, guiar a criança sem a tentação de dominar as decisões e brincadeiras, valorizar a evolução e, não apenas o resultado final, dar tempo e liberdade à criança para explorar as suas aprendizagens no seu próprio tempo.

## **Bibliografia**