



O brincar da criança em idade pré-escolar

Marta Póvoas¹, Teresa Castro¹, Ana Maria Mateus¹, Mónica Costa², Arminda Escária³, Cristina Miranda⁴

1. Serviço de Pediatria, Hospital do Espírito Santo, Évora
2. Instituição Particular de Solidariedade Social Casa do Sagrado Coração de Jesus, Évora
3. Departamento do Pré-Escolar do Agrupamento de Escolas n.º 4 de Évora
4. Administração Regional de Saúde do Alentejo

Resumo

Introdução: Brincar é um direito da criança que nem sempre é respeitado. Na sociedade actual, o tempo para brincar de forma espontânea tem sido progressivamente substituído por actividades planeadas, em horários rígidos e preenchidos. Existem poucos estudos em relação aos hábitos de brincar das crianças portuguesas. Conhecer a nossa realidade é essencial para estabelecer estratégias eficazes de aconselhamento aos pais.

Métodos: Estudo observacional, transversal, que consistiu na aplicação de um questionário a encarregados de educação de crianças que frequentavam Jardim de Infância de um meio urbano. O questionário abordava dados demográficos, aspectos referentes a brincar com e sem os pais, brinquedos, actividades, acesso e utilização de meios audiovisuais.

Resultados: Foram analisados 210 questionários, relativos a crianças com média de idade de cinco anos, sendo 51,4% do sexo masculino. Os pais com maior grau de escolaridade e profissões mais especializadas referiram menos tempo disponível para brincar com os filhos, que frequentavam mais actividades fora do Jardim de Infância. A escolaridade relacionou-se ainda com menor quantidade de equipamentos audiovisuais no quarto. Utilizavam o computador 40,5%. O tempo despendido diariamente em frente ao ecrã foi, em 54,3% das crianças, superior ao recomendado pela Academia Americana de Pediatria. As crianças brincavam sobretudo com os pais, em casa, em brincadeiras que incluíam “artes plásticas” e em brincadeiras livres. Trinta por cento dos pais consideraram importantes as actividades extra-curriculares.

Conclusão: A profissão e grau de escolaridade influenciaram a disponibilidade dos pais para brincar, a frequência de actividades extra-curriculares e a presença de equipamentos electrónicos no quarto das crianças. O pediatra deve advertir os pais acerca da sobrecarga horária com actividades planeadas e para o uso excessivo de meios audiovisuais e tecnológicos.

Palavras-chave: Brincar, desenvolvimento infantil

Recebido: 27.09.2012
Aceite: 30.09.2013

Acta Pediatr Port 2013;44(3):108-12

The play of children in preschool age

Abstract

Introduction: Every child should be allowed to play. However, this does not always happen. In today's society, time to play spontaneously has been progressively replaced by planned activities and strict schedules. The playing habits of Portuguese children have not been the target of many studies yet. The knowledge of our reality is crucial to establishing efficient strategies of parent counseling.

Methodology: An observational and transversal study was carried out, based on a survey conducted among parents of children attending kindergartens in an urban area. The questionnaire assessed demographic data, play time with and without parents, toys and daily video/games time.

Results: Surveys regarding 210 children with an average age of five years were analyzed; 51.4% were males. Parents with higher education level and more specialized jobs have admitted less available time to play with their children, who spent more time in activities outside kindergarten. Education was also found to be associated with a lower amount of audiovisual equipments in the sleeping room; 40.5% of the children use computers; 54.3% spend a higher amount of time in front of the monitor than that recommended by the American Academy of Pediatrics. Children played mostly with their parents, inside their houses, in activities such as arts and *free playing*. Thirty percent of parents considered extra-curricular activities to be important.

Conclusion: Profession and educational level influenced willingness of parents to play, the frequency of extra-curricular activities and the presence of electronic equipment in children's rooms. Pediatricians should inform parents about the risk of overload schedules with planned activities and excessive screen time.

Correspondência:

Marta Póvoas
martapovoas@gmail.com
Hospital do Espírito Santo EPE
Largo Senhor da Pobreza 7000-811 Évora

Key words: Play, child development

Acta Pediatr Port 2013;44(3):108-12

Introdução

Brincar é essencial para o desenvolvimento social, emocional, cognitivo e físico¹, sendo actualmente considerado como um direito da criança pelo Comissariado das Nações Unidas para os Direitos Humanos².

As vantagens de brincar verificam-se a vários níveis. Ao favorecer a actividade física, constitui uma estratégia na prevenção da obesidade. Intelectualmente, estimula a aquisição de competências, treino da atenção e capacidade de resolução de problemas¹. No plano emocional e social, brincar proporciona diversas situações em que é testada a relação com os pares, permitindo desenvolver a resiliência. Além disso, ao transferir para a brincadeira objectos ou fenómenos da realidade externa, a criança constrói as bases para a compreensão de si própria e do mundo³, expressando os seus medos e frustrações, mas também a sua criatividade⁴.

Brincar é uma forma privilegiada de interacção entre pais e filhos, facilitando a comunicação e a cumplicidade. Ao participarem activamente nas brincadeiras infantis, os pais aprendem a conhecer melhor os seus filhos e a sua perspectiva da realidade¹. Por outro lado, a criança sente que o adulto lhe dedica toda a atenção, o que ajuda a estabelecer uma relação de confiança².

Na sociedade actual, os pais são cada vez mais pressionados a proporcionar aos filhos as melhores oportunidades de aprendizagem, para que sejam no futuro profissionais bem sucedidos.

A pressão da sociedade, das campanhas de marketing e dos meios de comunicação social contribuíram para que a parentalidade fosse cada vez mais vista como uma profissão, em que o sucesso se define por oferecer aos filhos a melhor preparação académica possível.

Desde cedo as crianças são expostas a brinquedos, vídeos, livros e computadores, concebidos para assegurar que são adequadamente estimuladas. O stress e a ansiedade aliados a este perfeccionismo e exigência podem ter consequências graves no futuro.

De facto, as actividades ditas “estruturadas” ajudam ao desenvolvimento, mas ainda não é claro até que ponto podem ser prejudiciais quando realizadas em excesso, diminuindo o tempo reservado para a brincadeira espontânea e dirigida pela criança, bem como a interacção com os pais².

O brincar livre parece ser um factor protector contra o stress e ansiedade neste grupo etário, numa altura em que a depressão na infância e adolescência tem vindo a aumentar². Nas actividades dirigidas por um adulto, as regras estabelecidas podem limitar o exercício da criatividade, a capacidade de liderança e a aquisição de competências de grupo².

Outros motivos, inerentes ao contexto socio-económico, contribuem para limitar o acesso ao brincar espontâneo. Nas famílias em que ambos os pais trabalham, as actividades extra em horários alargados nos Jardins de Infância, tornaram-se auxiliares indispensáveis, e estas instituições têm um papel cada vez mais relevante no desenvolvimento da criança³. Os educadores devem respeitar a necessidade de brincar da criança e conhecer a sua importância no processo de aprendizagem³.

A questão da segurança assumiu outro relevo, e os meios audiovisuais vieram substituir o brincar ao ar livre. Apesar da Academia Americana de Pediatria (AAP) desaconselhar a visualização de televisão em crianças com idade inferior a dois anos, a maioria tem acesso a estes meios diariamente, praticamente desde o berço⁵. O tempo em frente ao ecrã diminui o tempo disponível para actividades mais enriquecedoras e aumenta o risco de obesidade. Além disso, os conteúdos violentos cada vez mais acessíveis, podem influenciar negativamente o desenvolvimento. Segundo um estudo recente, a visualização de programas violentos por crianças do sexo masculino, entre os dois e cinco anos, pode estar relacionada com comportamento anti-social na idade escolar⁵.

As vantagens da utilização de um computador pessoal em idade pré-escolar têm sido intensamente discutidas por pais, professores e investigadores durante décadas⁶. Alguns estudos demonstraram melhoria na motricidade fina, reconhecimento do alfabeto, contagem e reconhecimento dos números, conhecimentos pré-matemáticos, desenvolvimento cognitivo e auto-estima⁶. Outros, no entanto, não encontraram qualquer benefício e alguns autores defendem que os computadores são demasiado abstractos para o desenvolvimento das crianças em idade pré-escolar.

Em Portugal, existem poucos estudos relativos a esta temática e à nossa realidade. Com este estudo, pretendemos conhecer os hábitos de brincar de crianças em idade pré-escolar, que frequentam jardins de infância em meio urbano, bem como a opinião dos pais/encarregados de educação em relação a vários aspectos da educação infantil actual.

Métodos

Estudo observacional e transversal, que consistiu na aplicação de um questionário anónimo a encarregados de educação de crianças que frequentavam os Jardins de Infância do Agrupamento n.º 4 de Évora – Conde de Vilalva. O estudo foi aprovado pela Direcção do Agrupamento e os questionários foram distribuídos aos pais pelas educadoras de infância, durante o mês de Março de 2011.

O questionário era constituído por vinte e uma questões, que incluíam dados demográficos (idade e género da criança e irmãos; idade, escolaridade e profissão dos pais) e vários aspectos referentes a práticas de brincar, brinquedos, “actividades extra-curriculares”, acesso e utilização de meios audiovisuais (televisão, computador, consola de jogos).

Em algumas questões foi dada a possibilidade de resposta múltipla, com um limite de respostas assinaláveis.

A penúltima questão continha sete afirmações sobre a importância de brincar, tendo como hipóteses de resposta “Concordo/Não tenho opinião/Não concordo”. A última questão era de resposta livre e dizia respeito à opinião do inquirido sobre as “brincadeiras de hoje” em comparação com as da sua infância. As respostas foram analisadas e agrupadas de acordo com os principais aspectos referidos.

Todas as informações utilizadas no estudo foram fornecidas pelos encarregados de educação.

Para o estudo estatístico utilizaram-se os programas *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) version 18 (IBM, Inc). Foi efectuada uma análise bivariada entre o grau de escolaridade (inferior/igual ao 12º ano ou superior) e a profissão com as variáveis dependentes de tipo e duração de actividades. O teste estatístico empregue foi o Qui-quadrado e o valor de p foi considerado significativo quando $<0,05$.

Resultados

Foram analisados 210 questionários, referentes a crianças com idades compreendidas entre os onze meses e os seis anos e seis meses (média de cinco anos), sendo 51,4% (108/210) do sexo masculino. Eram filhos únicos 36,7% (77/210), enquanto 43,3% (91/210) tinham um irmão e 20% (42/210) dois ou mais. As famílias tinham uma estrutura predominantemente nuclear (80,5% (169/210)). As crianças iniciaram o Jardim de Infância, em média, aos 30 meses de idade (30,1±16,5 meses).

Os questionários foram preenchidos na sua maioria pela mãe (84,3% (177/210)). Os inquiridos tinham idade média de 35,1±4,8 anos (mínimo 21 e máximo 53) e, em 71,5% (150/210), com escolaridade igual ou superior ao ensino secundário. Relativamente à profissão, 10,5% (22/210) estavam desempregados, 45,2% (95/210) eram operários/administrativos/auxiliares, 9% (19/210) técnicos, 24,3% (51/210) técnicos superiores e 5,7% (12/210) tinham cargos de chefia (11 não responderam).

A maior parte dos pais (63,3%) disponibilizava entre uma a três horas por dia para brincar com os filhos e, em mais de um quarto dos casos (26,2%), apenas uma hora (Figura 1). De facto, verificou-se que maior grau de escolaridade ($p=0,003$) e de qualificação laboral (técnico, técnico superior e cargo de chefia/direcção) ($p=0,026$), menor o tempo disponível (Quadro I). Existe ainda uma tendência, embora não estatisticamente significativa, para as crianças com actividades extra brincarem menos tempo com os pais durante a semana ($p=0,087$).

Durante o fim-de-semana, a maioria (71%-149/210) referia brincar com os filhos durante mais de três horas diárias.

As actividades extra Jardim de Infância (Figura 2) foram referidas em 37,1%, na sua maioria com duração de uma a duas horas por semana (84,6%), sendo a natação a mais frequente, quer isolada (55,1%) ou em associação com outros desportos (16,7%). Estas actividades foram significativamente mais frequentes quando a escolaridade dos inquiridos era superior à obrigatória (12.º ano) ($p=0,000$) e também quando a profissão era mais especializada ($p=0,000$) (Quadro I).

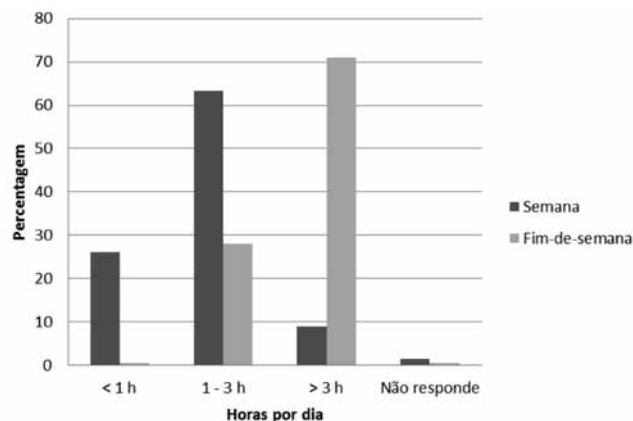
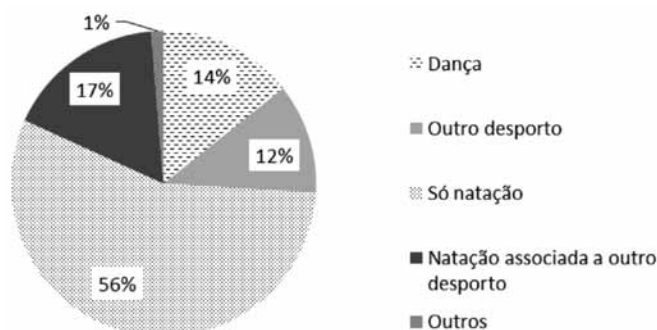


Figura 1. Número de horas por dia para brincar com os filhos (n=210)



Actividades extra-curriculares (n=78)

Figura 2. Actividades praticadas fora do Jardim-de-Infância (n=78)

Os pais liam histórias pelo menos duas a três vezes por semana em 76,2%, sobretudo os com maior grau de escolaridade ($p=0,004$).

Os quartos tinham televisão em 57,6%, consola de jogos em 12,4% e computador em 11%; em 30,5%, nenhum dos anteriores. Quanto maior o grau de escolaridade dos inquiridos, menor a tendência para ter equipamentos audiovisuais no quarto dos filhos ($p=0,000$) (Quadro I).

Na maioria dos casos (60,5%), as crianças viam televisão cerca de uma a duas horas diárias e, em 15,7%, duas a três horas (Figura 3). As crianças com televisão no quarto visualizavam durante mais tempo do que as que não tinham ($p=0,017$).

Em relação ao computador, 41,4% das crianças não utilizavam e 40,5% faziam-no até uma hora por dia (Figura 3). 73,3% dos pais referiram controlar o conteúdo dos programas de televisão e de jogos de computador.

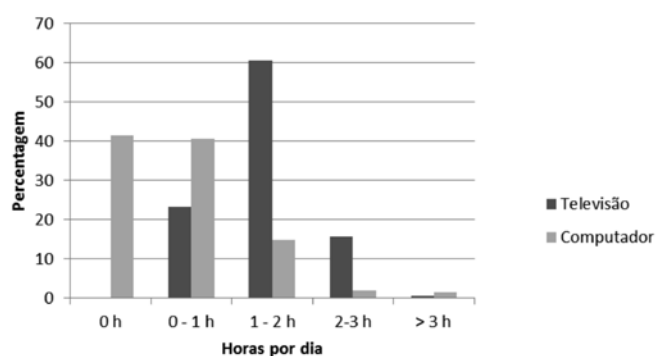
O tempo total diário em frente ao ecrã foi, na maioria (54,3%), superior a duas horas, sendo significativamente mais elevado em crianças do sexo masculino ($p=0,004$), com pais com menor grau de escolaridade ($p=0,047$) e presença de equipamentos audiovisuais no quarto ($p=0,009$).

Os principais locais onde as crianças habitualmente brincavam foram “Dentro de casa” e “No quintal” em 47,1% e “Dentro de casa” e “No parque” em 16,2%.

Quadro I: Influência da escolaridade e da profissão dos inquiridos no brincar

	Escolaridade		Valor de p
	Até ao 12.º ano	Superior ao 12.º ano	
Tempo para brincar durante a semana (n=202)			
- Até 1 hora por dia	26 (19,5%)	27 (39,1%)	0,003
- Pelo menos 1 hora por dia	107 (80,5%)	42 (60,9%)	
Actividades extra-curriculares (n=205)			
- Sim	36 (26,5%)	40 (58%)	0,000
- Não	100 (73,5%)	29 (42%)	
Audiovisuais no quarto (n=205)			
- Sim	110 (80,9%)	33 (47,8%)	0,000
- Não	26 (19,1%)	36 (52,2%)	
Tempo de visualização (n=205)			
- Até duas horas por dia	55 (40,4%)	38 (55,1%)	0,047
- Superior a duas horas por dia	81 (59,6%)	31 (44,9%)	
Ler histórias (n=205)			
- Até uma vez por semana	40 (29,4%)	8 (11,6%)	0,003
- Duas a três vezes por semana	96 (70,6%)	61 (88,4%)	

	Profissão		Valor de p
	Desempregado, Operário, Auxiliar, Administrativo	Técnico, Técnico superior, Chefia/Direcção	
Tempo para brincar durante a semana (n=196)			
- Até 1 hora por dia	24 (21,1%)	29 (35,4%)	0,026
- Pelo menos 1 hora por dia	90 (78,9%)	53 (64,6%)	
Audiovisuais no quarto (n=199)			
- Sim	91 (77,8%)	47 (57,3%)	0,002
- Não	26 (22,2%)	35 (42,7%)	



Utilização de computador e televisão

Figura 3. Número de horas diárias de utilização de computador e televisão (n=210)

Relativamente à aquisição de brinquedos, os aspectos que os pais consideravam na escolha foram, em 29,2%, “adequado à idade e de acordo com a preferência da criança”, em 21,1%, “adequado à idade e seguro” e, em 13,4%, “Preço e adequado à idade”. A maioria dos pais (85,2%) nega ter alguma vez adquirido brinquedos semelhantes a armas ou vídeo-jogos com conteúdos violentos.

As crianças brincavam em actividades não planeadas ou organizadas por adultos “sempre” em 39% e, em 46,2%, “frequentemente”.

Os pais foram os principais “companheiros de brincadeira” em 71,9%, associados aos irmãos em 23,3% e aos avós/outros familiares em 14,3%. Relativamente às brincadeiras, as “artes plásticas” foram assinaladas por 81,4%, seguindo-se as “brincadeiras livres” (78,6%), os jogos de “faz-de-conta” (38,6%), os jogos de computador (27,6%), os “jogos de regras” (22,9%) e, por fim, os jogos tradicionais (12,9%). A maior parte dos pais (81%) reparava “sempre” na segurança do local onde a criança brinca, sendo referidos acidentes com necessidade de observação médica em 5,2% dos casos.

Relativamente a diferenças entre género, verificou-se que as crianças do sexo masculino tinham mais brinquedos violentos ($p=0,000$), brincavam mais a jogos com regras ($p=0,005$) e menos ao “faz-de-conta” ($p=0,000$) e jogavam computador durante mais tempo ($p=0,002$).

A grande maioria dos pais concordava que brincar é essencial para o desenvolvimento físico e intelectual, bem como emocional e social (100% e 95,5%, respectivamente), privilegiando as brincadeiras livres e espontâneas (91%). Ao contrário de cerca de metade dos pais, 30% concordavam que actualmente é importante para as crianças ter acesso a muitas actividades extra-curriculares. Em 89%, os pais assumiram

que o tempo para brincar com os filhos estava limitado por motivos profissionais. 89,5% interessavam-se por artigos sobre educação infantil e 61% negavam ter dúvidas acerca das brincadeiras adequadas ao grupo etário dos filhos. No entanto, 33,3% desconheciam que a televisão não é aconselhada a crianças com idade inferior a dois anos.

Responderam à questão livre sobre diferenças entre brincadeiras da actualidade e da sua infância 73,3% dos pais. Os principais aspectos referidos foram: maior impacto da tecnologia (computador e consolas) em 23,3%, sendo por vezes assinalada a menor criatividade associada à sua utilização; maior violência nas brincadeiras em 13,3%, alguns pais destacando a influência dos programas televisivos infantis; menor actividade ao ar livre/rua em 20,5%, com menos convívio (9,5%) e mais sedentarismo (4,3%).

Discussão

Neste estudo, verificámos que os pais com profissões mais especializadas e maior escolaridade dispunham de menos tempo para brincar com os filhos, o que está de acordo com as condicionantes da sociedade actual. De facto, um estudo recente na Austrália, realizado em crianças em idade escolar, revelou que 45% não brincam todos os dias⁷, sendo brincar definido como actividades não estruturadas, fora do horário escolar.

A maioria das crianças não frequentava actividades “extra-curriculares” e apenas cerca de 30% dos pais as consideravam importantes. Existem poucos dados quantitativos publicados, mas está descrita uma tendência para o seu aumento e a preocupação com a sobrecarga que podem impor à criança².

As crianças brincavam frequentemente de forma livre e espontânea e os pais referiram privilegiar este tipo de actividade na quase totalidade da amostra, reconhecendo a sua importância no desenvolvimento.

Relativamente aos locais, a maioria brincava em casa e no quintal ou no parque. Um estudo recente neste grupo etário revelou que cerca de 50% não brincam diariamente ao ar livre⁸. No nosso estudo, a frequência de actividades no exterior não foi quantificada.

É, contudo, de realçar, a presença de meios audiovisuais no quarto da maioria das crianças. A elevada percentagem de utilização de computador e o tempo de visualização de meios audiovisuais vão de encontro a resultados publicados nos EUA, em que 44% das crianças utilizavam computador pelo menos uma vez por semana e, noutro estudo, visualizavam em média duas horas por dia⁵.

A maioria dos inquiridos referia controlar os programas, jogos e vídeos a que a criança têm acesso. Vários destacaram a sua preocupação com os conteúdos violentos, reconhecendo a sua influência nas brincadeiras, o que está de acordo com outras publicações nesta área⁵.

Este estudo baseou-se na opinião dos inquiridos e na sua descrição. Não foram avaliados aspectos inerentes aos conhecimentos e desenvolvimento das crianças, bem como o índice de massa corporal, parâmetros que poderiam ajudar a objectivar a influência dos hábitos de brincar, actividades extra-curriculares e utilização dos media.

Conclusão

Brincar é uma actividade inata e espontânea na criança. A sua influência nas várias vertentes do desenvolvimento infantil tem sido amplamente estudada e existem algumas preocupações a considerar no contexto socio-económico actual. A profissão dos pais pode limitar a disponibilidade para brincar com os filhos e contribuir para aumentar a frequência de actividades extra-curriculares. A maioria das crianças brincava frequentemente de forma livre, em actividades não estruturadas. Verificou-se uma elevada utilização dos meios audiovisuais, superior ao aconselhado pela AAP neste grupo etário. O Pediatra deve consciencializar os pais para a importância de brincar e alertá-los para o acesso precoce e utilização excessiva dos meios audiovisuais.

Agradecimentos:

Educadoras do Agrupamento de Escolas n.º 4 de Évora, em especial à professora Maria Manuel Fernandes

Referências

- Milteer RM, Ginsburg KR; Council on Communications and Media; Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health. The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds: focus on children in poverty. *Pediatrics* 2012;129:e204-13. doi: 10.1542/peds.2011-2953.
- Ginsburg KR; American Academy of Pediatrics Committee on Communications and Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health. The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics* 2007;119:182-191. doi:10.1542/peds.2006-2697
- Aranega C, Nassim C, Chiappetta A. A importância do brincar na educação infantil. *Rev CEFAC* 2006;8(2):141-6.
- Stragliotto C. Pensando sobre o brincar. *Contemporânea – Psicanálise e Transdisciplinaridade* 2008;5:180-187.
- Funk J, Brouwer J, Curtiss K, McBroom E. Parents of preschoolers: expert media recommendations and ratings knowledge, media-effects beliefs, and monitoring practices. *Pediatrics* 2009;123:981-8. doi: 10.1542/peds.2008-1543.
- Li X, Atkins M. Early childhood computer experience and cognitive and motor development. *Pediatrics* 2004;113:1715-22.
- Make Time to Play expert panel. A world without play: An expert view. The Australian State of Play Report May 2011. Acessível em: www.playengland.org.uk.
- Tandon PS, Zhou C, Christakis DA. Frequency of parent-supervised outdoor play of US preschool-aged children. *Arch Pediatr Adolesc Med* 2012; 166: 707-12. doi:10.1001/archpediatrics.2011.1835.
- Cleland V, Crawford D, Baur L, Hume C, Timperio A, Salmon J. A prospective examination of children's time spent outdoors, objectively measured physical activity and overweight. *Int J Obes (Lond)* 2008;32:1685-93.
- Mahoney J, Harris A, Eccles JS. Organized activity participation, positive youth development, and the over-scheduling hypothesis. *Soc Policy Rep.* 2006;20:1-31.
- Eccles J, Templeton J. Extracurricular and other after-school activities for youth. *Rev Educ Res* 2002;26:113-180.