EM FOCO
24 de junho de 2026

Inquérito Nacional de Saúde 2025

30,3% da população com 15 e mais anos sofria de dores lombares e outros problemas crónicos nas costas, 26,0% de hipertensão arterial e 22,9% tinha colesterol elevado

Em 2025, realizou-se em todo o País, o Inquérito Nacional de Saúde, operação estatística da responsabilidade do Instituto Nacional de Estatística (INE), cuja recolha na Região Autónoma da Madeira (RAM) foi efetuada pela Direção Regional de Estatística da Madeira (DREM).

Esta operação estatística teve como principal objetivo a caraterização da população portuguesa residente com 15 ou mais anos em três grandes vertentes da saúde: estado de saúde e eventuais limitações nas atividades do dia a dia, cuidados de saúde adotados e determinantes para o estado de saúde relacionados com estilos de vida.

Os resultados apresentados integram as novas Estimativas da População Residente (de base administrativa) no modelo de calibração.

Entre os resultados apurados para a população residente com 15 ou mais anos, destacam-se os seguintes:

- Mais de metade da população (53,8%) avaliou o seu estado de saúde oral como “Muito bom ou bom” e 12,1% como “Mau ou muito mau”;
- A dor crónica associada às dores lombares ou outros problemas crónicos nas costas, foi em 2025 a doença crónica referida mais frequentemente pelos indivíduos (30,3%), seguida pela hipertensão arterial (26,0%) e pelo colesterol elevado (22,9%);
- Cerca de três em cada cinco indivíduos consultaram um dentista no último ano (60,9%);
- A população com 18 ou mais anos evidenciou pré-obesidade (39,7%) ou obesidade (20,9%);
- 68,5% da população consumia legumes ou saladas pelo menos 4 vezes por semana;
- O consumo de bebidas alcoólicas, nos 12 meses anteriores à entrevista, foi referido por 65,2% dos indivíduos;
- Há uma predominância de indivíduos não fumadores (82,0%), embora 13,7% referiram fumar diariamente e 2,3% de forma ocasional.

1. Introdução

Entre setembro e dezembro de 2025 realizou-se em todo o País o Inquérito Nacional de Saúde (INS), operação estatística da responsabilidade do Instituto Nacional de Estatística (INE), com a colaboração do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) no desenho da componente nacional do questionário. Na Região Autónoma da Madeira (RAM), a recolha de informação foi efetuada pela Direção Regional de Estatística da Madeira (DREM), tendo-se obtido 1 965 entrevistas conseguidas ao indivíduo.

Esta operação estatística teve como principal objetivo a caraterização da população portuguesa residente com 15 ou mais anos em três grandes vertentes da saúde: estado de saúde e eventuais limitações nas atividades do dia a dia, cuidados de saúde adotados (assistência hospitalar, consultas, consumo de medicamentos e cuidados preventivos) e determinantes para o estado de saúde relacionados com estilos de vida (atividade física, consumo de alimentos, consumo de tabaco e álcool, relações sociais).

Neste “Em Foco” apresentam-se os primeiros resultados para a RAM, divulgados em simultâneo com a publicação nacional do INE. Prevê-se ainda a disponibilização de novos indicadores, ao longo do ano, à semelhança do que foi realizado em edições anteriores.

Os resultados apresentados integram as novas Estimativas da População Residente (de base administrativa) no modelo de calibração. Considerando as diferenças metodológicas introduzidas nestas estimativas em 2021, bem como a influência da demografia nas estatísticas da saúde, a leitura comparada dos resultados do INS 2025 com os das edições anteriores (2014 e 2019) deve ter presente este contexto.

Assim, as comparações com 2019 deverão ser feitas com cuidado, implicando uma análise prévia da influência das novas Estimativas da População Residente nas variações observadas.

2. ESTADO DE SAÚDE

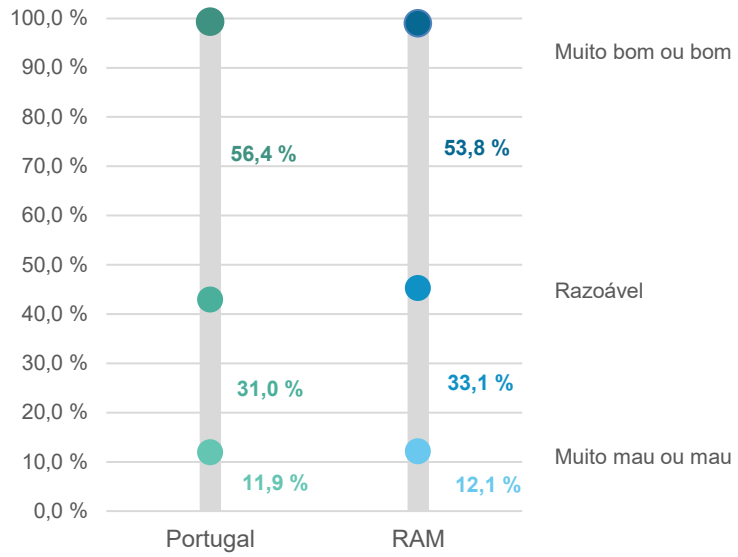
Melhoria na autoapreciação do estado de saúde oral

Através de uma autoapreciação do estado de saúde, a população com 15 ou mais anos procedeu à apreciação do estado de saúde geral dos seus dentes e gengivas, bem como à identificação de determinadas doenças crónicas ou problemas de saúde prolongados que sofreu nos 12 meses anteriores à entrevista.

Em 2025, a autoapreciação do estado de saúde oral evidenciou uma perceção globalmente positiva. Mais de metade da população residente com 15 ou mais anos (53,8%) avaliou o seu estado de saúde oral como “Muito bom ou bom”. Cerca de um terço da população (33,1%) considerou o estado de saúde dos seus dentes e gengivas “Razoável”, enquanto uma proporção menor, de 12,1%, classificou-o como “Muito mau ou mau”.

No País, 56,4% dos indivíduos avaliaram o seu estado de saúde oral como “Muito bom ou bom”, proporção superior à observada na RAM em 2,6 pontos percentuais (p.p.).

Gráfico 1 - Proporção da população com 15 ou mais anos por autoapreciação da saúde oral, RAM e Portugal, 2025



A dor crónica associada às dores lombares ou outros problemas crónicos nas costas, foi em 2025 a doença crónica referida mais frequentemente pelos indivíduos com 15 ou mais anos, situando-se nos 30,3% (70,5 mil pessoas).

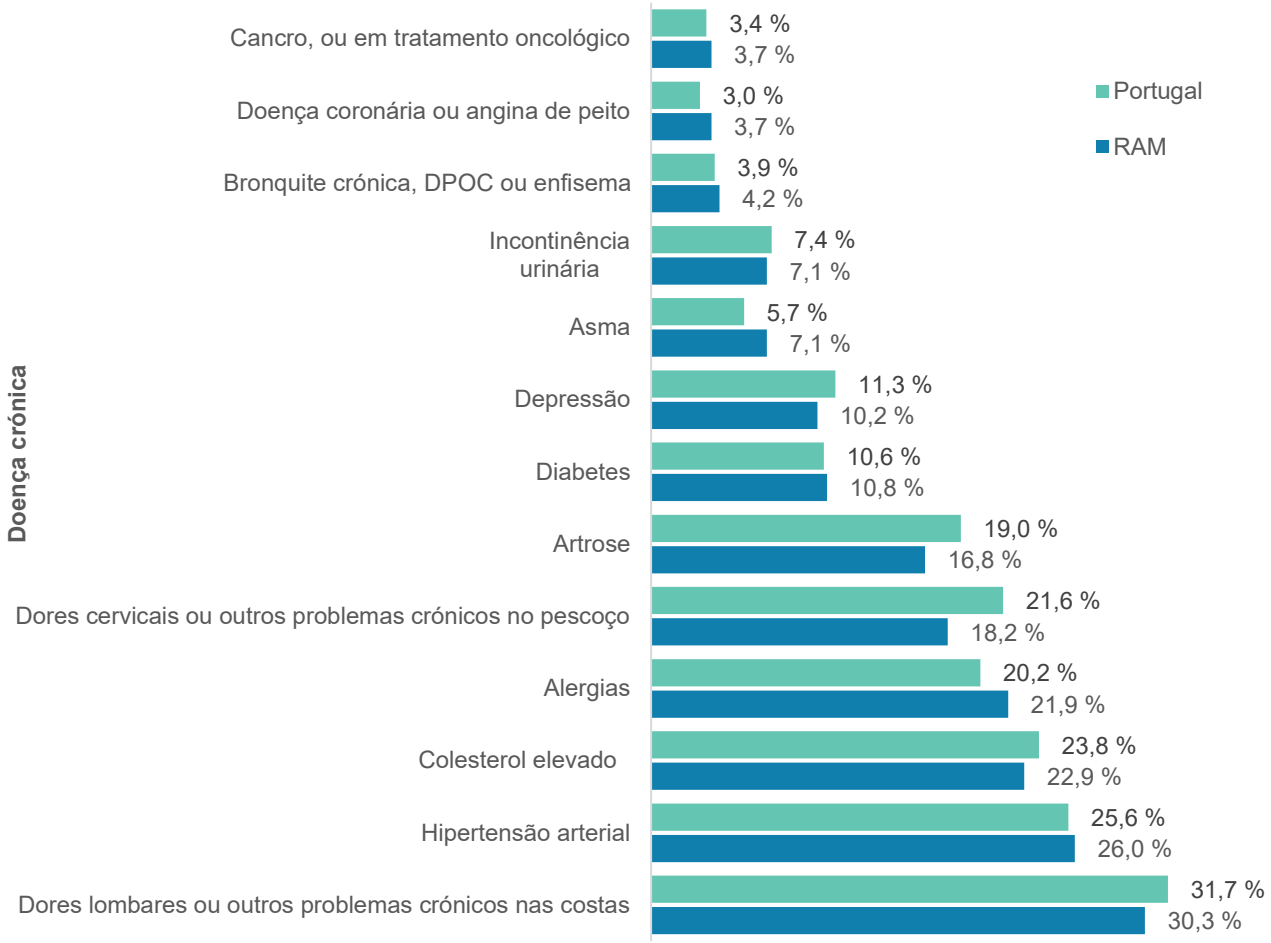
A hipertensão arterial foi a segunda doença crónica com maior expressão, sendo reportada por 26,0% da população com 15 ou mais anos, o equivalente a 60,4 mil pessoas.

O colesterol elevado (níveis elevados de gordura no sangue), constituiu a terceira doença crónica mais frequentemente referida, afetando 22,9% da população (53,2 mil pessoas).

Destacam-se ainda as alergias, entre as doenças crónicas referidas com uma proporção de 21,9%.

No País, tal como na Região, as doenças crónicas mais frequentes foram as dores lombares ou outros problemas crónicos nas costas (31,7%), a hipertensão arterial (25,6%) e o colesterol elevado (23,8%).

Gráfico 2 - Proporção da população com 15 ou mais anos por tipo de doença crónica, RAM e Portugal, 2025



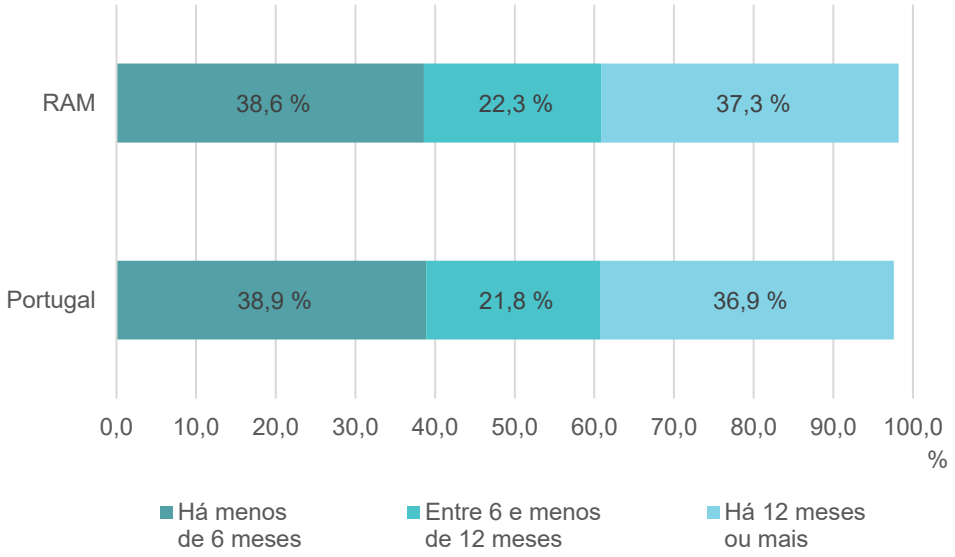
3. CUIDADOS DE SAÚDE

Cerca de três em cada cinco indivíduos consultaram um dentista no último ano

Ao nível dos cuidados de saúde adotados, cerca de três em cada cinco indivíduos com 15 ou mais anos referiu ter realizado uma consulta com um dentista no último ano: 38,6% há menos de 6 meses e 22,3% entre 6 e menos de 12 meses. Refira-se ainda que 37,3% dos indivíduos indicaram ter consultado um dentista há 12 meses ou mais.

A nível nacional, a proporção de indivíduos com 15 ou mais anos que indicou ter consultado um dentista no último ano foi semelhante à da Região, tendo 38,9% consultado há menos de 6 meses e 21,8% entre 6 e menos de 12 meses. 36,9% dos indivíduos referiram ter consultado um dentista há 1 ano ou mais, valor inferior em 0,4 p.p. ao da RAM.

Gráfico 3 - Proporção da população com 15 ou mais anos por escalão de tempo decorrido desde a última consulta com dentista, RAM e Portugal, 2025



4. DETERMINANTES DE SAÚDE

População adulta evidenciou pré-obesidade ou obesidade

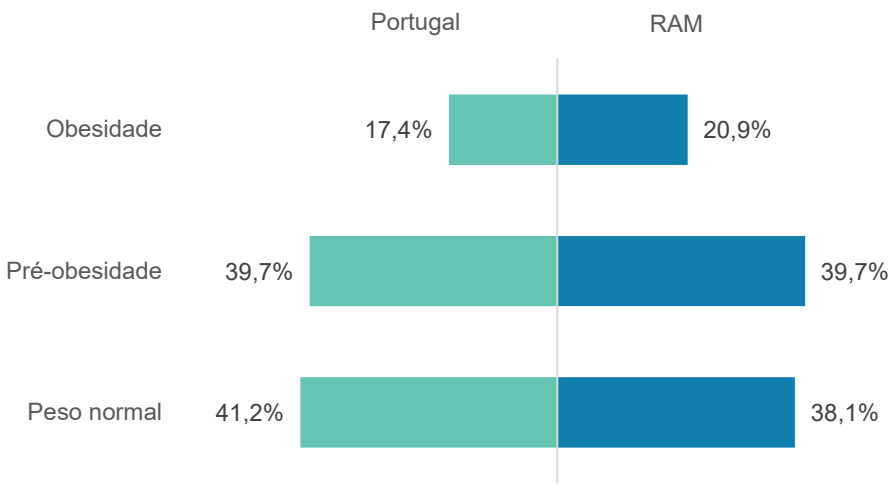
No âmbito dos determinantes de saúde, analisam-se quatro indicadores relacionados com hábitos alimentares e comportamentos de risco, nomeadamente o Índice de Massa Corporal (IMC)[1], a frequência de consumo de legumes ou saladas, o consumo de tabaco e de bebidas alcoólicas.

Em 2025, cerca de três em cada cinco indivíduos com 18 ou mais anos residentes na RAM (60,6%), apresentavam valores de IMC acima dos recomendados: 39,7% estavam em situação de pré-obesidade (25,0 ≤ IMC < 30,0) e 20,9% em obesidade (IMC ≥ 30,0). Por sua vez, a proporção de indivíduos com peso normal (18,5 ≤ IMC < 25,0) situou-se nos 38,1%.

A nível nacional, a proporção da população com 18 ou mais anos em situação de pré-obesidade ou obesidade era inferior, fixando-se em 57,1% (39,7% com pré-obesidade e 17,4% com obesidade).

[1] O IMC é o rácio entre o peso e a altura ao quadrado.

Gráfico 4 – Proporção da população residente com 18 ou mais anos por classes do Índice de Massa Corporal, RAM e Portugal, 2025

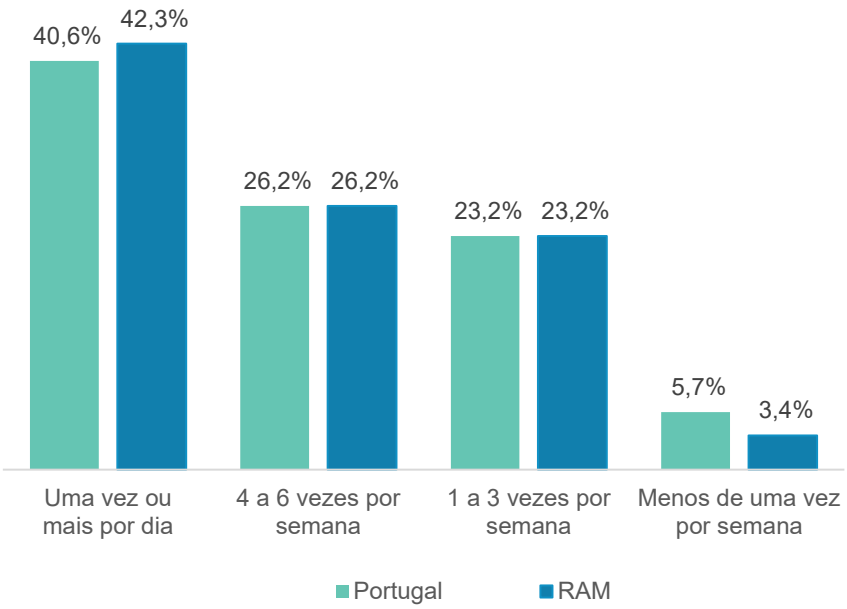


Na RAM, em 2025, os hábitos de consumo de legumes ou saladas (excluindo sopas, batatas e sumos) revelaram que cerca de 68,5% da população com 15 e mais ingeria estes alimentos pelo menos 4 vezes por semana.

Entre estes indivíduos, 42,3% apresentavam um consumo regular e frequente de legumes ou saladas, ingerindo-os uma vez ou mais por dia. Os restantes 26,2% consumiam estes alimentos com menor regularidade, entre 4 a 6 vezes por semana. Já o nível de consumo mais baixo, menos de uma vez por semana, foi referido por apenas 3,4% dos indivíduos.

No País, o consumo diário de legumes ou saladas foi referido por 40,6% da população com 15 e mais anos, valor inferior ao observado na RAM em 1,7 p.p.. Por outro lado, a nível nacional, o consumo destes alimentos entre 4 a 6 vezes por semana foi referido pela mesma proporção de indivíduos residentes na Região, 26,2%.

Gráfico 5 – Proporção da população residente com 15 ou mais anos por frequência do consumo de legumes ou saladas, RAM e Portugal, 2025

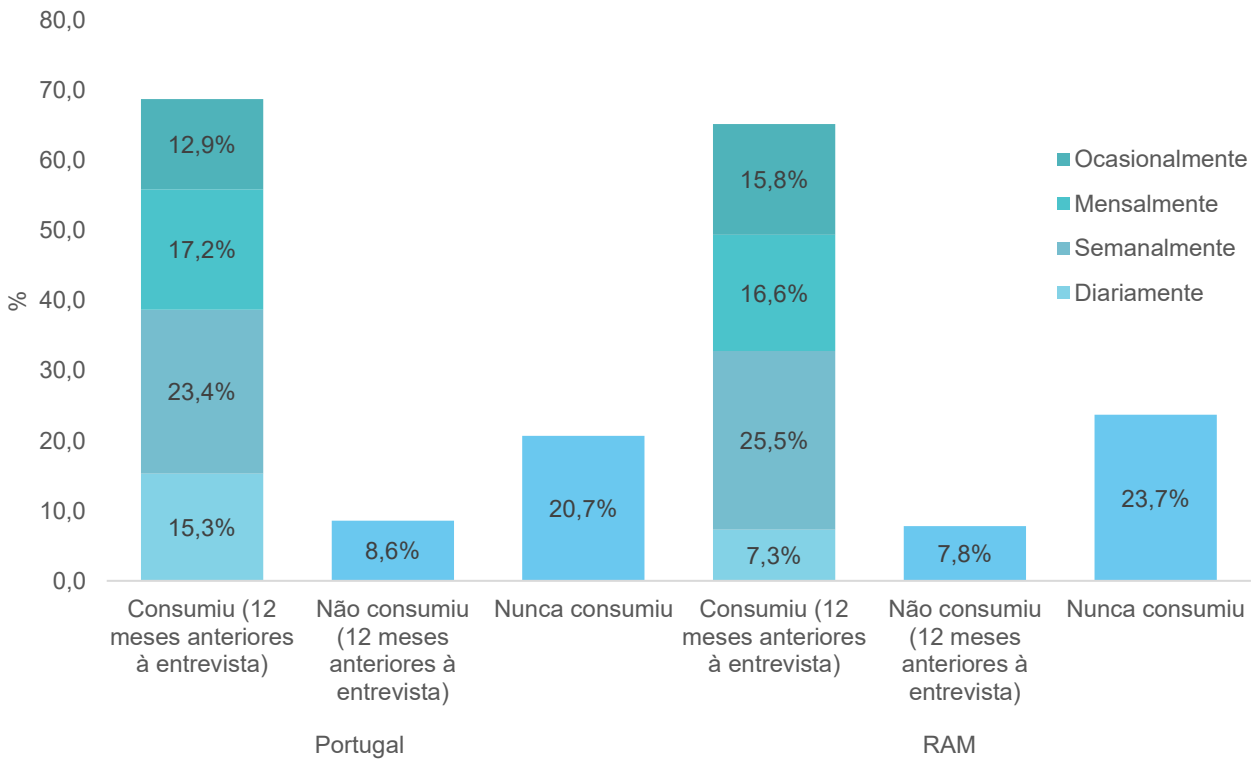


De acordo com os dados do INS, 65,2% da população residente com 15 ou mais anos referiu ter consumido bebidas alcoólicas nos 12 meses anteriores à entrevista, o que indica que cerca de dois terços dos residentes tiveram contacto recente com este tipo de consumo. Entre estes indivíduos, observa-se uma predominância dos padrões de consumo menos frequentes: 7,3% consumiu diariamente, 25,5% semanalmente, 16,6% mensalmente e 15,8% ocasionalmente.

Por outro lado, 31,5% dos indivíduos nunca consumiu ou não consumiu no último ano, correspondendo, respetivamente, a 23,7% e 7,8%.

A nível nacional, o consumo de bebidas alcoólicas em 2025 foi superior em 3,7 p.p. ao observado na Região, com 68,9% da população com 15 ou mais anos a terem consumido nos 12 meses anteriores à entrevista. O consumo diário foi o que mais se destacou, sendo a média nacional de 15,3%, muito superior à da Região (+8,0 p.p.). Em contraste, o consumo semanal e ocasional apresentou valores inferiores no País face à RAM, situando-se em 23,4% e 12,9%, respetivamente.

Gráfico 6 – Proporção da população residente com 15 ou mais anos por padrão de consumo de bebidas alcoólicas nos 12 meses anteriores à entrevista, RAM e Portugal, 2025



Na RAM, em 2025, os hábitos de consumo de tabaco entre a população residente com 15 ou mais anos, mostraram uma predominância de não fumadores (82,0%), embora a proporção de fumadores continuasse relevante: 13,7% fumavam diariamente e 2,3% de forma ocasional.

Entre os indivíduos que se declararam não fumadores, destacam-se 63,1% que afirmaram nunca terem fumado, enquanto os restantes 19,0% declararam-se ex-fumadores.

A nível nacional, o padrão de consumo de tabaco era muito semelhante ao observado na Região, destacando-se uma maior proporção de ex-fumadores (22,7%), mais 3,7 p.p. face à RAM, e uma proporção ligeiramente inferior de fumadores diários (12,7%), menos 1,0 p.p. do que na RAM.

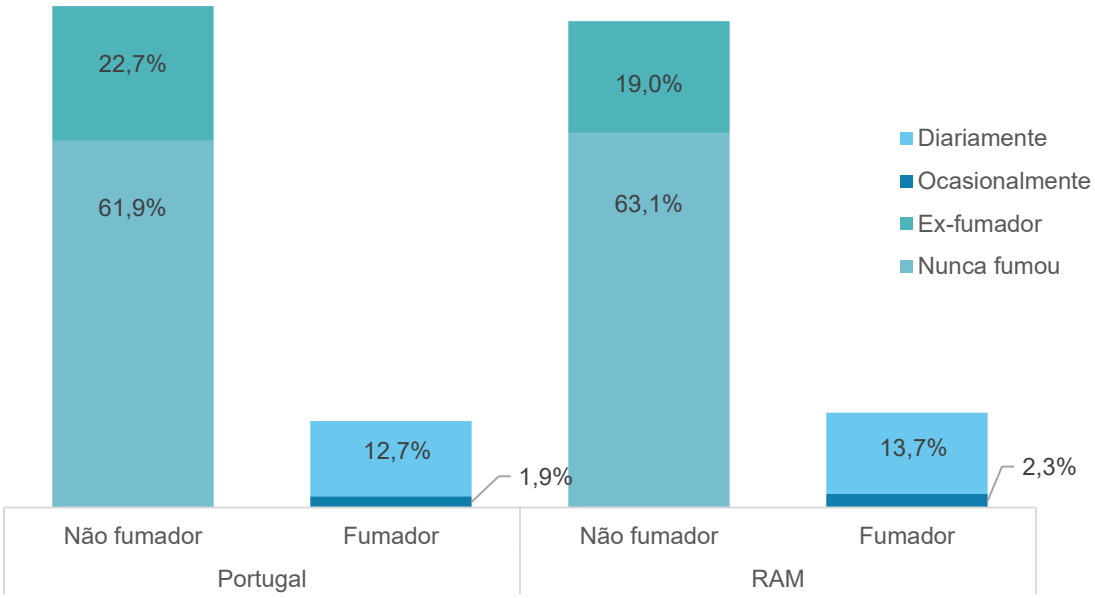



Gráfico 7 – Proporção da população residente com 15 ou mais anos por padrão de consumo de tabaco nos 12 meses anteriores à entrevista, RAM e Portugal, 2025