

NOTA DE IMPRENSA

Brincar é um Direito:

Estudo revela que mais de metade das crianças em Portugal brinca menos de 1 hora por dia com a família

O Instituto de Apoio à Criança (IAC) associa-se, este domingo, às celebrações do **Dia Mundial da Criança**, sublinhando a urgência de garantir o **Direito a Ser Criança** - um direito tantas vezes comprometido pela falta de tempo, de espaço e de políticas adequadas.

O mais recente estudo “Portugal a Brincar”, realizado em 2024 pelo IAC, em parceria com a Estrelas & Ouriços e a Escola Superior de Educação de Coimbra, **envolveu mais de 1100 famílias e cuidadores de crianças até aos 10 anos**. Os dados são claros:

- **52,1%** das crianças brincam **menos de 1 hora por dia** com a família durante a semana;
- Apenas 9% têm entre 2 a 3 horas de brincadeira diária com os seus;
- A **exaustão dos adultos** devido à carga de trabalho **é mencionada por 40,4%** dos inquiridos como a principal barreira a brincarem com a criança — um número que tem vindo a crescer desde 2018;
- **Metade das famílias** (50%) acredita que **tempo livre é o principal fator necessário** para que as crianças possam brincar mais.

Apesar de 47% dos inquiridos reconhecerem o brincar como essencial para a imaginação e criatividade e 21,5% como promotor do desenvolvimento emocional, o estudo mostra uma realidade preocupante: estamos a falhar no compromisso de garantir tempo e espaço para as crianças serem crianças.

Este alerta ganha ainda mais força quando enquadrado numa tríade de datas que sublinham a importância do brincar:

- 28 de maio – Dia Mundial do Brincar,
- 1 de junho – Dia Mundial da Criança,
- 11 de junho – Dia Internacional do Brincar, ratificado o ano passado pelas Nações Unidas.

“Neste Dia Mundial da Criança, deixamos o repto de refletir, enquanto sociedade, se estamos a dar às crianças a possibilidade de serem crianças e às famílias a possibilidade de serem famílias. Se o tempo para serem livres e brincarem é, de facto, uma realidade no dia a dia das crianças. Se as políticas de conciliação entre trabalho e família permitem, efetivamente, que as famílias acompanhem o crescimento e desenvolvimento das crianças, usufruindo deste tempo que não voltará atrás.” - Ana Lourenço, Coordenadora do Setor da Humanização e Direito a Brincar do IAC.

O Instituto de Apoio à Criança reafirma o seu compromisso com este direito fundamental. **Em 2024, o IAC interveio em 53 escolas, capacitou 108 profissionais, escutou 67 crianças em grupos focais e 481 crianças através de inquérito**, envolvendo comunidades educativas em **processos de cocriação de projetos que promovem o brincar**. Em 2025, continuamos essa missão em concelhos como Viseu, Benavente, Lisboa e Cascais, onde se acredita que brincar é coisa séria.

Acreditamos, como o nosso fundador Dr. João dos Santos, que *“uma política da infância deve ser obra de toda a comunidade”*. E é com esse espírito que deixamos o apelo: vamos garantir, juntos, o Direito a Ser Criança.

Lisboa, 30 de maio de 2025.

Para mais informações:

Ana Lourenço – Coordenadora do Setor da Humanização e Direito a Brincar do IAC.

ana.lourenco@iacrianca.pt | 963274861