

Infográfico

Atividade física

População residente em Portugal em 2015 25-74 anos



O INSA realizou em 2015 o primeiro INSEF para recolha de informação epidemiológica sobre o estado, determinantes e cuidados de saúde da população portuguesa.

Pratica alguma atividade física regular?

(pelo menos uma vez por semana de forma a transpirar e/ou sentir cansaço)

2.3 milhões de portugueses (34,2%) referiram praticar atividade física regular A prática de atividade física regular foi mais frequente...

...nos homens,

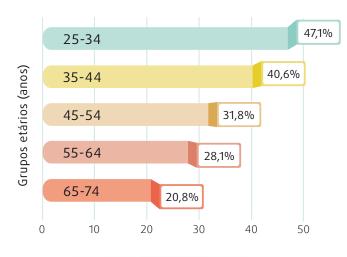


4 em 10 (39,7%)

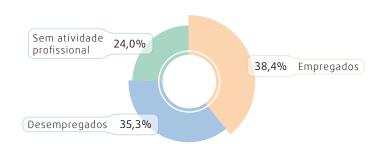


3 em 10 (29,2%)

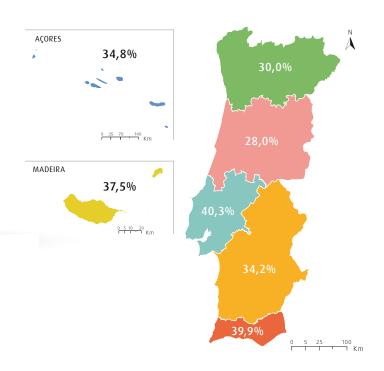
...no grupo etário dos 25-34 anos,



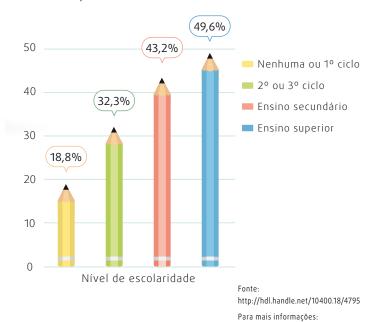
...nas pessoas empregadas,



...na região de Lisboa e Vale do Tejo,



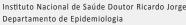
...e nas pessoas **com mais escolaridade**.











www.insef.pt