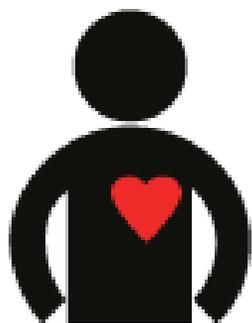


Os portugueses e os factores de risco 2025



Fundação
Portuguesa de
Cardiologia



Contextualização

- › A Fundação Portuguesa de Cardiologia contactou a GfK com o objectivo de realizar, à semelhança do que aconteceu em anos passados, um inquérito à população.
- › Neste caso, o inquérito versou sobre factores de risco.



Metodologia



UNIVERSO

O Universo é constituído por indivíduos, com idade igual ou superior a 18 anos, residentes em Portugal Continental.

AMOSTRA

A amostra foi constituída por **801 indivíduos**. Os respondentes foram seleccionados através do método de quotas.

RECOLHA DE INFORMAÇÃO

A informação foi recolhida através de entrevista, em total privacidade, com base em questionário elaborado pela GfK, a partir dos objectivos enumerados. As entrevistas foram realizadas em Abril de 2025.

“Sabe que as Doenças Cardiovasculares são a principal causa de morte em Portugal?”

Sim, sei

76%



Hipertensão Arterial

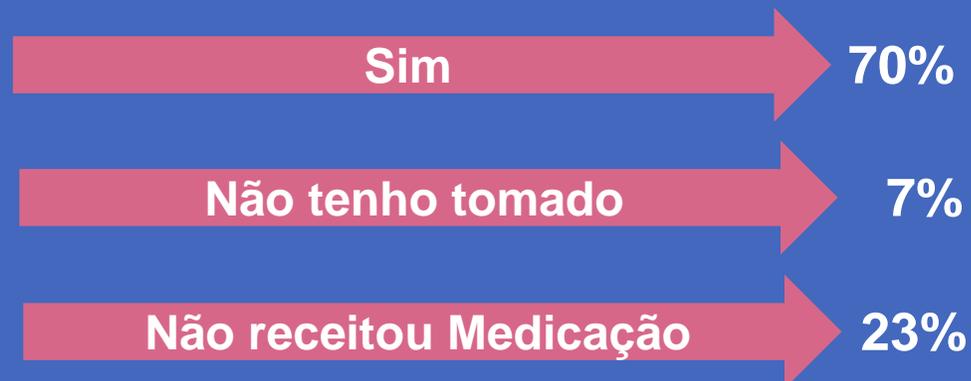


Hipertensão

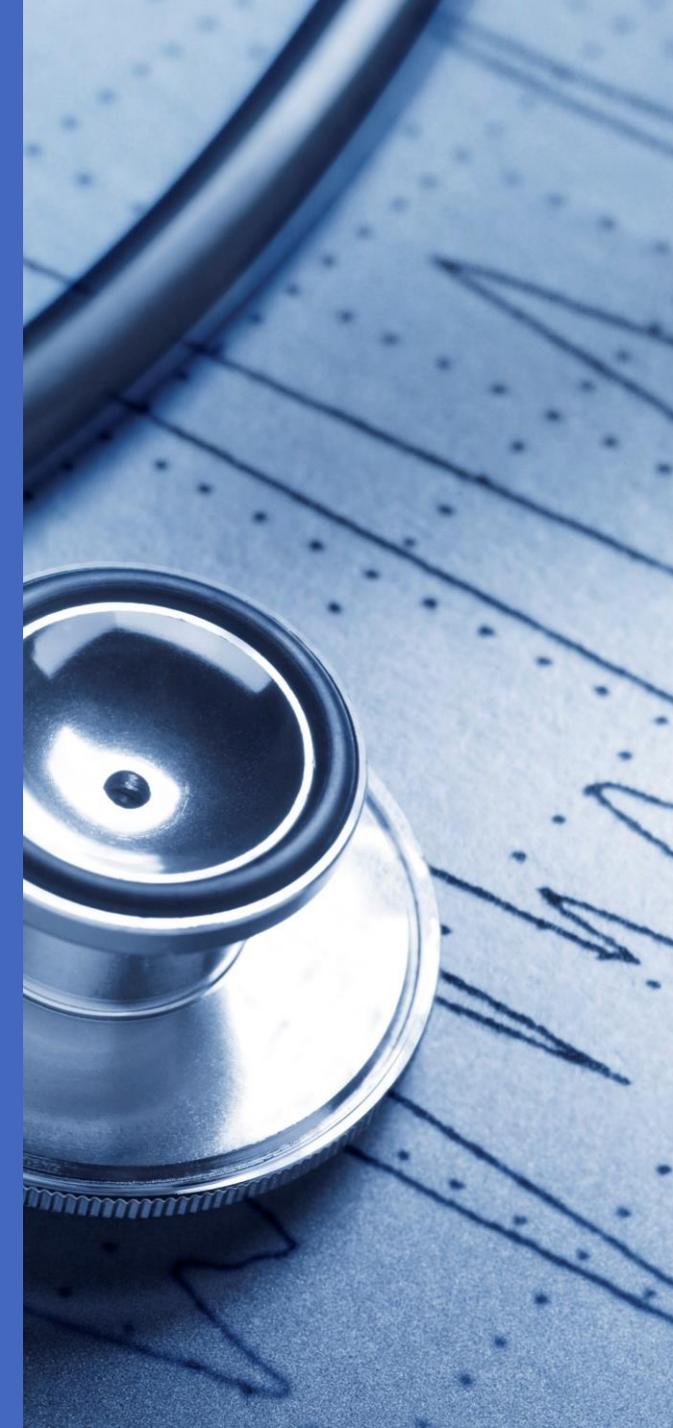
Já alguma vez o seu médico lhe disse que era hipertenso ou que tinha a TA (tensão arterial) alta?



Tem estado a fazer a medicação que ele lhe receitou?



Quando foi a última vez que mediu a sua tensão?

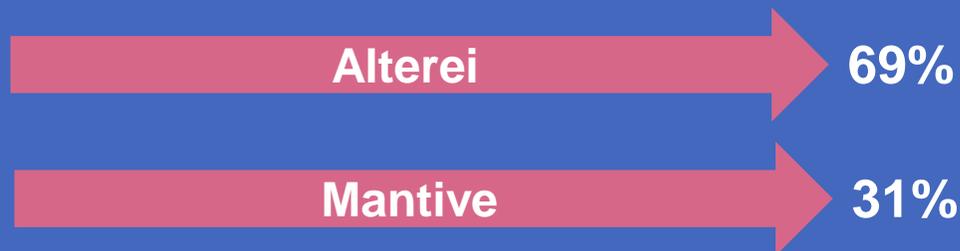


Hipertensão

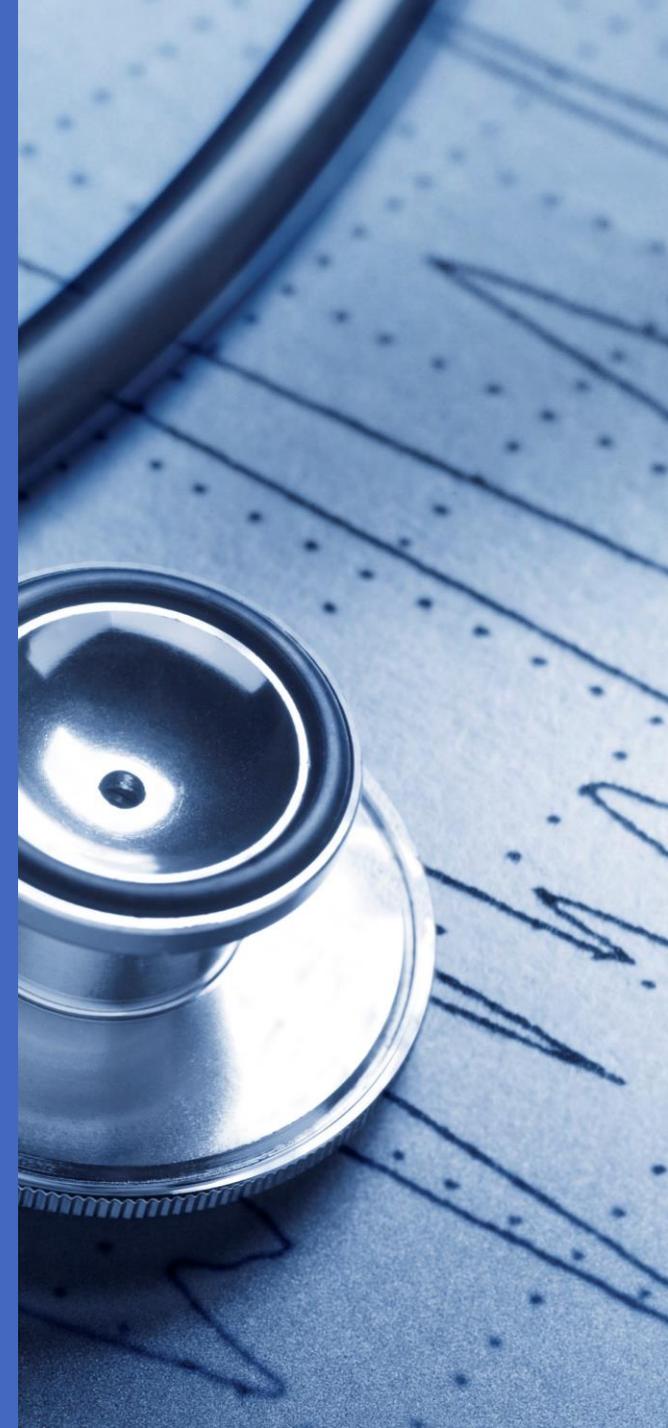
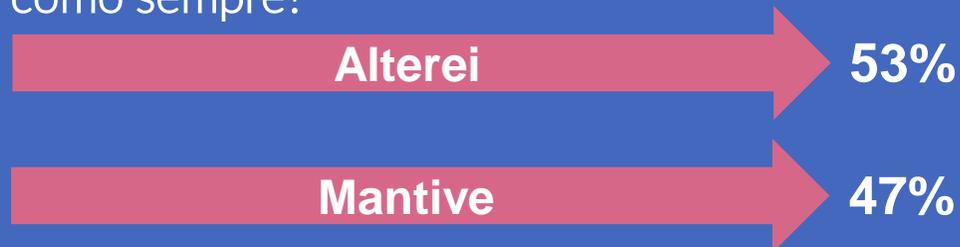
Já alguma vez o seu médico lhe disse que era hipertenso ou que tinha a TA (tensão arterial) alta?



Alterou alguma coisa na sua alimentação quando soube que era hipertenso ou continua a comer como sempre tem comido?



Alterou alguma coisa na sua atividade diária ou mantém as rotinas como sempre?



Hipertensão

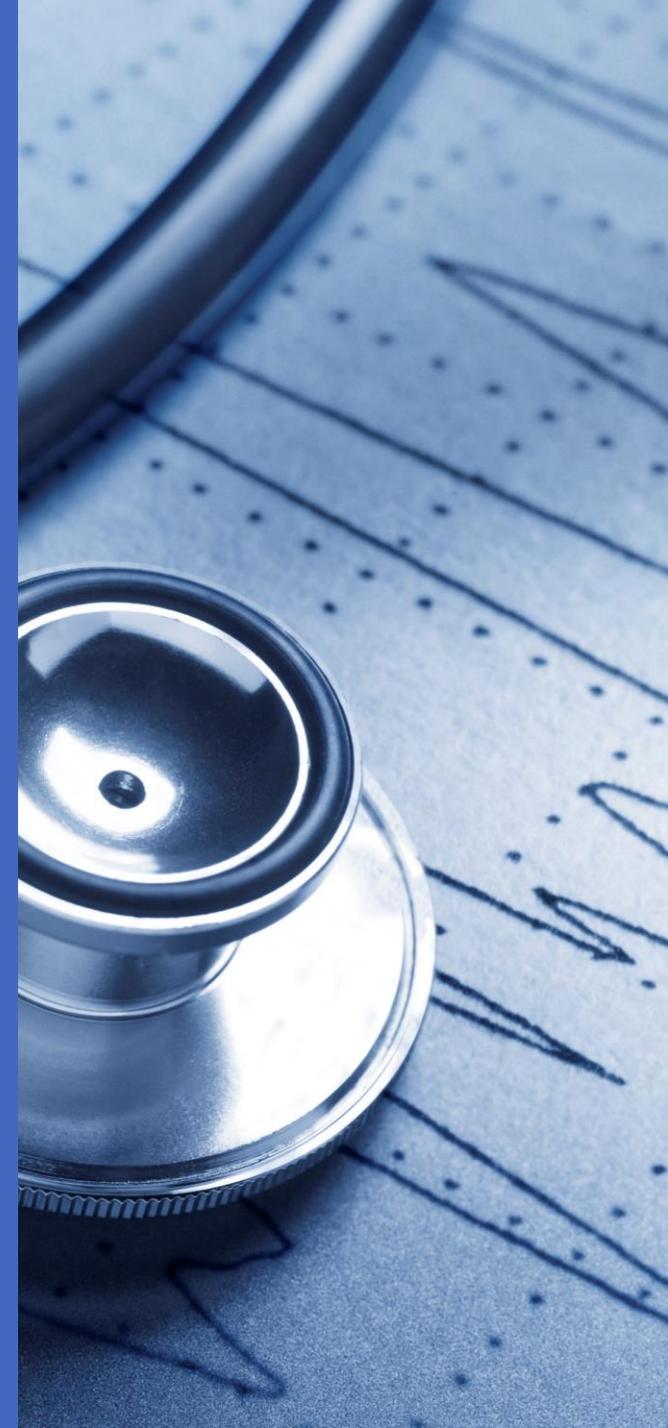
Já alguma vez o seu médico lhe disse que era hipertenso ou que tinha a TA (tensão arterial) alta?

Sim → **48%**

Voltou a medir a sua tensão depois desse episódio?

Sim → **59%**

Não → **41%**

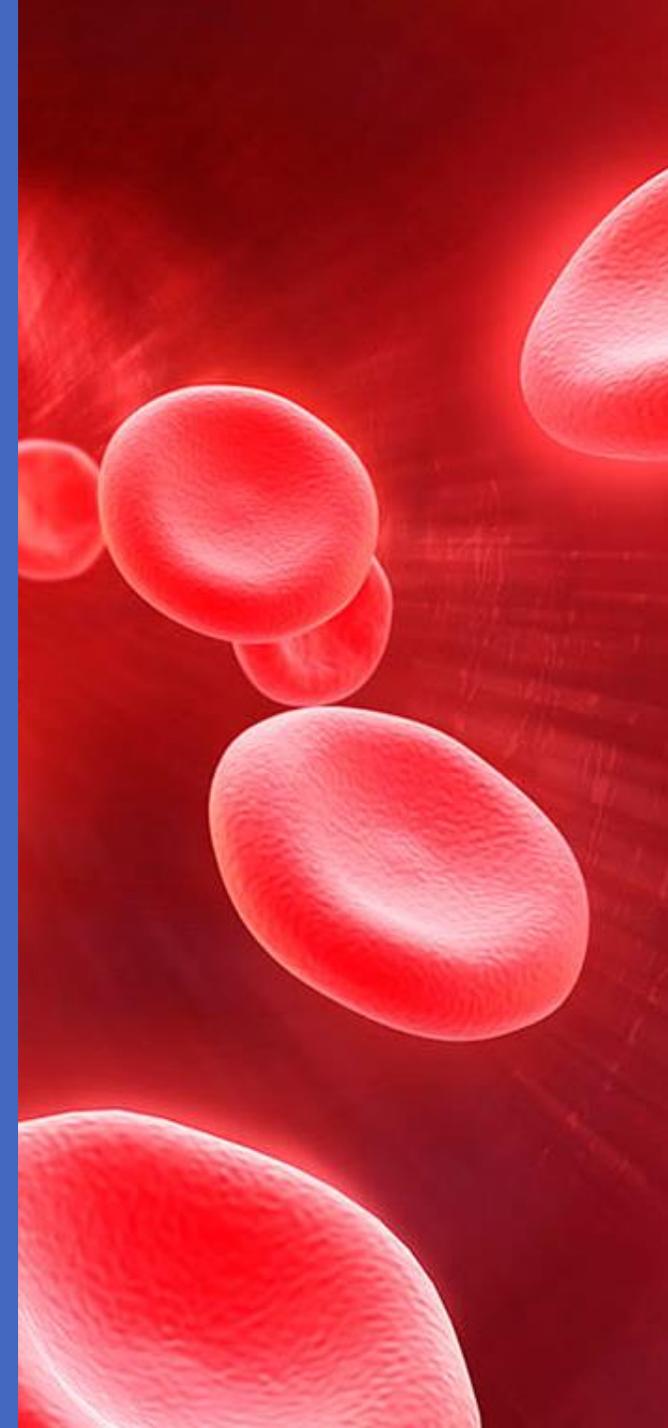
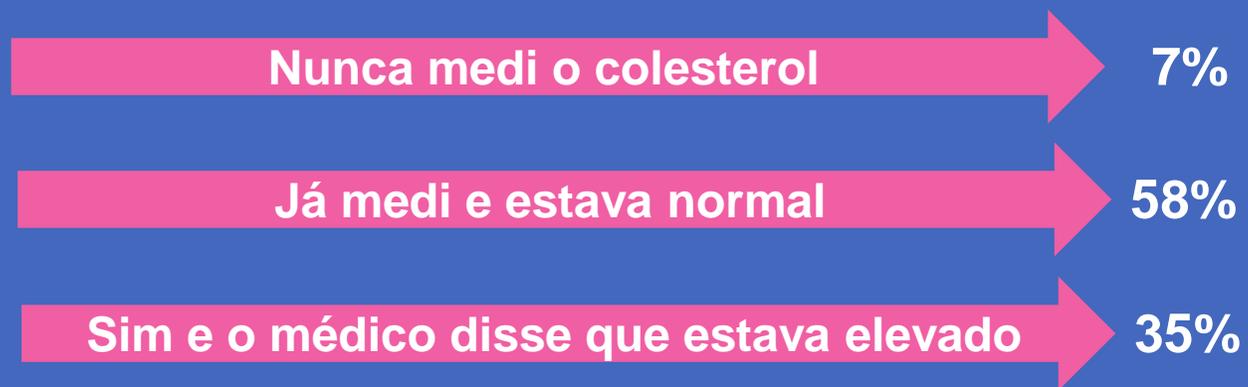


Colesterol



Colesterol

Já alguma vez o seu médico lhe disse que tinha o colesterol alto?



Colesterol

Já alguma vez o seu médico lhe disse que tinha colesterol elevado?



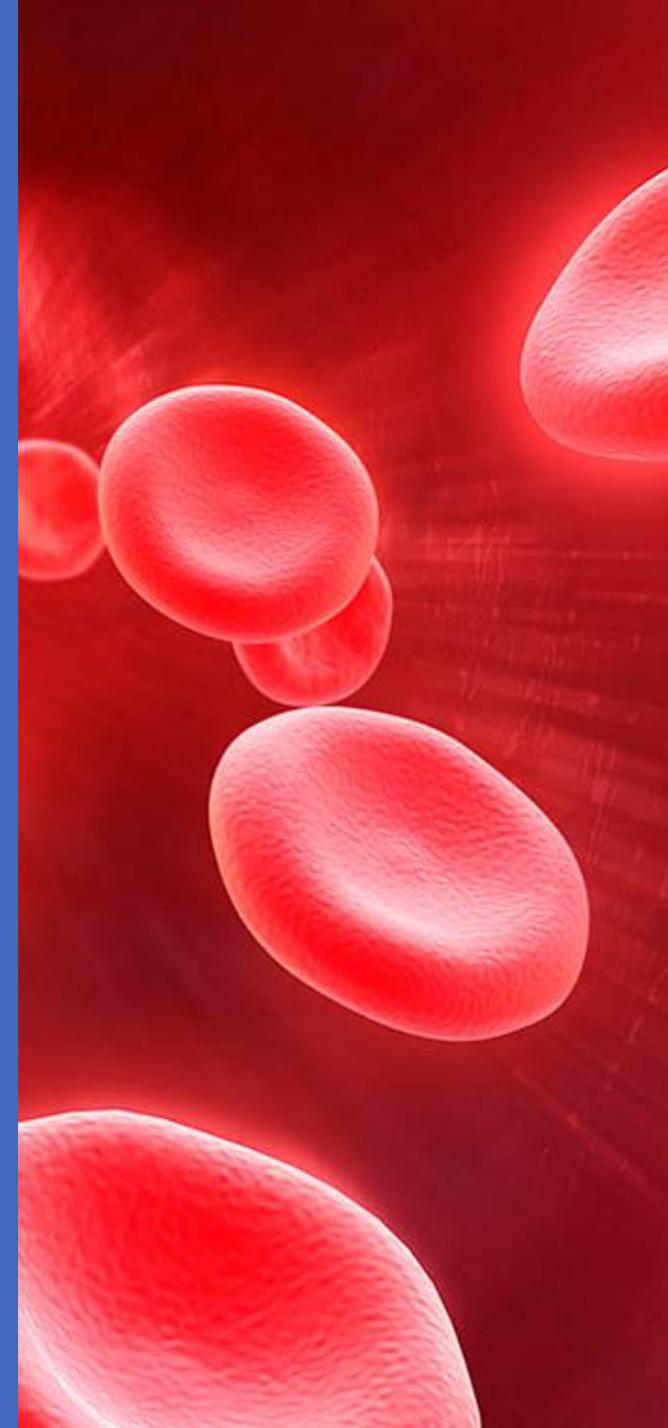
Tem estado a fazer a medicação que ele lhe receitou?



Ontem, por exemplo, tomou a medicação?



Optou por fazer outro tipo de medicamento como por exemplo, arroz vermelho ou algum chá para baixar o colesterol?

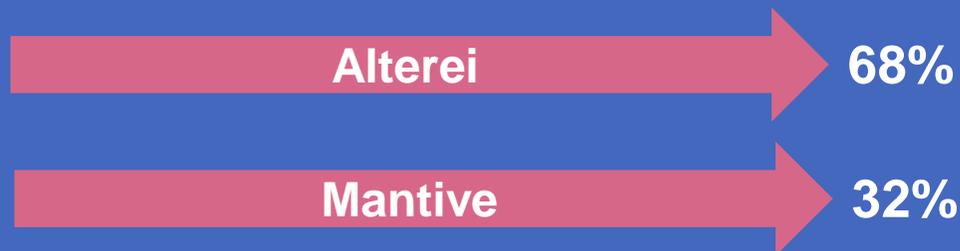


Colesterol

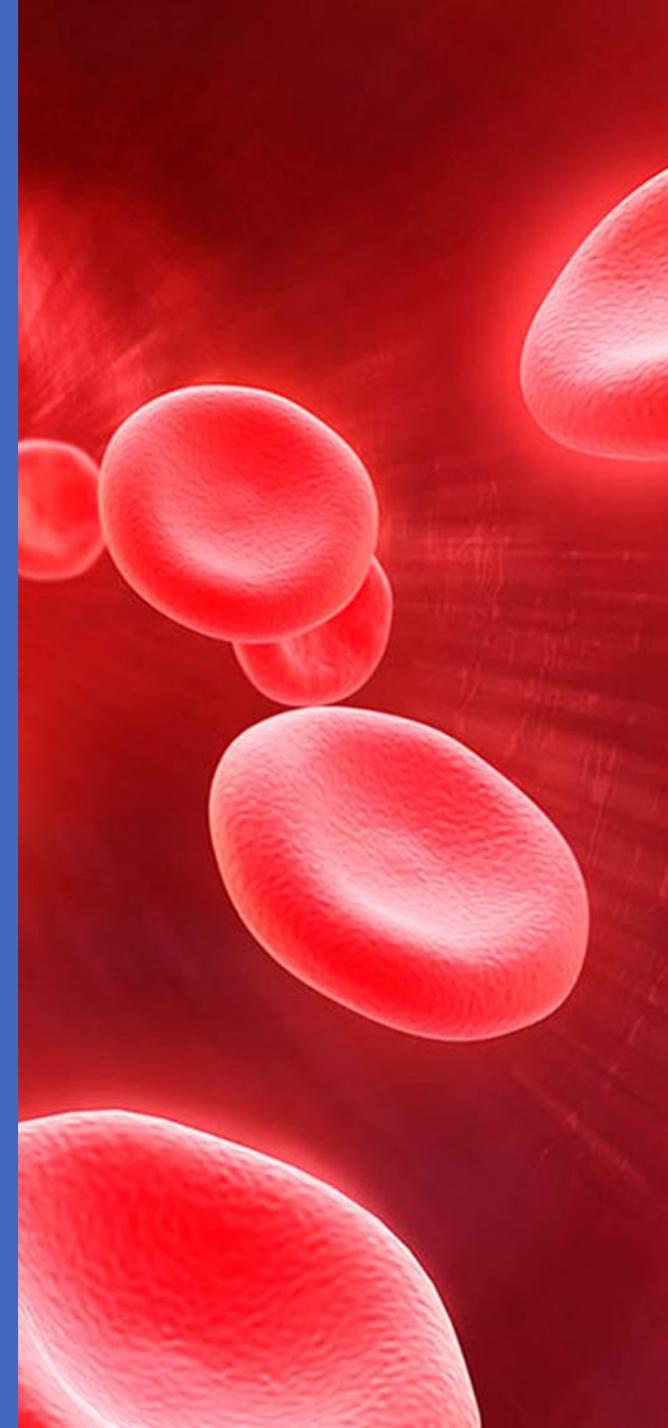
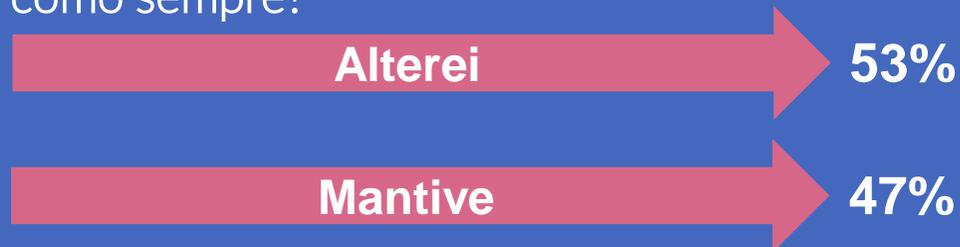
Já alguma vez o seu médico lhe disse que tinha colesterol elevado?



Alterou alguma coisa na sua alimentação quando soube que tem o colesterol elevado, ou continua a comer como sempre tem comido?



Alterou alguma coisa na sua atividade diária ou mantém as rotinas como sempre?



Colesterol

Já alguma vez o seu médico lhe disse que tinha colesterol elevado?

Sim

35%

Voltou a medir o colesterol desde que lhe disseram que o tinha alto e desde que começou a fazer qualquer medicação?

Sim, estava normal

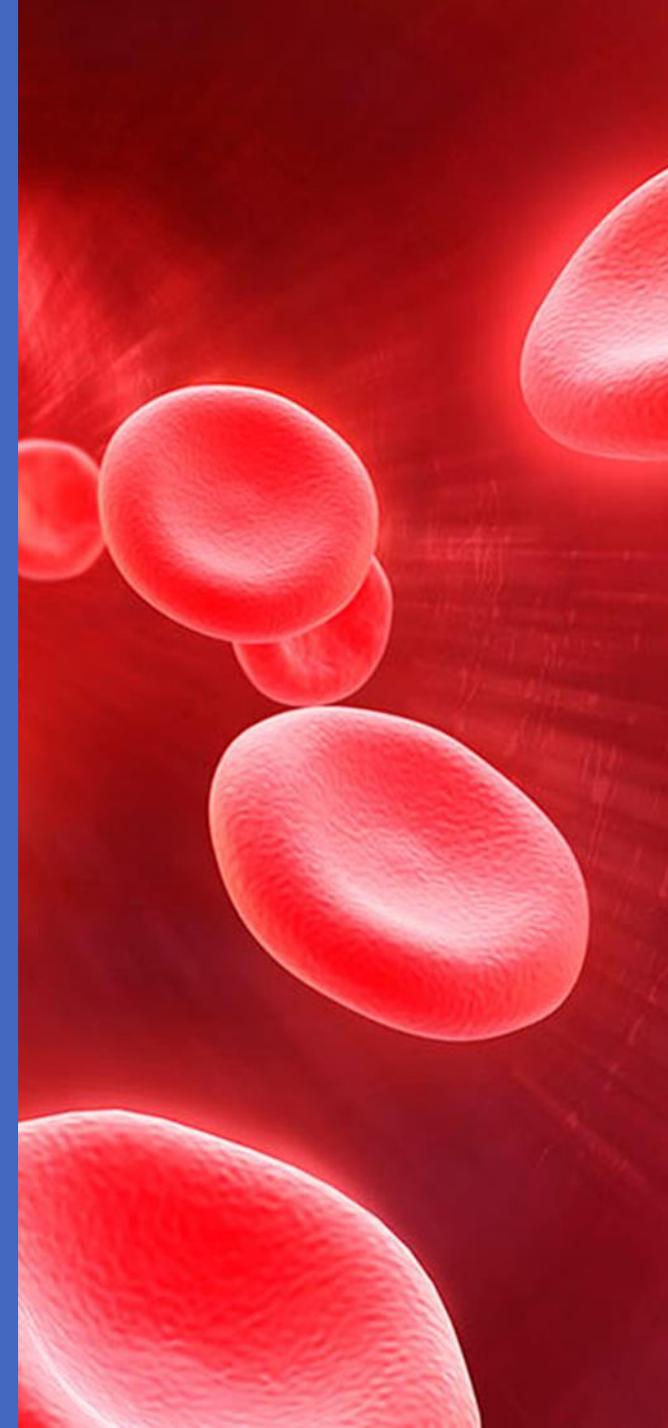
22%

Sim, mas estava elevado

55%

Não

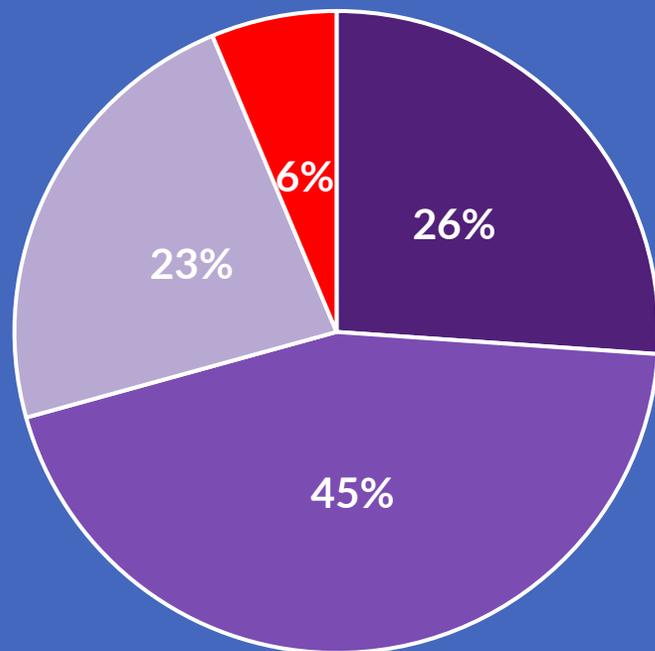
23%



Factores de Risco



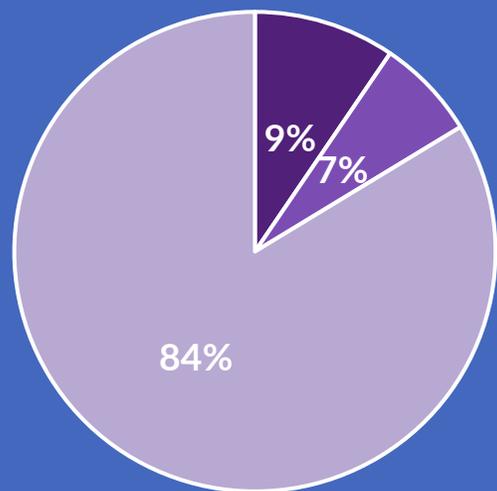
“Sabe qual é o seu Índice de Massa Corporal?”



- Não sei o meu Índice de Massa Corporal
- Tenho IMC normal (<math><25 \text{ Kg/m}^2</math>)
- Tenho excesso de peso (entre 25 e 29 - Sou obeso (>30



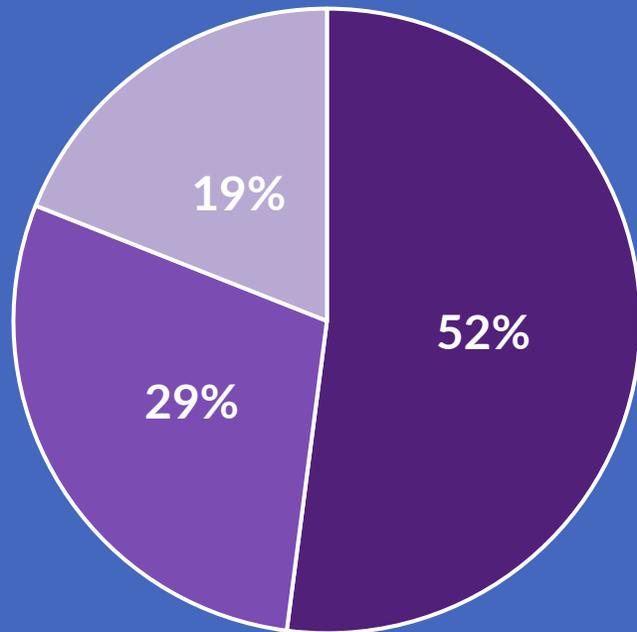
“É Diabético?”



- Sim sou
- O médico já me disse que tinha o açúcar no sangue um pouco elevado
- Não sou



“Fuma?”

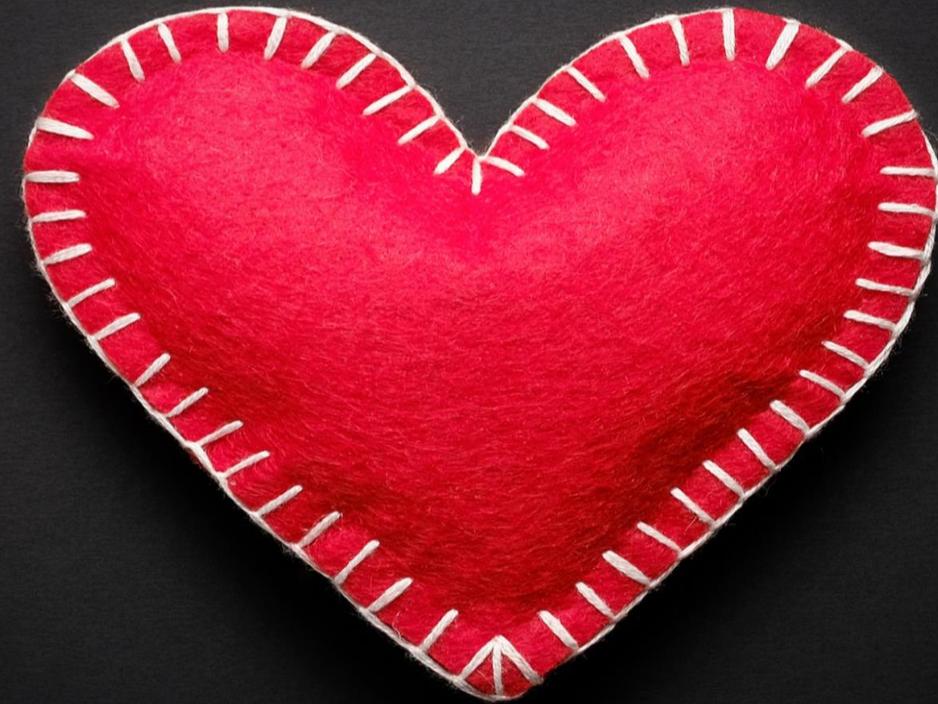


- Não, nunca fumei
- Sou ex-fumador
- Sim fumo

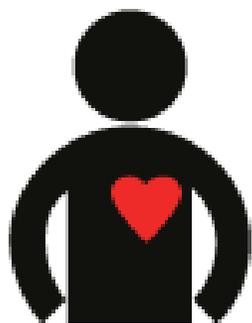


Principais Conclusões

- 48% dos portugueses assumem que o médico lhes disse que têm hipertensão. Destes, 70% estão a fazer medicação e 23% dizem que não lhes foi prescrita medicação. 69% assumem que alteraram os seus hábitos alimentares e 53% alteraram as suas actividades diárias. 41% não voltaram a fazer qualquer medição da TA desde então.
- 35% dos portugueses fizeram medição dos valores de colesterol e o médico detectou que estavam elevados. Destes, 51% receberam medicação e a quase totalidade assume que cumpre com a mesma. 68% assumem que alteraram os seus hábitos alimentares e 53% alteraram as suas actividades diárias. 55% voltaram a medir o colesterol que continuava elevado.
- 29% dos portugueses assumem que ou têm excesso de peso (23%) ou são obesos (6%). 84% dizem que não são diabéticos nem têm valores elevados de açúcar no sangue.
- 19% dos portugueses declaram-se fumadores e 29% ex-fumadores.



Os portugueses e os factores de risco 2025



Fundação
Portuguesa de
Cardiologia



Growth
from
Knowledge

