



36ª Sessão Científica | 17.06.2021

Pediatria

Prescrever o brincar: A importância
para o desenvolvimento da criança

Dra. Andreia Forno

Receita Médica Nº.



000000000000

Local de prescrição



Região Autónoma
da Madeira
Governo Regional

UTENTE

Utente: **Todos os pais e crianças**

Telefone:

Entidade responsável:

N.º de beneficiário:

MÉDICO



Dr.

Andreia Forno

Especialidade

Pediatria

Contacto telefónico

Serviço de Pediatria do HNM

R _x	Designação do medicamento, dosagem, forma farmacêutica, dimensão da embalagem	N.º	Extenso	Identificação óptica
1	BRINCAR pelo menos 1x/dia	1	Um	
	Posologia			
2				

Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria



**é fundamental
para o DESENVOLVIMENTO SAUDÁVEL da criança**

Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

BRINCAR



Declaração dos Direitos da Criança

7º. Direito à educação gratuita e a **brincar**

Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

BRINCAR



Observação e envolvimento activo
("cientistas")



Desenvolve a criatividade,
colaboração e resolução de
problemas



Instruções directas e
memorização



Limita a criatividade

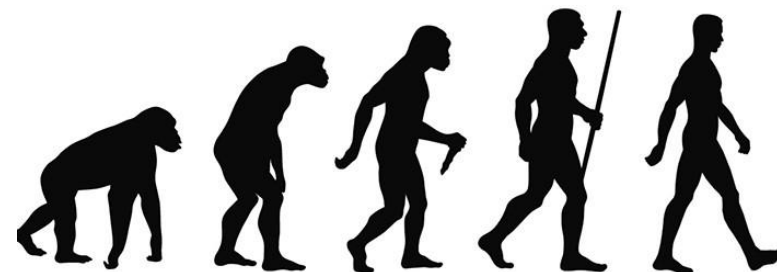
Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

NATUREZA DO APRENDER E DO BRINCAR

Brincar

Capacita animais e humanos para a sobrevivência e reprodução

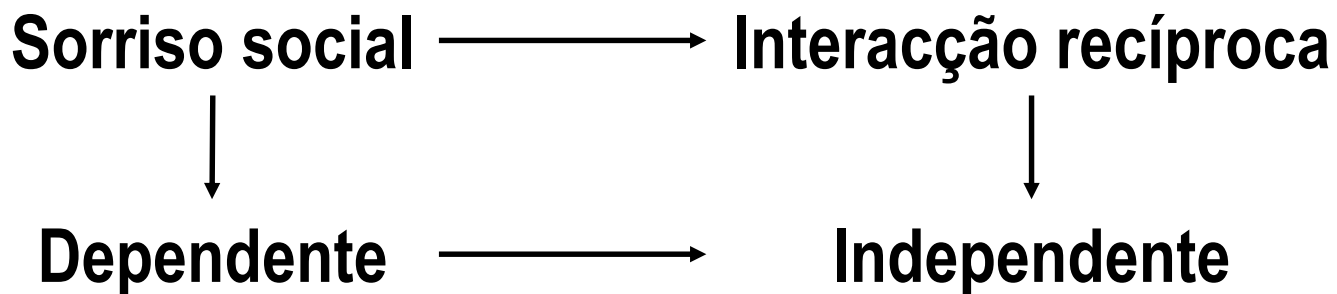


Brincar ↔ Aprender

Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

DESENVOLVIMENTO DO BRINCAR



Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

CATEGORIAS DO BRINCAR

Rough-and-tumble play

Jogo de objectos

Brincar ao ar livre

Brincar ao faz de conta

- correr riscos em ambiente seguro
- adquirir habilidades motoras
- aprender a cooperar e negociar
- inculcar o “ganhar vs. perder”
- lidar com frustrações
- estimular o equilíbrio emocional
- estimular a empatia



Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

CATEGORIAS DO BRINCAR

Rough-and-tumble play

Jogo de objectos

- explorar o objecto
- aprender as propriedades do objecto

Brincar ao ar livre

Brincar ao faz de conta



Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

CATEGORIAS DO BRINCAR

Rough-and-tumble play

Jogo de objectos

Brincar ao ar livre

Brincar ao faz de conta



- melhorar habilidades de integração sensorial
- desenvolver o domínio motor, cognitivo, social e linguístico (importância do recreio)
- despertar a curiosidade e o sentido de descoberta

Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

CATEGORIAS DO BRINCAR

Rough-and-tumble play

Jogo de objectos

Brincar ao ar livre

Brincar ao faz de conta



- aprender a negociar “as regras”
- cooperar com os outros
- lidar com a resolução de problemas
- pensar criativamente

Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

CATEGORIAS DO BRINCAR

Brincar auto-dirigido/livre

- explorar o mundo
- perceber os seus gostos e interesses
- sem corresponder às expectativas dos adultos

Brincar guiado por adulto

Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

CATEGORIAS DO BRINCAR

Brincar auto-dirigido/livre

Brincar guiado por adulto

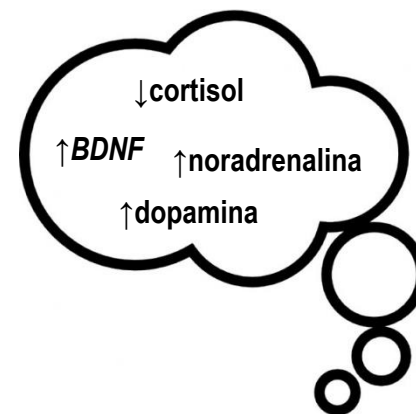


- permitir a criança a dominar as habilidades
- ajudar na concentração
- guiar/optimizar a aprendizagem

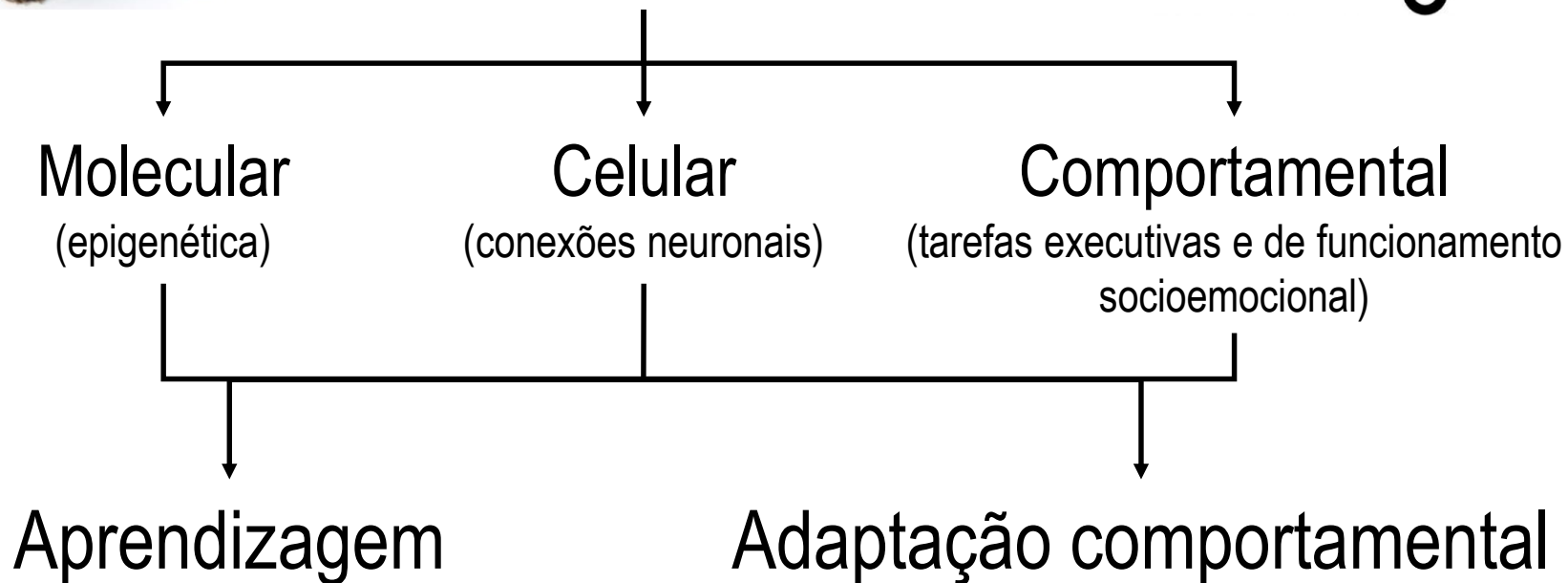
Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

EFEITOS DO BRINCAR NA ESTRUTURA E FUNCIONAMENTO DO CÉREBRO



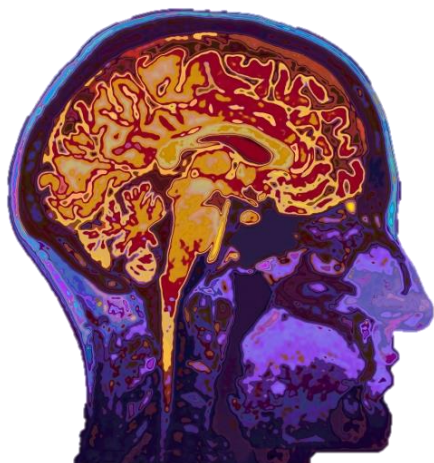
Brincar



Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

EFEITOS DO BRINCAR NA ESTRUTURA E FUNCIONAMENTO DO CÉREBRO



30 minutos
brincar

1 hora

~ 400 genes
córtex pré-frontal

BDNF

(brain-derived neurotrophic factor)

+

Brincar

-

Depressão
Stress

Memória longo prazo
Aprendizagem social

Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

EFEITOS DO BRINCAR NA ESTRUTURA E FUNCIONAMENTO DO CÉREBRO



Privados de Brincar

- Córtex pré-frontal mais imaturo
- Menos competentes na resolução de problemas (labirintos)
- Menos sociáveis

Privação de Brincar



aumento da prevalência de
perturbações do neurodesenvolvimento

Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

BENEFÍCIOS DO BRINCAR

Funções executivas

Matemática

(números e conceitos espaciais)

Linguagem

Relação entre pares

Desenvolvimento social

Desenvolvimento físico

Planeamento



Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

BENEFÍCIOS DO BRINCAR

Funções executivas

- Atenção
- Auto-regulação e auto-controlo
- Resolução de problemas e negociação (pares)
- Flexibilidade mental



Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

BENEFÍCIOS DO BRINCAR

Diminui

- Stress
- Fadiga
- Sintomas depressivos

Aumenta

- Amplitude de movimento
- Agilidade
- Coordenação
- Equilíbrio
- Flexibilidade



Desenvolvimento físico

Tempo livre de recreio vs. Aula de educação física

(mais estruturada)

Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

BENEFÍCIOS PARA O ADULTO DE BRINCAR COM CRIANÇAS

- Re-experienciar a infância
- Aprender a ver a perspectiva da criança – comunicação mais eficaz
- Diminuir o stress parental
- Aumentar a relação pais-filho



Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

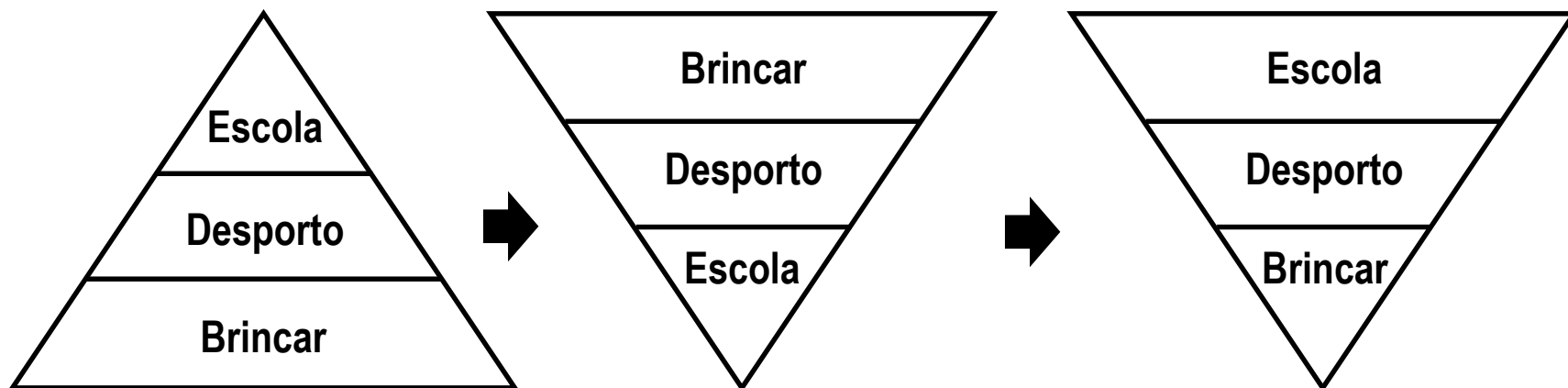
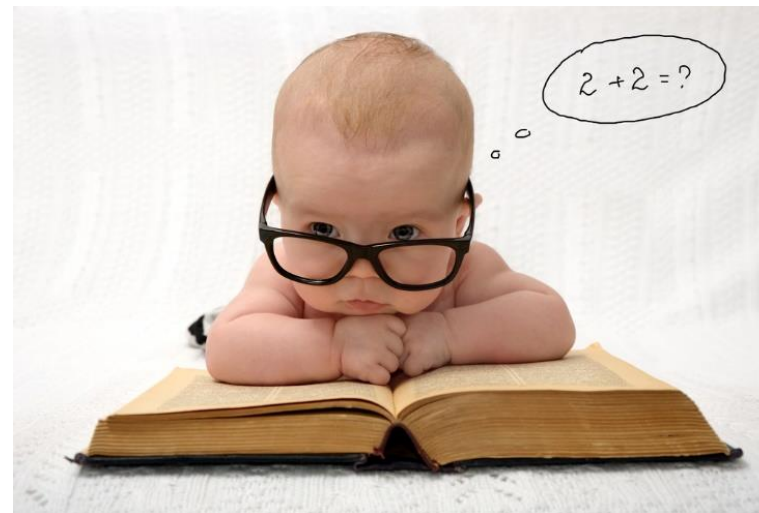
36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

DESAFIOS DA ERA MODERNA

- Actividades extra-curriculares
- Aumento dos TPC
- Provas de aferição
- “Pressão” do sucesso académico



Ansiedade
Depressão
Falta de criatividade



Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

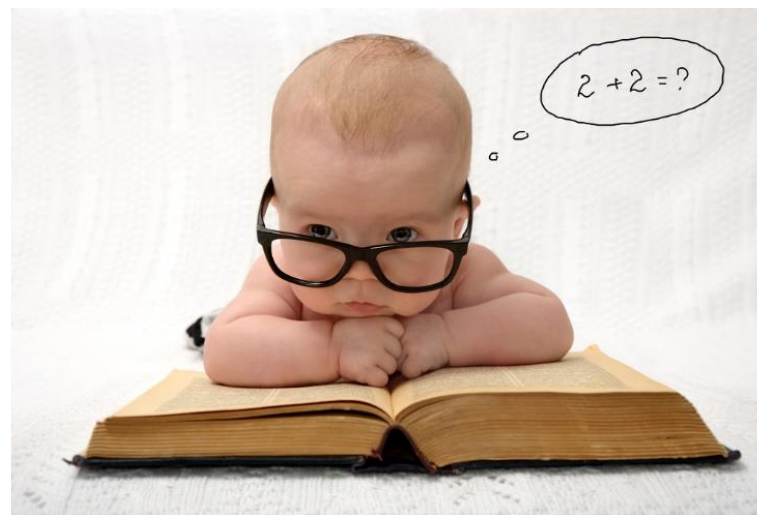
36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

DESAFIOS DA ERA MODERNA

- Actividades extra-curriculares
- Aumento dos TPC
- Provas de aferição
- “Pressão” do sucesso académico



Ansiedade
Depressão
Falta de criatividade



Pouco tempo para:

- brincar
- fazer refeições em família
- ler livro ao deitar

Escolas diminuíram:

- tempos de recreio
- aulas de educação física
- aulas de música e ed. visual

Insegurança:

- bairros
- parques infantis



Perturbação do défice da natureza

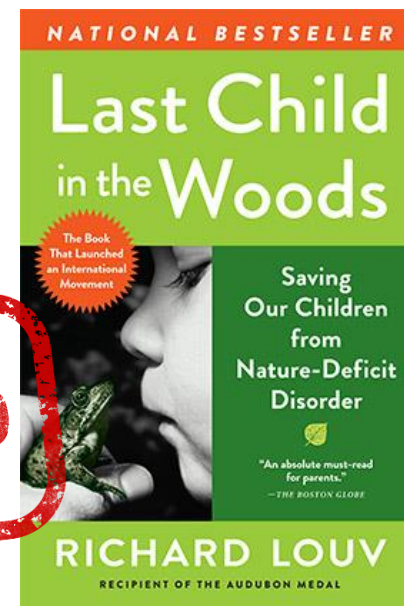
Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

DESAFIOS DA ERA MODERNA

- Actividades extra-curriculares
- Aumento dos TPC
- Provas de aferição
- “Pressão” do sucesso académico

↓
Ansiedade
Depressão
Falta de criatividade



Pouco tempo para:

- brincar
- fazer refeições em família
- ler livro ao deitar

Escolas diminuíram:

- tempos de recreio
- aulas de educação física
- aulas de música e ed. visual

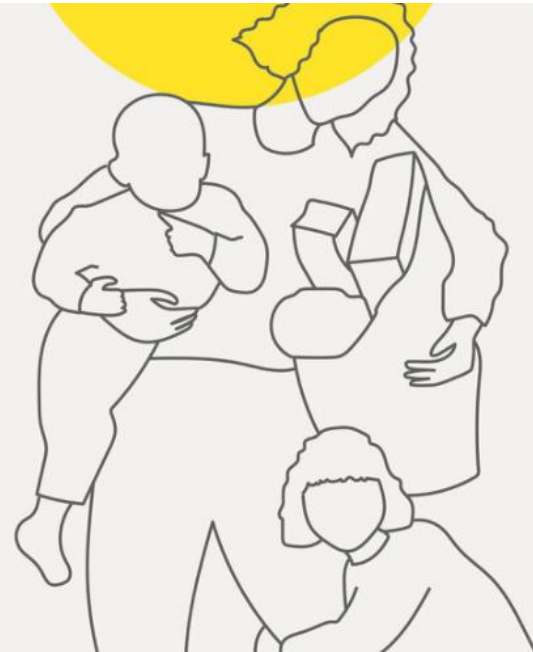
Insegurança:

- bairros
- parques infantis

↓
Perturbação do défice da natureza

Rapid Assessment of Pandemic Impact on Development-Early Childhood (RAPID-EC)

RAPID-EC is an ongoing survey of nationally representative households with children ages 0-5 designed to gather essential information on the needs, health promoting behaviors, and well-being of children and their families during the COVID-19 pandemic.



University of Oregon, EUA



[Home](#) [About](#) [Findings](#) [Work With Us](#) [News](#) [Contact](#)

[TAKE PART](#)

COVID-19: Supporting Parents, Adolescents and Children during Epidemics

[TAKE PART](#)

University of Oxford, UK

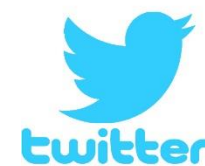
Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

O PAPEL DOS MEDIA NO BRINCAR



Melhores competências cognitivas e de linguagem



Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

O PAPEL DOS MEDIA NO BRINCAR

Recomendações da AAP

- < 2A = 0 horas de ecrãs
- 2 – 5A = até 1h de ecrãs
- 5 – 12A = até 2h de ecrãs
- > 13A = até 3h de ecrãs



Supervisionado pelo adulto

Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

O PAPEL DO PEDIATRA

Prescrever o brincar



Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

O PAPEL DO PEDIATRA



Brincar é um direito de todas as crianças

Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

O PAPEL DO PEDIATRA

Brincar

Desmistificar



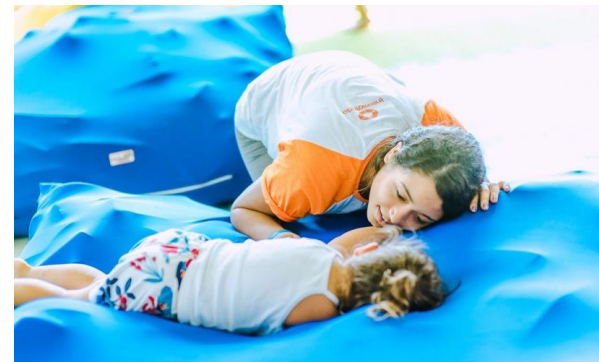
Hospital dos Pequeninos

Atenuar



Operação Nariz Vermelho

Intervir



Abordagem *Floor-time*

Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria



Prescrever o Brincar: A importância para o desenvolvimento da criança

36.ª Sessão Científica – Serviço de Pediatria

BIBLIOGRAFIA

- Burgdorf J *et al.* Uncovering the molecular basis of positive affect using rough-and-tumble play in rats: a role for insulin-like growth factor I. *Neuroscience*. 2010
- Chassiakos Y *et al.* Children and Adolescents and Digital Media. *Pediatrics*. 2016
- Declaração dos Direitos da Criança. ONU. 1959
- Einon DF *et al.* Brief periods of socialization and later behavior in the rat. *Dev Psychobiol*. 1978
- Gordon NS *et al.* Expression of c-fos gene activation during rough and tumble play in juvenile rats. *Brain Res Bull*. 2002
- Guia do Brincar Inclusivo – Projeto Incluir Brincando. Sesame Workshop/UNICEF. 2012
- Hol T *et al.* Isolation during the play period in infancy decreases adult social interactions in rats. *Behav Brain Res*. 1999
- Mandjavo L. A brincadeira livre e a sua importância no dia a dia da criança. Mestrado em Educação Pré-Escolar. Escola Superior de Educadores de Infância Maria Ulrich. Lisboa. 2015
- Mendes R *et al.* Portugal a Brincar – relatório do brincar em crianças portuguesas até aos 10 anos. Estudo Portugal a Brincar. 2018
- Pedroso M. A função do brincar para a criança com deficiência. *Revista Científica da FHO/UNIARARAS*. 2013
- Silva PC *et al.* Programa clínico para o tratamento das perturbações da relação e da comunicação, baseado no Modelo D.I.R. *Análise Psicológica*. 2003
- Suggate, S. Children learning to read later catch up to children reading earlier. *Early Childhood Research Quarterly*. 2010
- Yogman M *et al.* The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children. *Pediatrics*. 2018

Receita Médica Nº.



000000000000

Local de prescrição



Região Autónoma
da Madeira
Governo Regional

UTENTE

Utente: **Todos os pais e crianças**

Telefone:

Entidade responsável:

N.º de beneficiário:

MÉDICO



Dr.

Andreia Forno

Especialidade

Pediatria

Contacto telefónico

Serviço de Pediatria do HNM

R _x	Designação do medicamento, dosagem, forma farmacêutica, dimensão da embalagem	N.º	Extenso	Identificação óptica
1	BRINCAR pelo menos 1x/dia	1	Um	
	Posologia			
2				