

Açorianos são os mais obesos do país com destaque para a população feminina

A população residente na Região Autónoma dos Açores registava, em 2019, as proporções mais elevadas de pessoas com um índice de massa corporal classificado como obesidade, destacando-se em particular a população feminina (25,3%), revelou ontem o INE.

O Algarve encontrava-se no extremo oposto (13,6%).

A proporção de adultos com excesso de peso ou obesidade aumentou 0,8 p.p. em relação a 2014, principalmente no caso dos homens (mais 1,5 p.p.) e nos grupos etários mais jovens (dos 18 aos 34 anos) e mais idosos (85 ou mais anos).

Em 2019, mais de metade da população com 18 ou mais anos (53,6%) tinha excesso de peso ou obesidade, isto é, tinha um índice de massa corporal (IMC) de 25 ou mais kg/m².

A obesidade (30 ou mais kg/m²) atingia 1,5 milhões de pessoas com 18 ou mais anos (16,9%), sendo as mulheres mais afectadas que os homens (17,4% e 16,4%, respectivamente).

Ainda de acordo com os resultados do inquérito, a obesidade afectava principalmente a população dos 55 aos 74 anos, com valores superiores a 20%.

O Instituto Nacional de Estatística divulgou ontem os principais resultados do Inquérito Nacional de Saúde 2019 (INS 2019), realizado em todo o território nacional, entre setembro de 2019 e janeiro de 2020.

O INS 2019 é um inquérito harmonizado e regulamentado ao nível europeu (Regulamento UE 2018/255), permitindo a comparação internacional dos resultados.

Foram, ainda, incluídas questões de cariz nacional com vista a obter dados sobre temáticas relevantes para a caracterização do estado de saúde da população (nomeadamente a saúde reprodutiva, o consumo de alimentos, a satisfação com a vida e a incapacidade de longa duração).

No estudo revelado ontem estão os principais resultados obtidos em relação a determinantes de saúde e procede-se à comparação com os obtidos na edição anterior (2014).

Principais resultados

Em síntese, eis os resultados:

Mais de metade da população com 18 e mais anos (4,6 milhões) continuava a ter excesso de peso (36,6%) ou obesidade (16,9%) em 2019, verificando-se um ligeiro aumento em relação a 2014 (36,4% de excesso de peso e 16,4% de obesidade).

A maioria da população com 15 ou mais anos (65,6%) não praticava qualquer atividade desportiva de forma regular, sendo apenas 13,6% os que referiram praticar exercício físico em um ou dois dias por semana, menos 1,8 p.p. que em 2014.

Aumentou contudo o número dos que se deslocavam a pé diariamente (de 2,5 milhões em 2014 para 3,0 milhões em 2019).

66,4% da população com 15 ou mais anos referiu consumir fruta diariamente, e 41,7% consumiam diariamente legumes ou saladas.

Apenas 0,5% referiram não consumir carne, peixe, nem quaisquer produtos derivados; e 2,8% não consumiam carne ou produtos derivados.

Em 2019, 17,0% da população com 15 ou mais anos era fumadora, menos 3,0 p.p. que em 2014; 1,3 milhões de pessoas (14,2%) fumavam diariamente e 248 mil (2,8%) faziam-no ocasionalmente.

O consumo regular de tabaco registava um rácio de 2,0 homens por cada mulher. Cerca de 6,2 milhões de pessoas referiram ter consumido bebidas alcoólicas nos 12 meses anteriores à entrevista: destes, 1,8 milhões fizeram-no diariamente (menos 14 p.p. que em 2014). Por outro lado, 2,6 milhões (mais de 40% da população em análise) referiram ter consumido 6 ou mais bebidas alcoólicas numa única ocasião ou evento (consumo arriscado) pelo menos uma vez nos 12 meses anteriores, um aumento relativamente a 2014 (33,2%). 8,0% da população residente com 15 e mais anos (716 mil pessoas) apresentava sintomas depressivos e 1,9% (cerca de 170 mil pessoas) não tinham a quem recorrer em caso de problema pessoal grave.

Figura 2. Proporção da população com 18 ou mais anos com obesidade por sexo, NUTS II, 2019

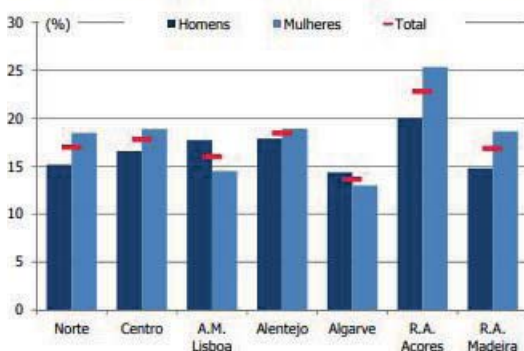


Figura 8. Proporção da população com 15 ou mais anos por condição perante o consumo de tabaco e sexo, Portugal 2014

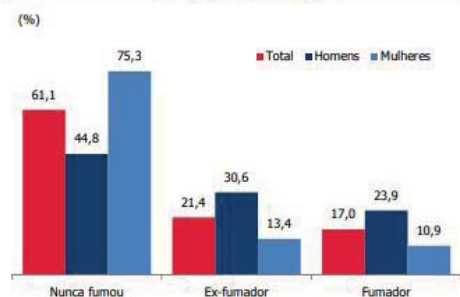


Figura 7. Proporção da população com 15 ou mais anos por frequência de consumo de fruta, legumes, sumos naturais, refrigerantes e de produtos de origem animal Portugal, 2019

