

## Mais de metade da população com 18 ou mais anos tinha excesso de peso

Em 2014, mais de metade (52,8%) da população com 18 ou mais anos tinha excesso de peso ou mesmo obesidade (50,9% há uma década). O aumento da obesidade foi o mais expressivo, tendo afetado principalmente as mulheres e a população com idades entre 45 e 74 anos.

Cerca de 75% da população com 15 ou mais anos consultou um médico de medicina geral e familiar.

A percentagem de pessoas que referiram consumir medicamentos prescritos por um médico aumentou acentuadamente com a idade, sendo esta situação mencionada por mais de 90% da população acima de 65 anos.

A proporção da população fumadora (20,0%) manteve-se estável face a 2005/2006 (20,9%), observando-se, todavia, uma diminuição de 2% no número de pessoas que fumam diariamente.

Quase 35% da população com 15 ou mais anos consumia bebidas alcoólicas diariamente.

O Instituto Nacional de Estatística efetuou em 2014, numa colaboração com o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA), o Inquérito Nacional de Saúde (INS 2014), em todo o território nacional.

Este inquérito teve população alvo, o conjunto de indivíduos com idade igual ou superior a 15 anos que, no período de referência, residiam no território nacional. Para essa seleção, utilizaram-se os alojamentos familiares de residência principal, em que, para cada alojamento, foi selecionado apenas um indivíduo. Assim, a amostra foi de 22 538 alojamentos selecionados (logo indivíduos) e 18 204 respostas válidas, o que corresponde a uma taxa de resposta global de 80,8%.

O objetivo principal foi caracterizar a população residente com 15 ou mais anos em três grandes domínios: estado de saúde, cuidados de saúde e determinantes de saúde relacionadas com estilos de vida.

Assim, no [destaque divulgado pelo INE](#), os dados de 2014 são, sempre que possível, comparados com os do 4.º INS, então realizado por iniciativa nacional, com questões comuns ao inquérito atual.

## O aumento da obesidade afetou principalmente as mulheres

Em 2014, 52,8% da população residente com 18 ou mais anos referiu ter peso e altura compatíveis com um Índice de Massa Corporal (IMC) correspondente a excesso de peso (grau I ou grau II) e obesidade, o que representa um aumento de 1,9 pontos percentuais em relação a 2005/2006. O aumento no período em análise foi de 1,2 p.p. para a percentagem de pessoas com obesidade, destacando-se o acréscimo da percentagem de mulheres classificadas nesta categoria (1,5 p.p.).

### Distribuição da população residente com 18 ou mais anos por classes do Índice de Massa Corporal (kg/m<sup>2</sup>), Portugal, 2005/2006 e 2014

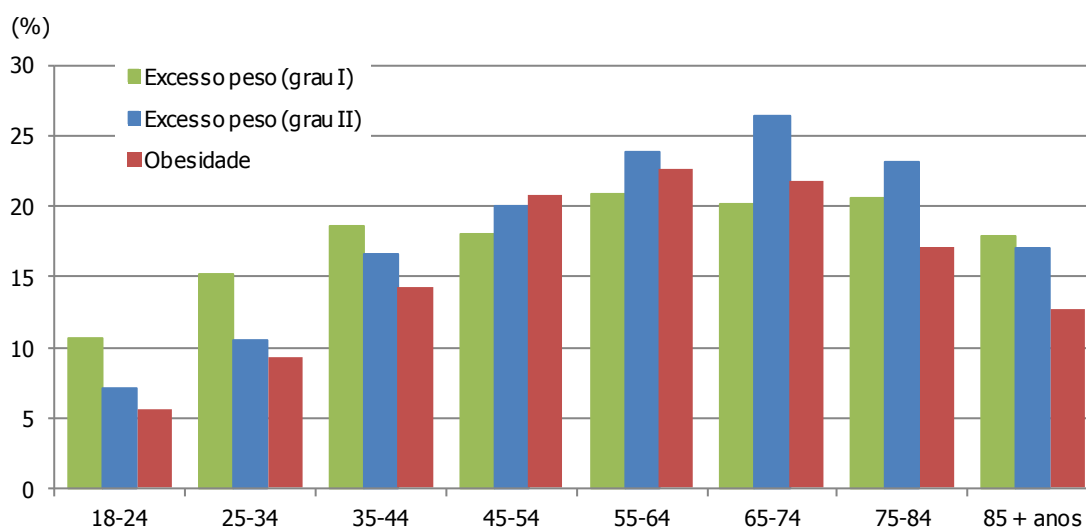
unidade: %

	Baixo Peso	Peso Normal	Excesso de Peso		Obesidade
	IMC < 18,5 kg/m <sup>2</sup>	IMC ≥ 18,5 Kg/m <sup>2</sup> e < 25 kg/m <sup>2</sup>	Grau I: IMC ≥ 25 Kg/m <sup>2</sup> e < 27 kg/m <sup>2</sup>	Grau II: IMC ≥ 27 Kg/m <sup>2</sup> e < 30 kg/m <sup>2</sup>	IMC ≥ 30 kg/m <sup>2</sup>
<b>2014</b>					
Total	1,8	44,0	18,0	18,4	16,4
Homens	x	41,0	21,5	20,5	15,1
Mulheres	2,5	46,5	14,9	16,7	17,5
<b>2005/2006</b>					
Total	2,2	45,6	17,1	18,6	15,2
Homens	1,0	42,4	19,9	20,7	14,3
Mulheres	3,3	48,4	14,6	16,6	16,0

**Fonte:** INE, Inquérito Nacional de Saúde 2014; INE/INSA, 4.º Inquérito Nacional de Saúde 2005/2006

Por grupo etário, verifica-se que a obesidade atingia, com maior grau de importância, a população com idades entre 45 e 74 anos (com proporções superiores à média do país), enquanto o excesso de peso de grau II era observado sobretudo na população entre 65 e 74 anos.

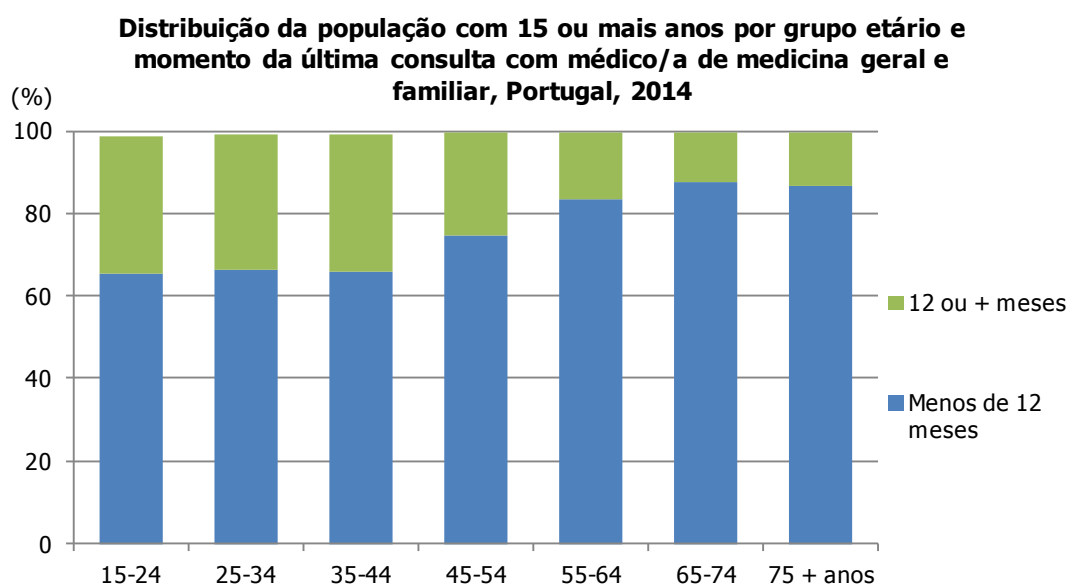
### Proporção da população residente com 18 ou mais anos com excesso de peso e obesidade por grupo etário, Portugal 2014



**Fonte:** INE, Inquérito Nacional de Saúde 2014

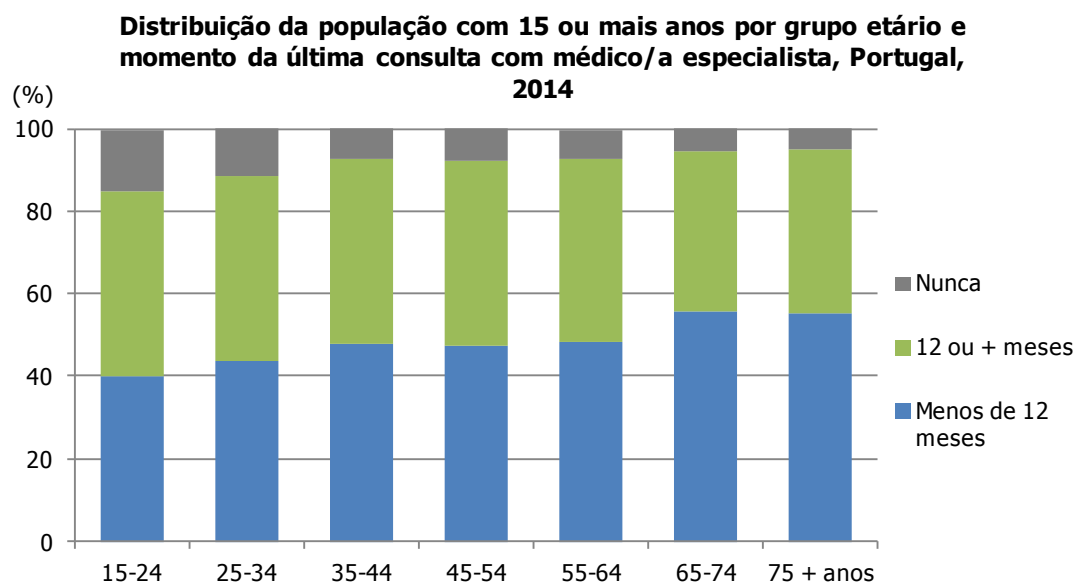
## Cerca de 75% da população com 15 ou mais anos referiu ter consultado um/a médico/a de medicina geral e familiar

No último trimestre de 2014, cerca de 75% dos portugueses com 15 ou mais anos referiram ter consultado um/a médico/a de medicina geral e familiar nos 12 meses anteriores à entrevista, com proporções entre 65,5% para os mais jovens (15 a 24 anos) e 86,6% para as pessoas com idade superior a 75 anos



Fonte: INE, Inquérito Nacional de Saúde 2014

Quanto às consultas com médicos especialistas, a percentagem de residentes com 15 ou mais anos que recorreu a este tipo de consultas, nos 12 meses anteriores à entrevista, situava-se em 48,1%, sendo que, com o avançar da idade, o aumento de frequência é menos expressivo do que no caso das consultas com médico/a de clínica geral e familiar.

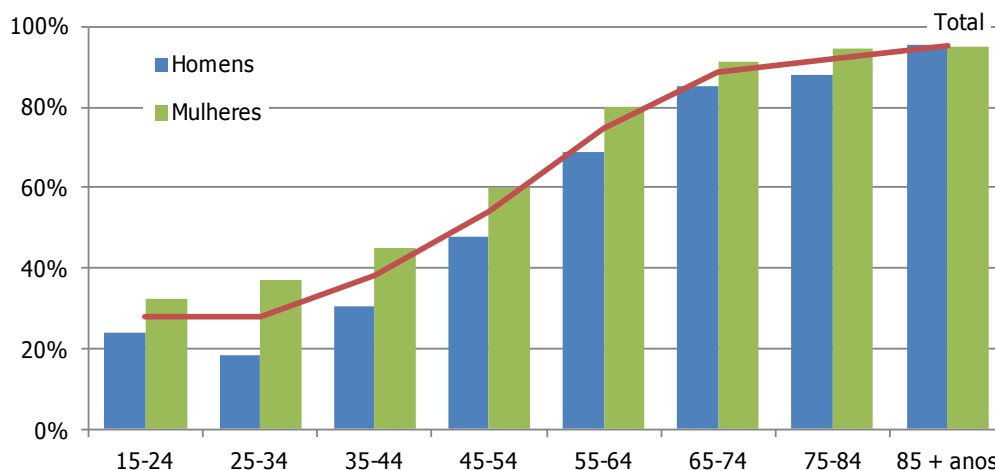


Fonte: INE, Inquérito Nacional de Saúde 2014

## O consumo de medicamentos prescritos por um médico ronda 90% para a população idosa

Em 2014, cerca de 56% da população com 15 ou mais anos consumiu, nas duas semanas anteriores à entrevista, medicamentos que foram prescritos por um/a médica/o, com proporções que aumentam de forma acentuada com a idade: inferior a 30% para pessoas com menos de 35 anos, 54,1% entre 45 e 54 anos e mais de 90% para as pessoas com 75 ou mais anos.

**População com 15 ou mais anos que consumiu medicamentos prescritos por sexo e grupo etário, Portugal 2014**

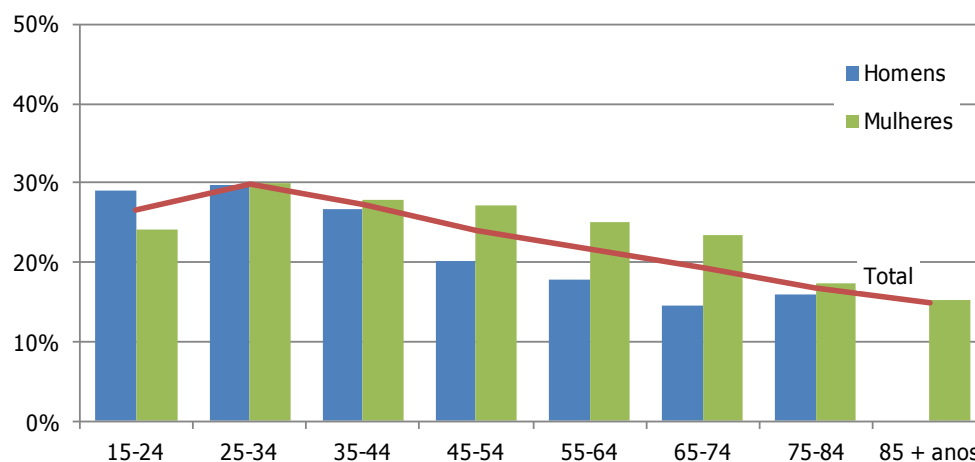


**Nota:** refere-se às duas semanas anteriores à entrevista  
**Fonte:** INE, Inquérito Nacional de Saúde 2014

## O consumo de medicamentos não prescritos é mais frequente até aos 34 anos

Em 2014, 23,9% da população com 15 ou mais anos consumiu medicamentos (nas duas semanas anteriores) não prescritos por um/a médica/o. Ao contrário do que se verifica com o consumo de medicamentos prescritos, o consumo de medicamentos não receitados por um/a médico/a decresce com o aumento da idade. A população entre 25 e 34 anos registou a frequência mais elevada (29,8%).

**População com 15 ou mais anos que consumiu medicamentos não prescritos por sexo e grupo etário, Portugal 2014**

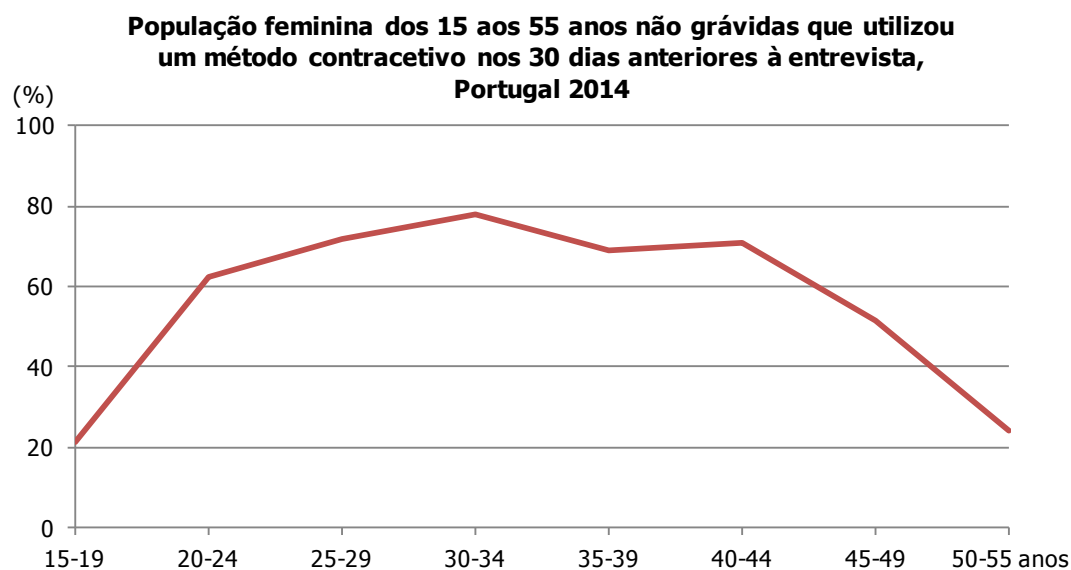


**Nota:** refere-se às duas semanas anteriores à entrevista  
**Fonte:** INE, Inquérito Nacional de Saúde 2014

### A pílula continua a ser o método contraceptivo mais utilizado pelas mulheres

Considerando as mulheres dos 15 aos 55 anos, 55,4% indicou ter utilizado um método contraceptivo nos 30 dias anteriores à entrevista com o objetivo de evitar uma gravidez.

Por grupo etário, a proporção de mulheres que utilizaram um método contraceptivo atingiu a frequência mais elevada na faixa dos 30–34 anos (77,7%) e dos 25–29 anos (71,8%). A proporção mais baixa (21,3%) registou-se no grupo de mulheres mais jovens (dos 15 aos 19 anos).



**Notas:** refere-se à utilização de método contraceptivo para evitar uma gravidez.

**Fonte:** INE, Inquérito Nacional de Saúde 2014

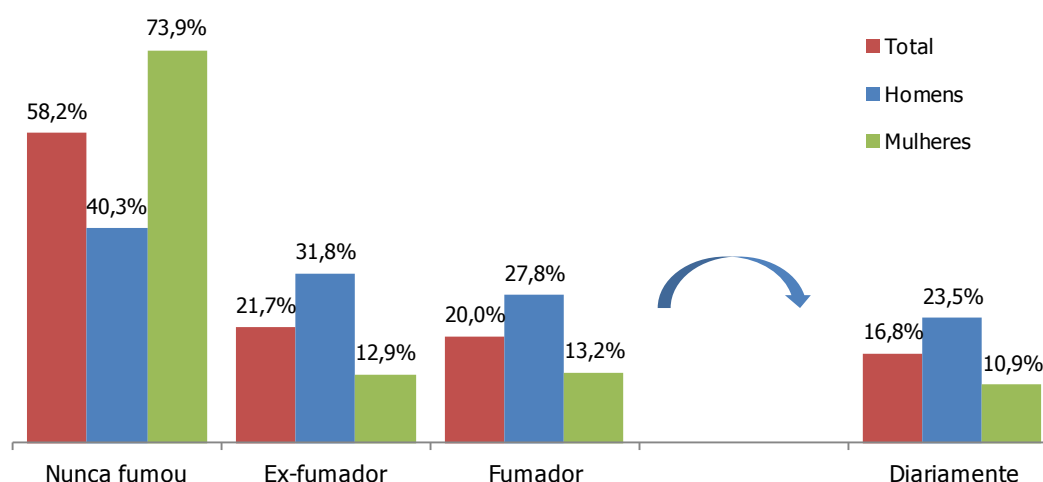
A pílula foi indicada como o principal método contraceptivo utilizado por quase 70% das mulheres que fizeram contraceção, nos 30 dias anteriores à entrevista; era também o método preferencial em qualquer dos grupos etários considerados.

### A proporção de fumadores manteve-se estável na última década

Em 2014, o consumo de tabaco situava-se em 20,0% para a população com 15 ou mais anos. Destes, 16,8% fumavam diariamente. O consumo de tabaco era mais elevado nos homens (27,8%, vs 13,2% das mulheres).

Ao contrário, as mulheres que referiram nunca ter fumado registavam uma proporção bastante superior à dos homens (73,9% face a 40,3%, respetivamente).

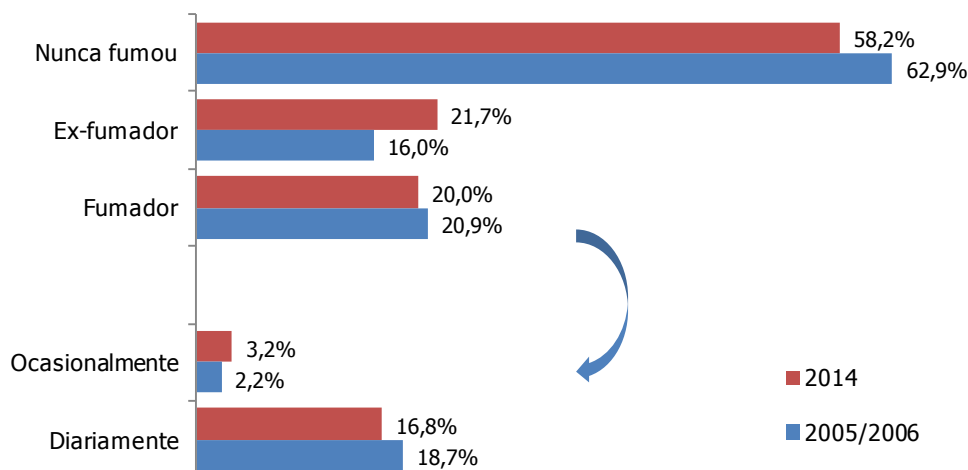
### População com 15 ou mais anos por sexo e condição perante o consumo de tabaco, Portugal 2014



Fonte: INE, Inquérito Nacional de Saúde 2014

A diferença entre homens e mulheres reflete-se também no número médio de cigarros consumidos diariamente: mais de metade dos homens fumava entre 11 e 20 cigarros em média, por dia (51,5%) comparativamente a 35,4% das mulheres. O consumo médio diário inferior a 11 cigarros era de 60,2% para as mulheres e de 36,5% para os homens.

### População com 15 ou mais anos segundo a condição perante o consumo de tabaco, Portugal, 2005/2006 e 2014



Fonte: INE, Inquérito Nacional de Saúde 2014; INE/INSA, 4.º Inquérito Nacional de Saúde 2005/2006

Por comparação com os resultados do 4.º INS, os ex-fumadores registaram um aumento de quase 6 p.p. (21,7% em 2014 e 16,0% em 2005/2006) e diminuiu a percentagem da população que nunca fumou (de 62,9% em 2005/2006 para 58,2% em 2014).

A proporção da população fumadora (20,0%) manteve-se estável face a 2005/2006 (20,9%), observando-se todavia uma redução dos fumadores regulares (que fumam diariamente) de quase 2 p.p.

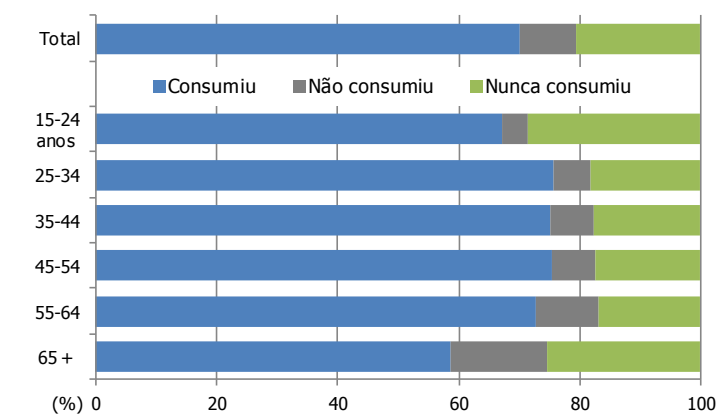
De acordo com o inquérito de 2014, 92,1% das pessoas que deixaram de fumar fizeram-no sem qualquer apoio, enquanto 3,6% recorreram a apoio médico e/ou de medicamentos para deixar de fumar.

No mesmo ano, 8,6% da população com 15 ou mais anos indicou estar exposta a fumo passivo todos os dias, isto é, em espaços fechados com fumo produzido por outras pessoas. Os locais de lazer foram referidos como local de exposição diária por 38,3% da população afetada, enquanto para 31,0% o principal local era a sua casa e para 20,5% o local de trabalho.

### Quase 35% da população com 15 ou mais anos consumia bebidas alcoólicas diariamente

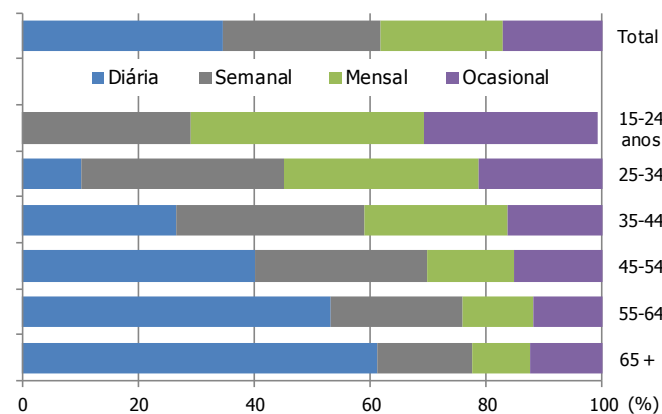
De acordo com os resultados do inquérito realizado em 2014, 70,0% da população com 15 ou mais anos referiu ter consumido bebidas alcoólicas pelo menos uma vez, nos 12 meses anteriores à entrevista. As proporções de consumo de álcool eram mais elevadas para pessoas com 25 a 54 anos (superiores a 75%). Foram sobretudo as/os jovens (15–24 anos) e as/os idosas/os aqueles que referiram nunca ter consumido bebidas alcoólicas (28,4% e 25,3%, respetivamente), nos 12 meses anteriores à entrevista.

**População com 15 ou mais anos por condição perante o consumo de bebidas alcoólicas nos 12 meses anteriores à entrevista, Portugal 2014**



Fonte: INE, Inquérito Nacional de Saúde 2014

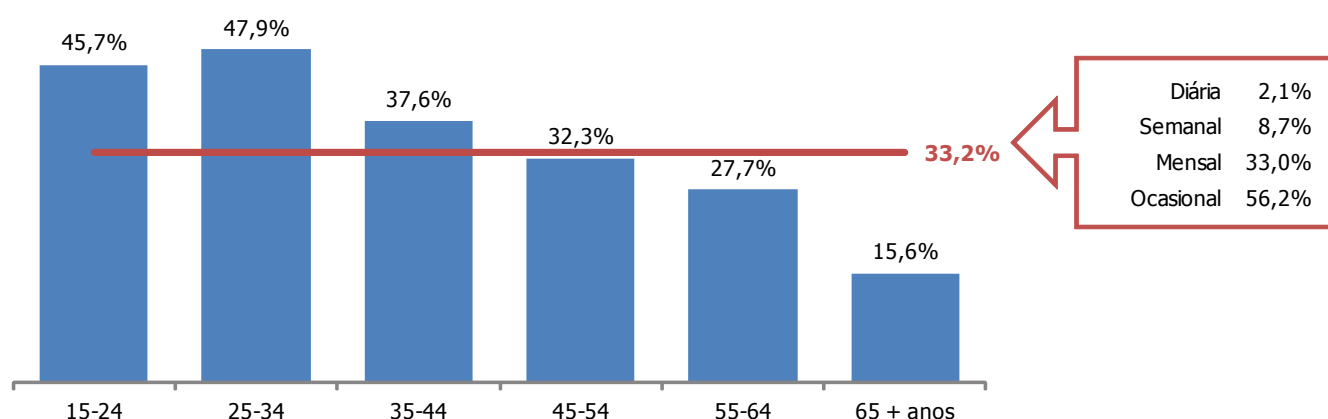
**População com 15 ou mais anos que consumiu bebidas alcoólicas nos 12 meses anteriores à entrevista por frequência do consumo, Portugal 2014**



Fonte: INE, Inquérito Nacional de Saúde 2014

Por outro lado, considerando apenas a população que consumiu bebidas alcoólicas, constatou-se que, nos 12 meses anteriores à entrevista, a frequência diária de consumo aumentava com a idade: 10,1% para as pessoas de 25 a 34 anos, de 40,1% para o grupo de 45 a 54 anos, e de 61,1% para a população idosa. Ao contrário, a frequência dos consumos esporádicos de álcool era mais elevada para os jovens: 70,1% das pessoas entre 15 e 24 anos referiu ter bebido álcool com uma frequência mensal ou ocasional durante o ano anterior, face a 38,2% para a população em geral.

**População com 15 ou mais anos que consumiu 6 ou mais bebidas alcoólicas numa única ocasião (consumo arriscado) nos 12 meses anteriores à entrevista por grupo etário e frequência desse consumo naquele período, Portugal 2014**



**Notas:** refere-se à população que consumiu pelo menos uma bebida alcoólica nos 12 meses anteriores à entrevista.  
**Fonte:** INE, Inquérito Nacional de Saúde 2014

De acordo com o inquérito de 2014, o consumo arriscado de álcool (6 ou mais unidades de 10 gr de álcool numa única ocasião), pelo menos uma vez no ano anterior à entrevista, foi referido por 33,2% da população; destes, mais de metade referiu fazê-lo com frequência ocasional (56,2%).



**Para saber mais...****Nota metodológica**

O **Inquérito Nacional de Saúde 2014 (INS 2014)** foi realizado pelo Instituto Nacional de Estatística, em colaboração com o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, junto de uma amostra representativa de alojamentos de todo o território nacional.

Este inquérito enquadra-se no projeto EHIS (*European Health Interview Survey*), cuja recolha regular está prevista no regulamento das estatísticas em saúde pública e em saúde e segurança no trabalho da Comissão Europeia (Regulamento CE n.º 1338/2008). O objetivo é o de caracterizar a população residente com 15 ou mais anos em três grandes domínios: estado de saúde, cuidados de saúde e determinantes de saúde relacionadas com estilos de vida. O INS 2014 foi harmonizado e regulamentado a nível europeu (Regulamento UE n.º 141/2013), permitindo a comparação dos resultados. Foram, ainda, incluídas questões de cariz nacional que visavam assegurar a recolha de dados sobre temáticas relevantes para a caracterização do estado de saúde da população portuguesa (nomeadamente a saúde reprodutiva, o consumo de alimentos, a satisfação com a vida e a incapacidade de longa duração) e a comparabilidade com os dados recolhidos no âmbito do 4.º INS de 2005/2006.

A população alvo do inquérito foi o conjunto de todos os indivíduos com idade igual ou superior a 15 anos que, no período de referência, residiam no território nacional.

A seleção da amostra seguiu um esquema de amostragem estratificado, sendo, em cada alojamento (22 538 no total) selecionado apenas um indivíduo.

As respostas ao INS 2014 foram recolhidas entre setembro e dezembro de 2014 através de entrevistas presenciais e via web, esta pela primeira vez num inquérito por amostragem às famílias. Foram obtidas 18 204 respostas válidas, o que corresponde a uma taxa de resposta global para o território nacional de 80,8%.

**Conceitos:**

**Bebida alcoólica:** Bebida para consumo humano que contém etanol.

**Consulta:** Ato em saúde no qual um profissional de saúde avalia a situação clínica de uma pessoa e procede ao planeamento da prestação de cuidados de saúde.

**Contraceção:** Utilização de meios com o objetivo de evitar a gravidez por via de relações sexuais.

**Fumo passivo:** Inalação do fumo de tabaco produzido por terceiros.

**Índice de massa corporal:** Índice internacional adotado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) que permite determinar se um indivíduo tem baixo peso, peso normal, excesso de peso ou obesidade. Nota: o índice de massa corporal corresponde ao quociente entre o peso de uma pessoa em quilogramas e o quadrado da sua altura em metros.

**Medicina geral e familiar:** Especialidade em medicina que se ocupa dos problemas de saúde dos indivíduos e das famílias de forma continuada e no contexto da comunidade.

**Médico de medicina geral e familiar:** Médico especialista em Medicina Geral e Familiar.

**Médico especialista:** Médico habilitado a exercer uma especialidade em medicina.

**Pílula contracetiva:** Método de contraceção hormonal que consiste na toma regular de um comprimido por via oral.

Para consultar o Destaque integral do INE, aceda [aqui](#). Nesta página, pode ainda aceder aos dados em folha de cálculo.