

Serviço de Intervenção nos  
Comportamentos Aditivos e nas  
Dependências

Ministério da Saúde - Portugal

# Comportamentos Aditivos aos 18 anos

Inquérito aos jovens  
participantes no Dia da  
Defesa Nacional - 2019

## Sumário Executivo

A 5ª edição do inquérito nacional aos jovens de 18 anos, participantes no Dia da Defesa Nacional, vem, de uma forma geral, consolidar as conclusões dos inquéritos das edições anteriores.

Aos 18 anos, 9 em cada 10 jovens já contactaram com **bebidas alcoólicas** pelo menos uma vez na vida e beberam nos últimos 12 meses, ainda que, predominantemente, de forma ocasional (metade dos consumidores bebeu em menos de 10 ocasiões no ano). Contudo, cerca de metade bebeu pelo menos uma vez de forma *binge* e cerca de um terço embriagou-se severamente. Por sua vez, 2 em cada 10 declararam ter experienciado problemas relacionados com o consumo de bebidas alcoólicas.

A prevalência de consumo recente é semelhante entre rapazes e raparigas, sendo que os consumos mais intensivos por ocasião são um pouco mais prevalentes entre os rapazes. Estes bebem bastante mais frequentemente, nomeadamente de forma *binge* e até um estado de embriaguez. A experiência de problemas atribuídos ao consumo de álcool é, também, um pouco superior entre os rapazes.

Entre 2015 e 2019 os consumos mais frequentes de bebidas alcoólicas têm-se mantido razoavelmente estáveis. Contudo, a prevalência de consumo *binge* e de embriaguez severa tem vindo a aumentar.

Cerca de metade dos jovens fuma **tabaco** e, destes, 40% em 40 ou mais ocasiões no ano, sendo este consumo mais frequente um pouco mais comum entre os rapazes. Entre 2015 e 2019 a prevalência de consumo recente sofreu uma variação de 4 pontos percentuais (prevalência de 52% em 2015 e de 48% em 2019).

7 em cada 100 jovens já tomaram **tranquilizantes/sedativos sem receita médica** pelo menos uma vez na vida e 5 em cada 100 nos últimos 12 meses, sendo a prevalência um pouco superior entre as raparigas. A frequência de consumo é principalmente ocasional (três quartos dos consumidores tomaram estes medicamentos em menos de 10 ocasiões no ano).

1 terço dos jovens já contactou com **substâncias ilícitas**, um quarto consumiu nos últimos 12 meses, sobretudo de forma ocasional (6 em cada 10 consumidores de cannabis consumiram em menos de 10 ocasiões por ano, por exemplo). Trata-se essencialmente de consumo de cannabis: nos últimos 12 meses, 28% dos jovens consumiram uma qualquer substância ilícita, 27% consumiram cannabis, 8% consumiram outras substâncias ilícitas (podendo ter consumido também cannabis) e 1% consumiu exclusivamente outras substâncias ilícitas. O consumo é predominantemente masculino, principalmente quando consideradas frequências superiores. 1 em cada 10 jovens (2 em cada 10 consumidores) referiram ter tido problemas nos últimos 12 meses, que associam ao consumo de substâncias ilícitas.

Entre 2015 e 2019 assiste-se a um incremento paulatino do consumo recente de cannabis, ainda que com estabilização entre 2018 e 2019.

Analisou-se a evolução do consumo de cannabis e consumos mais intensivos de bebidas alcoólicas (*binge* e embriaguez severa), bem como de problemas atribuídos ao consumo de bebidas alcoólicas ou de substâncias ilícitas, entre 2015 e 2019, em função do género, nível de escolaridade e situação face ao trabalho.

Verifica-se que, em função do segmento populacional considerado, assim varia a magnitude da evolução. É de destacar o maior incremento do consumo de cannabis, *binge*, embriaguez severa e problemas relacionados com o consumo de álcool ou de substâncias ilícitas entre as raparigas. Paralelamente, destaca-se também o grupo de jovens estudantes (com maior ênfase nos que frequentam o Ensino Superior) pela transversalidade no incremento do consumo recente de cannabis, embriaguez severa e problemas relacionados com os consumos.

1 em cada 3 jovens começou a usar a **internet** com menos de 10 anos. As redes sociais virtuais são uma experiência quotidiana destes jovens: 1 em cada 4 frequenta as redes sociais por 4 a 5 horas por dia e 1 em cada 4 por 6 ou mais horas, sendo que as raparigas frequentam um pouco mais estas redes.

1 em cada 2 jovens joga *online*, sendo de 15% os que jogam a dinheiro (apostas). Em ambos os casos, a maioria dos jogadores joga menos de 2 horas por dia. O jogo é uma prática um pouco mais comum entre os rapazes.

Em 2015 e 2019 a prevalência de utilização de redes sociais, nomeadamente em 6 horas ou mais por dia é semelhante. Esta estabilidade é verificada em diferentes segmentos populacionais (em função do género, nível de escolaridade e situação face ao trabalho) no que diz respeito à utilização de redes sociais em geral mas, no que toca à utilização mais intensiva, é de destacar o incremento na sua utilização entre as raparigas, jovens com menor escolaridade (até 9º ano) e que já não estudam.

Por sua vez, a prevalência de jogo *online* parece estar, paulatinamente, a aumentar, aparentemente mais quanto ao jogo sem ser de apostas. Com uma ou outra exceção, este incremento é mais acentuado entre os rapazes e menos acentuado nos estudantes universitários.

Em 2019, à semelhança dos anos anteriores, 1 em cada 4 jovens declarou ter experienciado problemas que atribui à utilização da internet, experiência que tem aumentado ligeiramente, principalmente nas raparigas.

A nível regional, confirmam-se em 2019 as principais tendências já identificadas em anteriores edições do estudo, nomeadamente um consumo mais elevado de bebidas alcoólicas e de tabaco no Alentejo, de substâncias ilícitas no Algarve e de medicamentos na Região Autónoma dos Açores. No que diz respeito aos jogos de apostas, são os jovens da Regiões Autónomas quem mais costuma utilizar a Internet para tal fim.

De uma forma geral, verificam-se discrepâncias regionais relevantes, sendo que o consumo numa base diária é o indicador onde se verificam as menores variações entre regiões.

Embora, entre 2015 e 2019, as tendências variam conforme o comportamento aditivo em causa, o Alentejo e o Cento destacam-se como as regiões onde se verificam os maiores aumentos no consumo de álcool e drogas ilícitas e também aquelas que mais contrariam a tendência de descida do consumo de tabaco que se verifica a nível nacional. Por outro lado, nos últimos 5 anos, o maior crescimento da prática de jogos de apostas *online* teve lugar na Região Autónoma da Madeira.

Em todas as regiões, há mais inquiridos a declararem problemas relacionados com a utilização da Internet do que problemas relacionados com o consumo de bebidas alcoólicas, com exceção do Alentejo e dos Açores. No primeiro caso, os jovens dos Alentejo declaram ter experienciado recentemente mais problemas relacionados com o álcool do que com a Internet, enquanto nos Açores os dois estão ao mesmo nível.



**SNS** SERVIÇO NACIONAL  
DE SAÚDE



**SICAD**

Serviço de Intervenção nos  
Comportamentos Aditivos  
e nas Dependências

Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

Tel: +351 211 119 000 | E-mail: [sicad@sicad.min-saude.pt](mailto:sicad@sicad.min-saude.pt) | [www.sicad.pt](http://www.sicad.pt)

[twitter.com/sicad\\_portugal](https://twitter.com/sicad_portugal) | [www.facebook.com/SICADPortugal](https://www.facebook.com/SICADPortugal)

T. +351 211 119 000 | [www.sicad.pt](http://www.sicad.pt)