

REPÚBLICA DE CABO VERDE



Ministério
da Saúde



Organização
Mundial da Saúde
Cabo Verde

Segundo Inquérito Nacional sobre os Fatores de Risco das Doenças Não Transmissíveis (IDNT II)

Relatório STEPS 2020



Outubro 2021

Segundo Inquérito Nacional sobre os Fatores de Risco das Doenças Não Transmissíveis (IDNT II)



Outubro 2021

FICHA TÉCNICA

Título

Segundo Inquérito Nacional sobre os Fatores de Risco das Doenças Não Transmissíveis (IDNT II)

Ministério da Saúde

Ministro: Arlindo Nascimento do Rosário

Instituto Nacional de Estatística

Presidente: Osvaldo Rui Monteiro dos Reis Borges

Organização Mundial da Saúde | Cabo Verde

Representante: Daniel Kertesz

Diretor Nacional da Saúde

Jorge Noel Barreto

Editores

Ministério da Saúde
Palácio do Governo
Cx. Postal nº 47, Praia
Tel.: +238 261 01 16

Instituto Nacional de Estatística
Rua da Caixa Económica,
nº 18,
Cx. Postal nº 116, Praia
Tel.: +238 261 38 27
E-mail: inecv@ine.gov.cv

Organização Mundial da Saúde | Cabo Verde
Edifício Nações Unidas 1º andar, Praia
Cx. Postal nº 266, Praia
Tel.: +238 260 19 00
E-mail: afwcocvbill@who.int

Design e Composição

Ministério da Saúde e da Segurança Social
© Copyright 2021

Data de Publicação

Outubro 2021

Para quaisquer esclarecimentos, contactar:

Direção Nacional da Saúde
Coordenação Técnica IDNT II
Emília Castro Monteiro
Email: emilia.monteiro@ms.gov.cv

PREFÁCIO

A mudança no perfil demográfico e epidemiológico, fez com que as doenças crônicas estejam em primeiro lugar, gerando um aumento na morbimortalidade, incapacidades, e em geral o custo econômico e social que os países devem assumir.

A carga e a ameaça das doenças não transmissíveis (DNT) constitui um dos principais obstáculos para o desenvolvimento no século XXI, minando o desenvolvimento social e econômico em todo o mundo e prejudicando o cumprimento das metas de desenvolvimento Sustentáveis (ODS) acordadas internacionalmente. Além disso, a importância fundamental de reduzir o grau de exposição dos indivíduos e populações a fatores de risco comuns reconhecidos e modificáveis para o desenvolvimento de doenças não transmissíveis, como uso de tabaco, dieta não saudável, sedentarismo e consumo nocivo do álcool; e, ao mesmo tempo, fortalecer a capacidade de indivíduos e populações de escolher alternativas mais saudáveis e adotar estilos de vida que promovam a boa saúde. Cabo Verde, não alheio a este fenómeno, apresenta uma elevada morbimortalidade e carga das DNT.

A tomada de decisões requer informação de qualidade e por isso, além da importância da vigilância e análise da morbimortalidade, é necessário dispor de informações confiáveis e úteis sobre os fatores de risco associados as DNT a nível nacional e das ilhas que com suas particularidades permitam conhecer as necessidades prioritárias para o controlo das DNT.

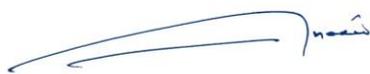
Destaca-se desta publicação que, sem dúvida será muito útil para fortalecer as intervenções e a implementação de políticas que promovam, não só estilos de vida saudáveis, mas também o trabalho multisectorial na articulação para a resposta dos setores de saúde, educação, cultura, agricultura, indústria, meio ambiente, entre outros. Por outro lado, essas informações tornam-se um insumo para os diferentes atores e instituições académicas que desejam aprofundar o desenvolvimento de pesquisas para prevenção e controlo de doenças não transmissíveis; além da formulação e fortalecimento de planos, programas e projetos.

A Organização Mundial da Saúde (OMS), o Fundo das Nações Unidas para a População (UNFPA), garantiram, juntamente com o Governo de Cabo Verde, o financiamento do projeto. Manifesto aqui os meus sinceros agradecimentos a todos, ciente da contínua parceria com o Estado de Cabo Verde. Os meus agradecimentos vão igualmente para todas as instituições e pessoas que contribuíram direta ou indiretamente para o sucesso deste inquérito.

Finalmente, expresso a minha profunda gratidão a toda a população, particularmente aos agregados familiares selecionados que nos dispensaram o seu precioso tempo, respondendo as longas entrevistas e contribuindo assim ao êxito da operação.

Praia, outubro de 2021

Arlindo Nascimento do Rosário



Ministro da Saúde

AGRADECIMENTOS

Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), fixados em 2015 para o horizonte 2030, pela Organização das Nações Unidas (ONU), retratam a Saúde e Bem-estar no objetivo 3, referindo que este visa assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades. A Agenda 2063 para África considera cidadãos saudáveis e bem nutridos. O Plano Estratégico de Desenvolvimento Sustentável (PEDS) de Cabo Verde para o período de 2017-2021 põe a ênfase no Sistema Nacional de Saúde e acesso à Segurança Social. Neste âmbito, a ONU propõe reduzir, até 2030, em um terço a mortalidade prematura por doenças não transmissíveis, por meio da prevenção e tratamento, promover a saúde mental e bem-estar, e prevenir o suicídio, alterando significativamente a tendência de aumento.

O Governo de Cabo Verde, através do Ministério de Saúde e da Segurança Social (MSSS) e do Instituto Nacional de Estatística (INE), e, em parceria com a Organização Mundial da Saúde (OMS), realizou em 2020 o segundo Inquérito Nacional sobre os Fatores de Risco das Doenças Não Transmissíveis (IDNT II).

A realização do IDNT II respeitou, na íntegra, os procedimentos metodológicos e operacionais definidos pelo Sistema Estatístico Nacional (SEN), pela Comissão Nacional de Proteção de Dados (CNPD) e pelas recomendações internacionais. Contudo, este processo só foi possível graças aos apoios financeiros e humanos dos parceiros de desenvolvimento nomeadamente as Nações Unidas, particularmente a UNFPA e a UNICEF e, também a OMS no que tange ao apoio técnico e financeiro disponibilizado pelo projeto Convenção-Quadro da OMS para o Controle do Tabaco (FCTC). Igualmente, contou a colaboração do Comité Nacional de Ética para Pesquisa em Saúde (CNEPS) e dos serviços desconcentrados do MSSS, bem como do Laboratório do Hospital Central Agostinho Neto na cidade da Praia. A todas as instituições mencionadas, presto meu tributo, através de sinceros e profundos votos de agradecimento.

O presente documento contém informações e indicadores atinentes às características comportamentais (uso de tabaco, consumo de álcool, alimentar, atividade física), estados patológicos, medidas físicas e bioquímicas, entre outros. A recolha, produção e análise destas informações e indicadores devem ao envolvimento e comprometimento de toda a equipa técnica, administrativa, financeira e de comunicação, dos agentes de terreno (pelo trabalho realizado junto da população) e dos técnicos do referido Laboratório, que com profissionalismo, responsabilidade, ética, competência e dedicação garantiram o sucesso do IDNT II. A todos os profissionais envolvidos, expresso aqui uma palavra de apreço, reconhecimento e valorização.

Finalmente, agradeço a todas as famílias e indivíduos que colaboraram neste inquérito, respondendo ao questionário e se disponibilizaram para a recolha das medidas físicas e bioquímicas.

Praia, outubro de 2021



Osvaldo Monteiro Borges, Ph.D
Presidente do INE

Índice

FICHA TÉCNICA	II
PREFÁCIO	III
AGRADECIMENTOS	IV
LISTA DE TABELAS	VII
LISTA DE QUADROS	XI
LISTA DE GRÁFICOS	XI
ABREVIATURAS E SIGLAS.....	XVII
UNIDADES DE MEDIDA	XVII
DEFINIÇÕES E CONCEITOS.....	XVIII
INTRODUÇÃO	20
OBJETIVOS	21
1 ASPECTOS METODOLÓGICOS	22
1.1 ÂMBITO GEOGRÁFICO	22
1.2 AMOSTRAGEM	22
1.2.1 POPULAÇÃO DE ESTUDO	22
1.2.2 BASE DE AMOSTRAGEM.....	22
1.2.3 TAMANHO DA AMOSTRA	22
1.2.4 SELEÇÃO DA AMOSTRA.....	22
1.2.5 TAXAS DE RESPOSTA	23
1.3 INSTRUMENTO STEP.....	24
1.4 TESTE PILOTO.....	25
1.5 TRABALHOS DE CAMPO	25
1.5.1 EQUIPA DE TRABALHO	25
1.5.2 FORMAÇÃO	26
1.5.3 RECOLHA DE DADOS	26
1.6 ESTRATÉGIA DE COMUNICAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO.....	28
1.7 ASPETOS ÉTICOS.....	28
1.8 TRATAMENTO E ANÁLISE DE DADOS	28
2 RESULTADOS DO STEP 1.....	30
2.1 CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS E ECONÓMICAS	30
2.2 CARACTERÍSTICAS COMPORTAMENTAIS.....	32
2.2.1 USO DE TABACO	32
2.2.2 CONSUMO DE BEBIDAS ALCOÓLICAS	40
2.2.3 CONSUMO ALIMENTAR	47

2.2.4	ATIVIDADE FÍSICA	50
2.3	ANTECEDENTES PESSOAIS	55
2.3.1	HIPERTENSÃO ARTERIAL (HTA)	55
2.3.2	DIABETES <i>MELLITUS</i>	57
2.3.3	HIPERCOLESTEROLEMIA	58
2.3.4	DOENÇAS CARDIOVASCULARES	59
2.4	CONSELHOS DE ESTILO DE VIDA	60
2.5	RASTREIO DE CANCRO DE COLO DE ÚTERO	61
2.6	SAÚDE ORAL	66
2.7	SAÚDE MENTAL / SUICÍDIO	70
3	RESULTADOS DO STEP 2	75
3.1	MEDIDAS FÍSICAS	75
3.1.1	ESTADO NUTRICIONAL	75
3.1.2	OBESIDADE ABDOMINAL E RISCO DE COMPLICAÇÕES METABÓLICAS ...	77
3.1.3	TENSÃO ARTERIAL E FREQUÊNCIA CARDÍACA	79
4	RESULTADOS DO STEP 3	83
4.1	MEDIDAS BIOQUÍMICAS	83
4.1.1	PREVALÊNCIA DA DIABETES	83
4.1.2	PREVALÊNCIA DE DISTÚRBIOS LIPÍDICOS	84
4.1.3	CONSUMO DO SAL	86
5	RISCO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES	87
5.1	RISCO E FATORES DE RISCOS DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES	87
	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	89
ANEXO A -	TABELAS	91
ANEXO B -	CLASSIFICAÇÃO E EQUAÇÃO	125
ANEXO C -	FACT SHEETS	127
ANEXO D -	QUESTIONÁRIO IDNT II	135
ANEXO E -	GUIA E CARTÕES DE REFERÊNCIA	165
ANEXO F -	TRABALHOS DE TERRENO	168
ANEXO G -	EQUIPAS IDNT II	178

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Taxa de Resposta STEP 1 e 2, por grupo etário e sexo.....	23
Tabela 2: Taxa de Resposta STEP 3, por grupo etário e sexo.....	23
Tabela 3: Percentagem da população adulta segundo a situação do fumo do tabaco, por grupo etário	92
Tabela 4: Percentagem de fumadores atuais (fumador diário e não diário) segundo o tipo de tabaco, por grupo etário e sexo	92
Tabela 5: Percentagem de usuários de tabaco sem fumo segundo a situação de uso (usuário atual e não usuário), por grupo etário e sexo.....	93
Tabela 6: Percentagem da população adulta segundo o estado de consumo de álcool, por grupo etário, por grupo etário e sexo	94
Tabela 7: Percentagem de população adulta segundo a frequência do consumo de álcool nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo	95
Tabela 8: Número médio de ocasiões que bebeu pelo menos um copo padrão de bebida alcoólica nos últimos 30 dias, por grupo etário e sexo.....	95
Tabela 9: Número médio de copo padrão de bebida alcoólica consumido por ocasião entre os consumidores atuais (últimos 30 dias), por grupo etário e sexo.....	96
Tabela 10: Média do número máximo de copos padrão de bebidas consumidas numa única ocasião nos últimos 30 dias, por grupo etário e sexo.....	96
Tabela 11: Percentagem de adultos com níveis de consumo elevado de bebidas alcoólicas (≥ 60 g de etanol nos homens e ≥ 40 g de etanol nas mulheres), por grupo etário e sexo.....	96
Tabela 12: Percentagem de adultos segundo os níveis de consumo de bebidas alcoólicas, por grupo etário e sexo.....	97
Tabela 13: Percentagem de consumidores atuais (últimos 30 dias) segundo a frequência do consumo de álcool nos últimos 7 dias, por grupo etário e sexo	97
Tabela 14: Percentagem de álcool não declarado consumido nos últimos 7 dias, por tipo, entre todo o álcool não declarado consumido nos últimos 30 dias, por grupo etário e sexo.....	98
Tabela 15: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, uma vez ou mais por mês, não conseguiram parar de beber depois de ter começado, por grupo etário e sexo	98
Tabela 16: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, uma vez ou mais por mês, não conseguiram realizar o que era normalmente esperado por causa da bebida, por grupo etário e sexo .	98
Tabela 17: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, uma vez ou mais por mês, precisou beber pela manhã para voltar ao normal depois de ter bebido, por grupo etário e sexo	99
Tabela 18: Percentagem de adultos que, uma vez ou mais por mês, teve problemas com a família ou parceiro devido ao consumo de bebidas alcoólicas de outra pessoa, nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo.....	99
Tabela 19: Número médio de dias de consumo de fruta numa semana, por grupo etário e sexo.....	99
Tabela 20: Número médio de dias de consumo de legumes e verduras numa semana, por grupo etário e sexo	99
Tabela 21: Número médio de porções de fruta consumido por dia, por grupo etário e sexo.....	100
Tabela 22: Número médio de porções de legumes e verduras consumido por dia, por grupo etário e sexo	100

Tabela 23: Número médio de porções de frutas e/ou legumes e verduras consumidos, por dia, por grupo etário e sexo.....	100
Tabela 24: Percentagem de adultos segundo a quantidade de porções de frutas e/ou legumes e verduras consumido em média, por dia, por grupo etário e sexo.....	101
Tabela 25: Percentagem de população adulta que consome, em média, menos de cinco porções de fruta e/ou legumes ou verduras, por dia, por grupo etário e sexo	101
Tabela 26: Percentagem da população adulta que sempre ou frequentemente adicionam sal ou molho salgado aos seus alimentos antes de comer ou ao comerem, por grupo etário e sexo.....	101
Tabela 27: Percentagem da população adulta que comem sempre ou frequentemente alimentos processados ricos em sal, por grupo etário e sexo.....	102
Tabela 28: Percentagem da população adulta segundo a percepção da quantidade de sal consumida, por grupo etário e sexo	102
Tabela 29: Percentagem da população adulta que declara que consumir demasiado sal pode causar um grave problema de saúde, por grupo etário e sexo	102
Tabela 30: Percentagem da população adulta que limita ao consumo de pratos salgados, por grupo etário e sexo.....	103
Tabela 31: Percentagem da população que verifica o teor de sal ou sódio nos rótulos dos alimentos, por grupo etário e sexo	103
Tabela 32: Percentagem da população adulta que utiliza especiarias, em substituição do sal, ao cozinhar, por grupo etário e sexo	103
Tabela 33: Percentagem da população adulta que evita comer alimentos preparados fora de casa, por grupo etário e sexo	103
Tabela 34: Percentagem da população adulta segundo o tipo de gordura utilizada com mais frequência, por grupo etário e sexo	104
Tabela 35: Percentagem da população adulta que consome alimentos gordurosos sempre/frequentemente, por grupo etário e sexo.....	104
Tabela 36: Percentagem da população adulta segundo a percepção de consumo de gordura,.....	105
Tabela 37: Percentagem de população adulta que consome sempre/frequentemente alimentos e/ou bebidas açucaradas, por grupo etário e sexo	105
Tabela 38: Percentagem de população adulta segundo a percepção de consumo de açúcar, por grupo etário e sexo.....	106
Tabela 39: Percentagem da população segundo os níveis de classificação da atividade física (vigoroso, moderado e baixo), por grupo etário e sexo	107
Tabela 40: Percentagem da população que não faz atividade física relacionada com trabalho por grupo etário e sexo.....	107
Tabela 41: Percentagem da população que não faz atividade física relacionada com a deslocação por grupo etário segundo o sexo.....	108
Tabela 42: Percentagem da população que não faz atividade física relacionada com lazer por grupo etário segundo o sexo	108
Tabela 43: Percentagem da população adulta que declara nunca ter sido medida a TA, medido não diagnosticado e diagnosticado HTA, por grupo etário e sexo.....	108
Tabela 44: Percentagem da população adulta que declara ter sido medida, medida não diagnosticada e diagnosticada glucose no sangue, por grupo etário e sexo.....	109

Tabela 45: Percentagem da população adulta que declara ter sido medida e diagnosticada o colesterol, por grupo etário e sexo	109
Tabela 46: Percentagem da população adulta diagnosticado diabetes que declara tomar medicamentos orientado por um médico ou outro profissional de saúde segundo o tipo de medicamento, por sexo	110
Tabela 47: Percentagem da população adulta que já teve doenças cardiovasculares (ataque cardíaco ou dor no peito por doença cardíaca (angina) ou um AVC), por grupo etário e sexo	110
Tabela 48: Percentagem da população adulta com três ou mais diagnóstico de doenças crónicas, por grupo etário e sexo	110
Tabela 49: Percentagem da população adulta que toma aspirina regularmente para prevenir ou tratar doenças cardíacas, por grupo etário e sexo	111
Tabela 50: Percentagem da população adulta que toma estatinas regularmente para prevenir ou tratar doenças cardíacas, por grupo etário e sexo	111
Tabela 51: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a deixar de usar tabaco ou a não começar, por grupo etário e sexo	111
Tabela 52: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a reduzir o sal na dieta, por grupo etário e sexo.....	111
Tabela 53: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a comer pelo menos cinco porções de fruta e/ou legumes e verduras por dia, por grupo etário e sexo.	112
Tabela 54: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a reduzir a gordura, por grupo etário e sexo.....	112
Tabela 55: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a iniciar ou fazer mais atividade física, por grupo etário e sexo	112
Tabela 56: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a manter um peso corporal saudável ou a perder peso, por grupo etário e sexo	112
Tabela 57: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a reduzir bebidas açucaradas, por grupo etário e sexo	113
Tabela 58: Percentagem de mulheres segundo o resultado do último teste de cancro do colo do útero, por grupo etário	113
Tabela 59: Percentagem de mulheres segundo o principal motivo para nunca ter feito um teste de cancro do colo do útero, por grupo etário	113
Tabela 60: Percentagem da população que não têm dentes naturais, 1-9 dentes naturais, 10-19 dentes naturais ou com 20 ou mais dentes naturais, por grupo etário e sexo	114
Tabela 61: Percentagem da população adulta que considera ter mau ou muito mau estado dos dentes, por grupo etário e sexo	114
Tabela 62: Percentagem da população adulta que considera ter mau ou muito mau estado das gengivas, por grupo etário e sexo	114
Tabela 63: Percentagem da população adulta que considera ter mau ou muito mau estado da boca (mucosa), por grupo etário e sexo	115
Tabela 64: Percentagem da população adulta com próteses removíveis, por grupo etário e sexo	115
Tabela 65: Percentagem da população adulta que teve dor ou desconforto na cavidade oral, nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo	115
Tabela 66: Percentagem da população adulta segundo o principal motivo da última consulta ao dentista, por grupo etário e sexo	116

Tabela 67: Percentagem da população adulta que limpa os dentes pelo menos duas vezes ao dia, por grupo etário e sexo	116
Tabela 68: Percentagem da população que usam pasta de dentes, por grupo etário e sexo	116
Tabela 69: Percentagem da população que usam pasta de dentes com flúor, por grupo etário e sexo	117
Tabela 70: Percentagem de adultos que já tentou o suicídio segundo os métodos utilizados na última tentativa de suicídio, por grupo etário e sexo	117
Tabela 71: Média da altura (em centímetro) da população adulta, por grupo etário e sexo.....	118
Tabela 72: Média do peso (em quilograma) da população adulta, por grupo etário e sexo	118
Tabela 73: Índice de massa corporal (IMC) médio (kg/m ²) da população adulta, por grupo etário e sexo	118
Tabela 74: Percentagem da população segundo a categoria de IMC (magra, peso normal, sobrepeso, obeso), por grupo etário e sexo	119
Tabela 75: Percentagem da população adulta obesa segundo o meio de residência, por grupo etário	119
Tabela 76: Média de Perímetro abdominal da população adulta, por grupo etário e sexo.....	119
Tabela 77: Média de circunferência do quadril, por grupo etário e sexo	120
Tabela 78: Média de relação cintura-quadril, por grupo etário e sexo	120
Tabela 79: Pressão arterial sistólica (PAS) média (mmHg), incluindo os que estão sob medicação para a HTA, por grupo etário e sexo	120
Tabela 80: Pressão arterial diastólica (PAD) média (mmHg), incluindo os que estão sob medicação para a HTA, por grupo etário e sexo	120
Tabela 81: Percentagem da população adulta com pressão arterial elevada (TAS \geq 140 e/ou TAD \geq 90 mmHg) ou sob medicação, segundo o diagnóstico da tensão arterial, tratamento e controlo, por grupo etário e sexo.....	121
Tabela 82: Percentagem da população adulta com hiperglicemia (valor da glicemia do plasma venoso: \geq 110mg/dl e <126mg/dl), por grupo etário e sexo	121
Tabela 83: Prevalência de diabetes (valor da glicemia do plasma venoso: \geq 126 mg/dl ou sob medicação para diabetes), por grupo etário e sexo.....	122
Tabela 84: Percentagem da população adulta diabéticas sob medicação, por grupo etário e sexo	122
Tabela 85: Percentagem da população adulta com hipercolesterolemia (\geq 190 mg/dl ou sob medicação para colesterol), por grupo etário ou sexo	122
Tabela 86: Percentagem da população adulta com hipercolesterolemia grave (\geq 240 mg/dl ou sob medicação para colesterol), por grupo etário ou sexo	122
Tabela 87: HDL médio (mg/dl) da população adulta, por grupo etário e sexo	123
Tabela 88: Percentagem da população com HDL baixo (homens com HDL <40 mg/dl e mulheres com HDL <50 mg/dl), por grupo etário e sexo	123
Tabela 89: Percentagem de adultos com colesterol total \geq 190 mg/dl e com HDL baixo (homens com HDL <40 mg/dl e mulheres com HDL <50 mg/dl), por grupo etário e sexo	123
Tabela 90: Percentagem de adultos que consome 5 gramas de sal ou menos, por grupo etário e sexo	123
Tabela 91: Percentagem da população adulta sem fatores de risco, com 1-2 e com 3-5 fatores de risco, por grupo etário e sexo	124

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Critérios de classificação dos três níveis de atividade física.....	126
Quadro 2: Classificação do Índice de Massa Corporal	126
Quadro 3: Classificação do risco de complicações metabólicas	126

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 2.1-1: Percentagem da população adulta segundo a situação matrimonial, por sexo	30
Gráfico 2.1-2: Percentagem da população adulta segundo o nível de instrução, por sexo	30
Gráfico 2.1-3: Percentagem da população adulta segundo a situação profissional, por sexo	31
Gráfico 2.1-4: Percentagem dos agregados familiares segundo o rendimento mensal (em escudos cabo-verdianos).....	31
Gráfico 2.2-1: Prevalência do uso do tabaco (tabaco fumado e sem fumo) nos usuários atuais, por grupo etário e sexo.....	32
Gráfico 2.2-2: Prevalência do uso do tabaco (tabaco fumado e sem fumo) nos usuários diários, por grupo etário e sexo.....	33
Gráfico 2.2-3: Prevalência de tabaco fumado (fumador diário e não diário) nos de fumadores atuais, por grupo etário e sexo	33
Gráfico 2.2-4: Percentagem da população adulta segundo a situação do fumo do tabaco, por grupo etário	34
Gráfico 2.2-5: Percentagem de fumadores diários entre os fumadores atuais (fumador diário e não diário), por grupo etário e sexo	34
Gráfico 2.2-6: Idade média do início do fumo entre os fumadores diários, por grupo etário e sexo ...	35
Gráfico 2.2-7: Duração média do tempo do fumo entre os fumadores atuais (fumador diário e não diário), por grupo etário e sexo	35
Gráfico 2.2-8: Percentagem de fumadores atuais (fumador diário e não diário) segundo o tipo de tabaco fumado, por grupo etário.....	36
Gráfico 2.2-9: Percentagem de fumadores atuais (fumador diário e não diário) que tentou parar de fumar, nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo.....	36
Gráfico 2.2-10: Percentagem de fumadores atuais (fumador diário e não diário) aconselhados por um profissional de saúde a parar de fumar, nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo	37
Gráfico 2.2-11: Prevalência do uso do tabaco sem fumo nos usuários atuais, por grupo etário e sexo	38
Gráfico 2.2-12: Prevalência de usuários de tabaco sem fumo segundo a situação do uso (usuário atual e ex-usuário), por sexo.....	38
Gráfico 2.2-13: Percentagem da população adulta exposta ao fumo em casa, nos últimos 30 dias, por grupo etário e sexo	39
Gráfico 2.2-14: Percentagem da população adulta exposta ao fumo no local de trabalho, nos últimos 30 dias, por grupo etário e sexo.....	39

Gráfico 2.2-15: Percentagem da população adulta segundo o estado/tempo de consumo de bebidas alcoólicas, por sexo	40
Gráfico 2.2-16: Percentagem da população adulta que pararam de beber por razões de saúde nos últimos 12 meses, por sexo e grupo etário	41
Gráfico 2.2-17: Percentagem da população adulta segundo a frequência do consumo de bebidas alcoólicas nos últimos 12 meses, por sexo	41
Gráfico 2.2-18: Número médio de ocasiões que bebeu pelo menos um copo padrão de bebida alcoólica e Número médio e máximo de copos padrão de bebida alcoólica consumido numa ocasião, nos últimos 30 dias, por sexo.....	42
Gráfico 2.2-19: Percentagem de adultos com níveis de consumo elevado de bebidas alcoólicas, por sexo	42
Gráfico 2.2-20 Percentagem da população adulta com níveis de consumo elevado de bebidas alcoólicas, que beberam nos últimos 30 dias, por sexo.....	43
Gráfico 2.2-21: Percentagem da população adulta que beberam seis ou mais copos padrões de bebidas alcoólicas numa única ocasião, nos últimos 30 dias, por grupo etário e sexo.....	43
Gráfico 2.2-22: Média do número de vezes em que os consumidores atuais (consumo nos últimos 30 dias) beberam seis ou mais bebidas durante uma única ocasião, por grupo etário e sexo	43
Gráfico 2.2-23: Percentagem de consumidores atuais (consumo nos últimos 30 dias) segundo a frequência do consumo de bebidas alcoólicas nos últimos 7 dias, por grupo etário	44
Gráfico 2.2-24: Percentagem de bebidas alcoólicas não declarado consumido nos últimos 7 dias, por tipo, entre todas as bebidas alcoólicas não declaradas consumidas nos últimos 30 dias	45
Gráfico 2.2-26: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, por uma vez ou mais por mês, não conseguiram realizar o que era normalmente esperado por causa da bebida	45
Gráfico 2.2-25: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, por uma vez ou mais por mês, não conseguiram parar de beber depois de ter começado	45
Gráfico 2.2-28: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, por uma vez ou mais por mês, teve problemas com a família ou parceiro devido ao consumo de bebidas alcoólicas de outra pessoa.....	46
Gráfico 2.2-27: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, por uma vez ou mais por mês, precisou beber pela manhã para voltar ao normal depois de ter bebido.....	46
Gráfico 2.2-30: Percentagem da população adulta que consome, em média, menos de 5 porções de frutas e/ou legumes e verduras, por dia.....	47
Gráfico 2.2-29: Número médio de porções de frutas e/ou legumes e verduras consumidos, por dia, por sexo	47
Gráfico 2.2-32: Número médio de dias de consumo de frutas, por semana, por sexo	47
Gráfico 2.2-31: Número médio de dias de consumo de legumes e verduras, por semana, por sexo	47
Gráfico 2.2-33: Percentagem da população adulta que adiciona sempre ou frequentemente sal ou molho salgado antes ou enquanto come, por sexo	48
Gráfico 2.2-34: Percentagem da população adulta segundo a perceção da quantidade do sal consumida	48
Gráfico 2.2-35: Percentagem da população adulta que consome sempre ou frequentemente gordura, por sexo	49
Gráfico 2.2-37: Percentagem da população adulta segundo o tipo de gorduras mais utilizadas na preparação/cozedura dos alimentos.....	49

Gráfico 2.2-36: Percentagem da população adulta segundo a perceção da quantidade de gordura consumida	49
Gráfico 2.2-39: Percentagem da população adulta segundo a perceção da quantidade de açúcar consumida	49
Gráfico 2.2-38: Percentagem da população adulta que consome sempre ou frequentemente alimentos e/ou bebidas açucaradas, por sexo.....	49
Gráfico 2.2-40: Percentagem da população adulta que gasta menos em atividade física do que o recomendado* pela OMS, por grupo etário e sexo	50
Gráfico 2.2-41: Percentagem da população adulta segundo classificação de atividade física (vigoroso, moderada e baixa), por sexo.....	51
Gráfico 2.2-42: Tempo médio (em minutos) gastos por dia em atividade física, por grupo etário e sexo	51
Gráfico 2.2-43: Tempo médio (em minutos) gastos por dia em atividade física relacionada com o trabalho, por grupo etário e sexo.....	52
Gráfico 2.2-44: Tempo médio (em minutos) gastos por dia em atividade física relacionada com a deslocação (ir ao trabalho, ir as compras, de bicicleta ou a pé, etc.), por grupo etário e sexo	52
Gráfico 2.2-45: Tempo médio (em minutos) gastos por dia em atividade física relacionada com lazer, por grupo etário e sexo	53
Gráfico 2.2-46: Percentagem da população que não fazem atividade física relacionada com trabalho, deslocação e lazer, por sexo	53
Gráfico 2.2-47: Percentagem da população que não fazem atividade física vigorosa, por grupo etário e sexo	54
Gráfico 2.2-48: Tempo médio (em minutos) gastos por dia em atividades sedentárias, por grupo etário e sexo.....	54
Gráfico 2.3-1: Percentagem da população adulta que declara nunca ter sido medida a TA, medido não diagnosticado e diagnosticado HTA, por sexo.....	55
Gráfico 2.3-2: Percentagem da população adulta diagnosticada HTA que toma medicamento orientado por um médico ou um outro profissional de saúde, por grupo etário e sexo.....	56
Gráfico 2.3-3: Percentagem da população adulta diagnosticada com HTA que toma remédio tradicional ou a base de plantas para HTA, por grupo etário e sexo	56
Gráfico 2.3-4: Percentagem da população adulta que declara ter sido medida, medida não diagnosticada e diagnosticada glucose no sangue, por sexo	57
Gráfico 2.3-5: Percentagem da população adulta diagnosticado diabetes que declara tomar medicamentos para diabetes segundo o tipo de medicamento, por sexo	57
Gráfico 2.3-6: Percentagem da população adulta diagnosticada diabetes que declara tomar medicamentos para diabetes, por sexo	57
Gráfico 2.3-7: Percentagem da população adulta diagnosticada com diabetes que toma remédio tradicional ou a base de plantas para a diabetes, por grupo etário e sexo	58
Gráfico 2.3-8: Percentagem da população adulta que declara nunca ter sido medido colesterol, medido não diagnosticado e diagnosticado hipercolesterolemia, por sexo	58
Gráfico 2.3-10: Percentagem da população diagnosticada hipercolesterolemia que toma remédio tradicional a base de plantas, por sexo	59
Gráfico 2.3-9: Percentagem da população adulta previamente diagnosticado hipercolesterolemia que declara tomar medicamentos para colesterol nas últimas duas semanas, por sexo	59

Gráfico 2.3-11: Percentagem da população adulta que declara ter antecedentes de doenças cardiovasculares e que tem três ou mais doenças crónicas, por sexo.....	59
Gráfico 2.3-12: Percentagem da população adulta que declara tomar aspirina ou estatinas regularmente para prevenir ou tratar doenças cardíacas, por sexo.....	59
Gráfico 2.4-1: Percentagem da população adulta que declara ter recebido conselhos sobre o não uso de tabaco, fazer atividade física ou perder peso pelos profissionais de saúde nos últimos 12 meses, por sexo.....	60
Gráfico 2.4-2: Percentagem da população adulta que declara ter recebido conselhos sobre consumo alimentar pelos profissionais de saúde nos últimos 12 meses, por sexo.....	60
Gráfico 2.5-1: Percentagem de mulheres que já fizeram um teste de rastreio de cancro de colo do útero, por grupo etário e meio de residência.....	61
Gráfico 2.5-2: Idade média do primeiro teste de rastreio do cancro do colo do útero, por grupo etário.....	62
Gráfico 2.5-3: Percentagem de mulheres com idade entre 30 e 49 anos que já fizeram um teste de rastreio do cancro do colo do útero, por meio de residência.....	62
Gráfico 2.5-4: Percentagem de mulheres segundo o tempo do último teste de rastreio de colo de cancro de útero, por grupo etário.....	62
Gráfico 2.5-5: Percentagem de mulheres segundo o principal motivo pelo qual fizeram o último teste de rastreio do cancro colo de útero, por grupo etário.....	63
Gráfico 2.5-6: Percentagem de mulheres segundo o local do último teste de rastreio do colo do útero, por grupo etário.....	63
Gráfico 2.5-7: Percentagem de mulheres segundo o resultado do último teste de cancro do colo do útero, por grupo etário.....	64
Gráfico 2.5-8: Percentagem de mulheres com um resultado de teste anormal / positivo ou suspeita de cancro que fizeram uma consulta de acompanhamento e que receberam tratamento por causa do resultado, por grupo etário.....	64
Gráfico 2.5-9: Percentagem de mulheres segundo o principal motivo para nunca terem feito um teste de cancro do colo do útero.....	65
Gráfico 2.6-1: Percentagem da população que declara ter menos de 10 dentes naturais, 10-19 dentes naturais, ou com 20 ou mais dentes naturais, por sexo.....	66
Gráfico 2.6-2: Percentagem da população adulta que considera ter mau ou muito mau estado dos dentes, gengivas ou boca, por sexo.....	67
Gráfico 2.6-3: Percentagem da população adulta que teve dor ou desconforto na cavidade oral, nos últimos 12 meses, por sexo.....	67
Gráfico 2.6-4: Percentagem da população adulta com próteses removíveis, por sexo.....	67
Gráfico 2.6-5: Percentagem da população adulta segundo o tempo da última consulta a um dentista, por sexo.....	68
Gráfico 2.6-6: Percentagem da população adulta segundo o principal motivo da última consulta ao dentista, por sexo.....	68
Gráfico 2.6-7: Percentagem da população que usa pasta de dentes e a que usa pasta de dentes com flúor, por sexo.....	69
Gráfico 2.6-8: Percentagem da população adulta que limpa os dentes pelo menos duas vezes ao dia, por sexo.....	69
Gráfico 2.6-9: Percentagem da população adulta que usa escova de dentes, palito de madeira/plástico, fio dental, Carvão/Chewstick/miswak ou outros materiais para limpar os dentes, por sexo.....	69

Gráfico 2.7-1: Percentagem da população adulta que consideraram seriamente a tentativa de suicídio nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo.....	70
Gráfico 2.7-2: Percentagem da população adulta que considerou tentar o suicídio nos últimos 12 meses e que procurou ajuda profissional, por grupo etário e sexo.....	71
Gráfico 2.7-3: Percentagem da população adulta que fizeram um plano sobre como tentar o suicídio nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo	71
Gráfico 2.7-4: Percentagem da população adulta que já tentaram suicídio, por grupo etário e sexo....	72
Gráfico 2.7-5: Percentagem de adultos que tentaram o suicídio nos últimos 12 meses, entre aqueles que alguma vez tentaram o suicídio, por grupo etário e sexo	72
Gráfico 2.7-6: Percentagem de adultos que já tentaram o suicídio segundo os métodos utilizados na última tentativa de suicídio, por sexo.....	73
Gráfico 2.7-7: Percentagem de adultos que já tentaram o suicídio e que procurou atendimento médico na última vez que tentou o suicídio, por grupo etário e sexo	73
Gráfico 2.7-8: Percentagem da população adulta em que alguém da família já fez tentativa de suicídio, por grupo etário e sexo	74
Gráfico 2.7-9: Percentagem da população adulta em que alguém da família já morreu por suicídio, por grupo etário e sexo	74
Gráfico 3.1-1: Altura média (cm) da população adulta, por sexo	75
Gráfico 3.1-2: Peso médio (kg) da população adulta, por sexo.....	75
Gráfico 3.1-3: Percentagem da população segundo a categoria de IMC (magra, peso normal, sobrepeso, obeso) (kg/m ²).....	76
Gráfico 3.1-4: Índice de Massa Corporal (IMC) (kg/m ²) da população adulta, por sexo	76
Gráfico 3.1-5: Prevalência da obesidade, por sexo e grupo etário	76
Gráfico 3.1-6: Prevalência de excesso de peso (IMC \geq 25 kg/m ²), por sexo e grupo etário	77
Gráfico 3.1-7: Prevalência de obesidade abdominal com risco de complicações metabólicas aumentado*, por sexo e grupo etário	77
Gráfico 3.1-8: Prevalência de obesidade abdominal com risco de complicações metabólicas muito aumentado*, por sexo e grupo etário	78
Gráfico 3.1-9: Prevalência de risco muito aumentado de complicações metabólicas pela razão cintura-quadril*, por sexo e grupo etário.....	78
Gráfico 3.1-10: Tensão arterial sistólica (TAS) média (mmHg) e Tensão arterial diastólica (TAD) média (mmHg), incluindo os que estão sob medicação para a HTA, por sexo	79
Gráfico 3.1-11: Percentagem da população adulta com tensão arterial elevada (TAS \geq 140 e/ou TAD \geq 90 mmHg), por grupo etário e sexo.....	79
Gráfico 3.1-12: Percentagem da população adulta com tensão arterial grave (TAS \geq 160 e/ou TAD \geq 100 mmHg), por grupo etário e sexo.....	80
Gráfico 3.1-13: Prevalência da população adulta hipertensa com TAS \geq 140 e/ou TAD \geq 90 mmHg ou atualmente sob medicação para a pressão arterial elevada, por grupo etário e sexo.....	80
Gráfico 3.1-14: Prevalência da população adulta hipertensa com TAS \geq 160 e/ou TAD \geq 100 mmHg ou atualmente sob medicação para a tensão arterial grave, por grupo etário e sexo	81
Gráfico 3.1-15: Percentagem de hipertensos sem medicação, sob medicação e TA não controlada e sob medicação com TA controlada.....	81
Gráfico 3.1-16: Frequência cardíaca média (batimentos por minuto), por grupo etário e sexo	82

Gráfico 4.1-1: Nível médio da Glicemia em jejum (mg/dl), por grupo etário e sexo 83

Gráfico 4.1-2: Prevalência da população adulta com hiperglicemia, diabéticos e diabéticos sob medicação, por sexo 83

Gráfico 4.1-3: Nível médio do Colesterol total (em mg/dl), por grupo etário e sexo 84

Gráfico 4.1-4: Prevalência da população adulta com hipercolesterolemia (colesterol total ≥ 190 mg/dl ou sob medicação) e com hipercolesterolemia grave (colesterol total ≥ 240 mg/dl ou sob medicação), por sexo 85

Gráfico 4.1-5: Percentagem da população com HDL baixo e percentagem com colesterol total ≥ 190 mg/dl e HDL baixo, por sexo 85

Gráfico 4.1-6: Nível médio do HDL (mg/dl) da população adulta, por sexo 85

Gráfico 4.1-7: Nível de consumo médio de sal da população em gramas por dia (g/dia), por grupo etário e sexo 86

Gráfico 5.1-1: Percentagem da população com idade compreendida entre 40 e 69 anos com risco de doença cardiovascular (RDC) de 10 anos $\geq 30\%$ * ou com RDC existente 87

Gráfico 5.1-2: Percentagem da população com idade compreendida entre 40 e 69 anos com um risco de doença cardiovascular de 10 anos $\geq 30\%$ ou com RDC existente, que recebem terapia farmacêutica e aconselhamento* para prevenir ataques cardíacos e acidentes vasculares cerebrais (AVCs) 87

Gráfico 5.1-3: Percentagem da população sem fatores de risco, com 1-2 ou com 3-5 fatores de risco, por grupo etário 88

ABREVIATURAS E SIGLAS

AVC	Acidente Vascular Cerebral
DEDS	Departamento de Estatística Demográficas e Sociais
DNT	Doenças Crónicas Não Transmissíveis
DR	Distrito de Recenseamento
ECV	Escudos cabo-verdianos
FR	Fatores de Risco
HDL	Lipoproteína de Alta Densidade
HTA	Hipertensão Arterial
IDNT	Inquérito Nacional sobre os Fatores de Risco das Doenças Não Transmissíveis
INE	Instituto Nacional de Estatística
MSSS	Ministério de Saúde e da Segurança Social
ODS	Objetivo de Desenvolvimento Sustentável
OMS	Organização Mundial da Saúde
RDC	Risco de Doenças Cardiovasculares
TA	Tensão Arterial
TAD	Tensão Arterial Diastólica
TAS	Tensão Arterial Sistólica

UNIDADES DE MEDIDA

cm	Centímetro
dl	Decilitro
g	Gramma
MET	<i>Metabolic Equivalent Task</i>
m ²	Metro quadrado
mg	Miligramma
mmHg	Milímetro de mercúrio
%	Percentagem
p.p	Ponto percentual
kg	Quilogramma

DEFINIÇÕES E CONCEITOS

Distrito de Recenseamento:

é uma proporção do território nacional cuidadosamente marcada e circunscreve-se sempre no interior dos limites de uma freguesia. Pode ser constituído por: 1) um bairro; 2) um ou vários lugares; 3) uma parte de um bairro ou de um lugar; 4) Um bairro e uma parte de um outro bairro (INE, Censo 2010).

Agregado Familiar:

O INE define por agregado familiar, um grupo de pessoas, aparentadas ou não, que vivem habitualmente sob o mesmo teto e tendo um representante, mantendo em comum um mesmo orçamento para a satisfação das necessidades essenciais, ou seja, as despesas de habitação, alimentação e/ou vestuário.

Tabaco fumado:

Produtos do tabaco com combustão no momento do uso, tais como, cigarros, cachimbos, charutos, Shisha.

Tabaco sem fumo:

Produtos do tabaco sem combustão no momento do uso, tais como, Cancan (Tabaco Cheirado), Ciré (Tabaco mascado), Folha de tabaco de mascar.

Fumadores atuais:

Todos os indivíduos que no momento da entrevista fumam produtos do tabaco.

Consumidores de bebidas alcoólicas atuais

Todos os indivíduos que beberam nos últimos 30 dias anterior à entrevista.

Consumidores “pesados”:

Todos os indivíduos que fizeram um consumo nocivo de bebidas alcoólicas, ou seja, que beberam seis ou mais copos padrões numa única ocasião, nos últimos 30 dias anteriores à entrevista.

Copo padrão:

O conteúdo neto de uma bebida normal é geralmente de 10 gr de etanol. Equivale a uma cerveja normal (285ml) ou a uma medida simples de bebidas espirituosas (30ml), um copo de vinho (120ml) ou um cálice de licor ou vermute (60ml).

Bebidas alcoólicas não declaradas:

bebidas alcoólicas de produção caseira, álcool importado de um outro país, álcool não destinado ao consumo ou bebidas alcoólicas não tributadas.

Atividade física:

A atividade física é definida como qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos, que resultam num gasto energético superior ao gasto em repouso. As novas diretrizes recomendam pelo menos 150 a 300 minutos de atividade aeróbica de moderada intensidade ou 75 a 150 minutos de atividade aeróbica de vigorosa intensidade, ou uma combinação equivalente, por semana para todos os adultos, incluindo quem vive com doenças crônicas ou incapacidade, e uma média de 60 minutos por dia para crianças e adolescentes.

Atividade física vigorosa:

Todas as atividades que requer um conseqüente aumento da respiração ou do ritmo cardíaco durante pelo menos 10 minutos, como levantar cargas pesadas, carregar sacos, trabalhos de pedreiros, carregar moveis, cavar, jogar futebol, entre outras. Atividade física vigorosa ou intensa requerer um gasto de energia superior a 6 MET

Atividade física moderada:

Todas as atividades que eleva a frequência de batimentos cardíacos e deixa o individuo ofegante, ou seja, requer um aumento da respiração ou do ritmo cardíaco durante pelo menos 10 minutos (por exemplo, caminhada rápida, carregar uma carga leve, fazer limpeza, passar o aspirador, jardinagem, entre outras). Atividade física moderada necessita de um consumo de energia de 3-6 MET (unidade de medida do índice metabólico/ quantidade de energia que se consome em repouso: 3,5 ml O₂/kg x min)

Atividade física baixa intensidade:

Todas as atividades leves, que não são consideradas nem moderadas e nem vigorosas.

Hiperglicemia:

Definido como valores da glicemia do plasma venoso entre 110 mg/dl e 126 mg/dl (≥ 110 mg/dl e < 126 mg/dl).

Diabetes:

Definido como valores da glicemia do plasma venoso igual ou superior a 126 mg/dl ou aqueles sob medicação para diabetes.

Hipercolesterolemia:

Aumento da concentração de colesterol no sangue, definido pelo valor do colesterol igual ou superior a 190 mg/dl ou aqueles sob medicação para colesterol elevado. É considerada **Hipercolesterolemia grave** pelo valor do colesterol igual ou superior a 240 mg/dl

Hipertensão Arterial:

Definida pela tensão arterial sistólica igual ou superior a 140 mmHg e/ou tensão arterial diastólica igual ou superior a 90 mmHg. É considerada **hipertensão grave** pela tensão arterial sistólica igual ou superior a 160 mmHg e/ou tensão arterial diastólica igual ou superior a 100 mmHg.

Fatores de risco:

Qualquer atributo, característica ou vulnerabilidade de um individuo que aumenta a probabilidade de desenvolver uma enfermidade ou outro estado ou sucesso não desejado.

INTRODUÇÃO

De acordo com os últimos dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), a nível mundial as Doenças Crónicas Não Transmissíveis (DNT) matam cerca de 41 milhões de pessoas por ano, o equivalente a 71% de todas as mortes; as doenças cardiovasculares representam a maior parte das mortes por DNT (17,9 milhões cada ano), seguidas do cancro (9,0 milhões), doenças respiratórias (3,9 milhões) e diabetes (1,6 milhões). As DNT têm vindo a aumentar a nível mundial onde são responsáveis por 68% das mortes e podem chegar a causar 75% das mortes a nível mundial até 2030.

No Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) nº3, a meta 3.4 foi formulada visando enfatizar a redução da mortalidade prematura por DNT em um terço, por meio da prevenção e tratamento, e pela promoção da saúde mental e bem-estar para todos até 2030.

Alguns Fatores de Risco (FR) frequentes, mas evitáveis, contribuem para a ocorrência da maior parte das DNT. De entre os Fatores de Risco alguns são comportamentais e podem ser modificados tais como o consumo abusivo do álcool, o consumo do tabaco, um regime alimentar desequilibrado (baixo consumo de vegetais e frutas) e o sedentarismo ou inatividade física. Outros são biológicos, mas controláveis, nomeadamente o sobrepeso e a obesidade, a tensão arterial elevada, glicemia elevada e hipercolesterolemia (colesterol total elevado). As principais DNT partilham os mesmos fatores de risco, o que permite definir estratégias de luta comuns com apreciável diminuição de custos.

Cabo Verde realizou em 2007 o primeiro inquérito sobre os fatores de risco para as doenças não transmissíveis com base na metodologia STEPS da OMS, na população adulta dos 25 aos 64 anos de idade numa amostra de 1762 participantes.

Com a necessidade de se fazer a atualização desses dados e responder às metas do ODS 3, mais especificamente a meta 3.4, o Ministério da Saúde e Segurança Social coadjuvado pelo INE e pela OMS realizou, em 2020, o Segundo Inquérito de Doenças não Transmissíveis e os Factores de Risco Associados (IDNT II). Este irá subsidiar o Governo de Cabo Verde numa melhor definição de políticas públicas em saúde.

Para o efeito, foi criada uma equipa técnica inter-ministerial e multidisciplinar que preparou e realizou o inquérito.

É importante destacar que a informação obtida do inquérito não deve limitar-se aos resultados apresentados neste relatório. Pelo contrário, abre-se as novas hipóteses de investigação para aproveitar de maneira mais específica a base de dados construída e caracterizar possíveis relações entre os fatores de risco, os determinantes sociais e o estado de saúde. Em paralelo, as intervenções para reduzir os fatores de risco mais prevalentes associados as doenças crónicas serão trabalhadas.

O presente relatório contém os resultados que irão permitir ao governo e outras partes interessadas na formulação de políticas para a promoção da saúde e prevenção e controlo das DNT.

OBJETIVOS

O objetivo deste estudo é determinar a prevalência e as características epidemiológicas da Hipertensão Arterial (HTA), Diabetes e dos outros importantes fatores de risco modificáveis (Dislipidemia, Obesidade, Tabagismo, Etilismo e Sedentarismo) na nossa população.

Os resultados do IDNT II vão permitir:

1. A implementação efetiva de um programa de luta integrado;
2. A programação / avaliação de uma campanha de promoção da saúde e de prevenção das doenças;
3. A obtenção de dados epidemiológicos fiáveis que permitam antecipar as futuras necessidades dos serviços de Saúde;
4. A comparação com o IDNT I (2007), avaliando/determinando a evolução da prevalência das doenças crónicas em Cabo Verde.
5. A elaboração/implementação de mecanismos que permitam uma avaliação continua e a comparação dos dados entre diferentes países.

1 ASPECTOS METODOLÓGICOS

1.1 ÂMBITO GEOGRÁFICO

O IDNT II é um inquérito transversal, descritivo e analítico que foi realizado a nível nacional, tendo como unidade geográfica de análise as ilhas, com base na metodologia *STEP Wise*, preconizada pela OMS.

Por uma questão operacional e de análise, os domínios de estudo para o IDNT II foram compostos pelas 9 ilhas, com exceção da ilha de Santiago que foi dividida em dois domínios, constituindo assim, no total 10 domínios de estudo, a saber: Santo Antão, S. Vicente, S. Nicolau, Sal, Boavista, Maio, Praia, Resto de Santiago, Fogo e Brava.

1.2 AMOSTRAGEM

1.2.1 POPULAÇÃO DE ESTUDO

A população deste estudo é constituída por homens e mulheres dos 18 aos 69 anos, residentes em Cabo Verde nos alojamentos familiares de residência principal, de todos os domínios de estudo.

1.2.2 BASE DE AMOSTRAGEM

A base de amostragem utilizada é um ficheiro de alojamentos familiares de residência habitual, provenientes da Atualização Cartográfica do Recenseamento Geral da População e Habitação (RGPH) de 2010 realizada em 2012 pelo Instituto Nacional de Estatística.

1.2.3 TAMANHO DA AMOSTRA

Após várias tentativas do tamanho da amostra que respondesse simultaneamente a alguns critérios, por exemplo as desagregações e representatividade por sexo e idade, como dois fatores de risco importantes a se ter em conta, o tamanho da amostra estabeleceu-se a 7 180 indivíduos com idade entre 18 e 69 anos para o STEP 1 e para o STEP2. O STEP 3 é uma subamostra do STEP 1 e 2, e é construída por 60% da amostra total, correspondendo a 4 308 indivíduos.

1.2.4 SELEÇÃO DA AMOSTRA

A amostra foi selecionada obedecendo uma amostragem probabilística a três etapas, sendo:

- o Distrito de Recenseamento (DR) como unidade primária de amostragem,
- o agregado familiar como unidade secundária,
- o indivíduo como unidade terciária.

O DR foi selecionado através do método aleatório, proporcional ao tamanho dos alojamentos, e em cada DR selecionado foram selecionados um número fixo de 20 agregados familiares, através do método sistemático. A terceira unidade foi selecionada automaticamente, através do método Kish, dentro de cada agregado familiar selecionado.

Critério de exclusão:

Constituiu como critério de exclusão:

- os indivíduos que não possuíam capacidade endógena para responder a entrevista.

Representatividade dos resultados

Em conformidade com os objetivos do estudo, os resultados são representativos a nível nacional, por sexo e grupos etários e a nível dos domínios de estudo.

1.2.5 TAXAS DE RESPOSTA

A amostra de entrevistas válidas do IDNT II para o STEP 1 e 2 é de 4 563 indivíduos com idade entre 18 e 69 anos, sendo 2 726 mulheres, representando 40,3%, e 1 837 homens, representando 59,7%. A taxa de resposta global foi de 80,5%, sendo de 73,6% para os homens e de 85,9% para as mulheres.

O STEP 3, representou 53,4% do STEP 1 e 2, e apresenta uma taxa de resposta global de 71,6%, sendo de 77,7% para as mulheres e de 63,9% para os homens.

Tabela 1: Taxa de Resposta STEP 1 e 2, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	Elegível	Respondeu		Elegível	Respondeu		Elegível	Respondeu	
	N	N	%	N	N	%	N	N	%
18-29	676	463	68,50	768	644	83,9	1444	1107	76,7
30-44	677	647	95,60	1029	961	93,4	1706	1608	94,3
45-59	571	515	90,20	744	724	97,3	1315	1239	94,2
60-69	571	212	37,10	633	397	62,7	1204	609	50,6
18-69	2495	1837	73,60	3174	2726	85,9	5669	4563	80,5

Tabela 2: Taxa de Resposta STEP 3, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	Elegível	Respondeu		Elegível	Respondeu		Elegível	Respondeu	
	N	N	%	N	N	%	N	N	%
18-29	406	239	58,9	461	340	73,8	866	579	66,9
30-44	406	325	80,0	617	515	83,5	1024	840	82,0
45-59	343	268	78,1	446	412	92,4	789	680	86,2
60-69	343	125	36,4	380	212	55,8	722	337	46,7
18-69	1497	957	63,9	1904	1479	77,7	3401	2436	71,6

1.3 INSTRUMENTO STEP

A Abordagem *STEPwise* da OMS para a vigilância é um método simples e padronizado, muito utilizado pelos países de baixo e intermédio rendimento, que permite recolher, analisar e divulgar dados para o monitoramento das tendências dentro do país, mas também compará-los com outros países.

Até ao momento existem duas abordagens principais de vigilância: (1) a abordagem *STEPwise* para vigilância dos fatores de risco e (2) a abordagem *STEPwise* para vigilância do Acidente Vascular Cerebral (AVC).

Neste inquérito em específico utilizou-se a abordagem *STEPwise* para a vigilância dos fatores de risco. Assim sendo, os materiais e as metodologias utilizados em todo o processo deste inquérito, tais como, manuais do inquiridor e de colheita de sangue, questionário de recolha de dados, entre outros, foram adaptados desse instrumento de vigilância.

Os fatores de risco foram avaliados utilizando três instrumentos/abordagens, a saber:

- STEP 1 – Questionário;
- STEP 2 – Medidas físicas;
- STEP 3 – Medidas bioquímicas

O STEP 1 baseou-se em 10 módulos, sendo três destes módulos opcionais:

Módulos básicos

- Dados Demográficos
- Uso de Tabaco
- Consumo de Bebidas Alcoólicas
- Consumo Alimentar
- Atividade Física
- Antecedentes de:
 - Hipertensão Arterial (HTA)
 - Diabetes *Mellitus*
 - Colesterol Alto (hipercolesterolemia)
 - Doenças Cardiovasculares
- Dicas de Estilo de Vida

Módulos opcionais

- Rastreio de Cancro de Colo de Útero
- Saúde Oral
- Saúde Mental/Suicídio

Para o STEP 2, etapa da recolha de medidas físicas, baseou-se em três módulos básicos e um módulo alargado/detalhado:

Módulos básicos

- Tensão Arterial (TA)
- Altura e Peso
- Medida da Cintura

Módulo alargado/detalhado

- Quadris e Ritmo Cardíaco

No STEP 3 foram recolhidas medidas bioquímicas do módulo básico e alargado/detalhado:

Módulos básicos

- Glicemia
- Lípidos do Sangue
- Sódio e Creatinina Urinário

Módulo alargado

- Triglicérideos e Colesterol HDL

1.4 TESTE PILOTO

Com o objetivo de testar os questionários, a metodologia de abordagem, detetar as dificuldades de terreno, performance dos inquiridores, bem como todo o processo de recolha e a adesão da população alvo e ademais, foi realizado um teste piloto em dois Distrito de Recenseamento (DR) da ilha Santiago, sendo um no meio urbano, escolhido a Capital do país (Cidade da Praia), e um no meio rural, escolhido o concelho de São Domingos.

Os dois DR foram selecionados fora da amostra selecionada para o inquérito nacional e constituía 180 agregados familiares, sendo 120 no concelho da Praia e 60 no concelho de São Domingos.

O teste piloto foi realizado em dezembro de 2019, durante uma semana.

No final do teste piloto foram realizadas avaliações que permitiram melhorias/aperfeiçoamento no processo e nos instrumentos, e foram aproveitadas as experiências para o inquérito nacional.

1.5 TRABALHOS DE CAMPO

1.5.1 EQUIPA DE TRABALHO

1.5.1.1 *Equipa técnica*

Para o efeito da realização deste estudo foi criado um gabinete do inquérito, que integra técnicos do INE, do Ministério da Saúde, da OMS e de outras instituições/Ministérios. Assim, foram criadas diferentes células, como:

- Coordenação Nacional
- Cédula de Metodologia Operações e Análise
- Cédula de Comunicação e Sensibilização
- Célula Informática e Tratamento de dados
- Célula Administrativa e financeira

Cada célula foi composta pelos técnicos das diferentes instituições envolvidas, denominadas de equipa técnica.

1.5.1.2 Equipas de terreno

As equipas de terreno foram constituídas por profissionais de saúde (Médicos, Enfermeiros, Nutricionistas, Técnicos de Laboratórios), Técnicos de Estatística e Inquiridores com experiências em trabalhos de terreno com o INE.

No teste piloto foram recrutados 12 agentes de terreno, todos profissionais de saúde, e constituída três equipas, sendo duas afetadas ao concelho da Praia e uma ao concelho de São Domingos. Cada equipa era constituída por três inquiridores, um agente de saúde e um(a) supervisor(a), sendo este último um dos elementos da equipa técnica.

A recolha de dados do inquérito nacional foi realizada por 17 equipas, composta cada uma por um supervisor (uma pessoa da equipa técnica), dois inquiridores e um agente de saúde, com exceção do concelho da Praia e da ilha de São Vicente que por motivos operacionais foram acrescentados mais um(a) inquiridor(a).

1.5.2 FORMAÇÃO

Foram realizadas formações tanto para o teste piloto como para o inquérito nacional, com a duração de uma semana para ambas.

A formação para o inquérito nacional foi assegurada por um grupo de técnicos nacionais e um expert da OMS/Genebra, considerando duas vertentes, uma teórica e outra prática. Durante cinco dias os agentes familiarizaram-se com a metodologia *STEPwise*, com os questionários em formato papel e digital (Tablet), mapas em formato digital e materiais médicos, como *Cardiocheck*, esfigmomanómetro e materiais antropométricos.

Os técnicos de laboratório, para além de uma ampla noção do inquérito, foram formados na introdução dos resultados do sódio e creatinina, analisados nas amostras de urina, no aplicativo de entrada de dados, a fim de fazerem uma correta inserção.

1.5.3 RECOLHA DE DADOS

A recolha de dados no terreno decorreu durante os meses de fevereiro e março de 2020, por entrevista direta, utilizando um questionário eletrónico assistido por Tablet (CAPI¹). A entrevista foi direcionada aos indivíduos dos 18 aos 69 anos residentes nos agregados familiares selecionados.

Consentimento informado

Todas as etapas de recolhas de dados junto dos indivíduos selecionados basearam-se, primeiramente, em obter um consentimento voluntário e/ou informado que precede de uma declaração resumida dos objetivos e procedimentos para o efeito.

Especificamente para a recolha de sangue e urina, obteve-se um consentimento informado, em que tanto o inquirido como o inquiridor assinaram.

¹ *Computer-Assisted Personal Interviews*

Medições físicas (STEP 2)

No STEP 2 foram realizadas medições da altura, peso, tensão arterial, cintura, quadril e ritmo cardíaco.

Para a tensão arterial e a frequência cardíaca, através do esfigmomanómetro (OMROM®), foram realizadas três medições, no braço direito, com intervalo de 3 minutos, sendo que a primeira medição foi realizada após o participante ter descansado por 15 minutos.

Para a medição da altura e apresentação dos resultados utilizou-se medidas feitas pelo estadiómetro convencional (Seca®). A pedido da OMS, para os indivíduos selecionados para o STEP 3, também se mediu a altura utilizando o estadiómetro digital ultrassónico portátil com a intenção de validá-lo. A medição da altura através do estadiómetro digital ultrassónico apresentou, em média, uma diferença superior de 10,7 cm em relação ao estadiómetro convencional.

A medição do peso foi realizada utilizando uma balança digital (Seca®). Para a medição da cintura e do quadril foi utilizada uma fita métrica.

Foram excluídas para a medição da altura, do peso, do quadril e da cintura às mulheres grávidas e os indivíduos com alguma deficiência que impediam uma correta aferição.

Colheita de sangue e urina (STEP 3)

Os testes de Glicemia, Colesterol total e HDL, foram efetuados utilizando o sistema *CardioChek PA*® que funciona a pilhas e tiras reativas descartáveis, que apresentava os resultados na hora.

Após a entrevista do STEP 1 e 2, foram entregues, pelas equipas de saúde, aos inquiridos selecionados para o STEP 3 um frasco de 100 ml para recolha da amostra de urina, bem como todas as orientações necessárias para que a recolha fosse feita em conformidade.

Algumas gotas de sangue foram colhidas na polpa do dedo suficientemente para o teste do nível da glucose no sangue, obedecendo todo o protocolo e normas de assepsia, nos indivíduos selecionados para o STEP 3 e que estavam em jejum, de pelo menos 8 horas.

Para a amostra de urina os inquiridos receberam orientação para fazerem a recolha antes do jantar do dia anterior ao STEP 3. As amostras foram conservadas nas estruturas de saúde de cada concelho/ilha e enviados posteriormente para a Cidade da Praia, onde foram realizados os testes de sódio e creatinina urinário a nível do laboratório do Hospital Central Agostinho Neto.

Gestão dos resíduos contaminados

Todos os materiais contaminados (algodão, lancetas, luvas, etc.) foram guardados em caixas para produtos biológicos de risco e depositado nas estruturas de saúde de referência de cada concelho.

Os indivíduos cujos níveis de glicemia, colesterol e/ ou Creatinina apresentavam valores anormais foram informados e receberam um encaminhamento para a estrutura de saúde de referência para acompanhamento.

1.6 ESTRATÉGIA DE COMUNICAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO

Com o intuito de conseguir maior adesão da população foram realizadas campanhas de sensibilização com vista a dar a conhecer, informar, divulgar e mobilizar as famílias cabo-verdianas para adesão e consciencialização sobre a importância do inquérito para o país.

Um Plano de comunicação, sensibilização e mobilização social foi elaborado, preconizando a publicidade através de televisão, rádios, imprensa escrita, cartazes, outdoors, bem como canais online tais como, redes sociais e sites.

1.7 ASPETOS ÉTICOS

O protocolo do estudo foi aprovado pelo Comité Nacional de Ética para a Pesquisa em Saúde e pela Comissão de Proteção de Dados.

O estudo foi desenvolvido de forma a proteger a privacidade dos indivíduos garantindo a participação voluntária e anónima. Um dos critérios de participação no estudo foi a assinatura de um formulário de consentimento após a informação sobre os objetivos e metodologia do estudo.

Todos os inquiridos que apresentaram alterações físicas e/ou laboratoriais foram aconselhados e/ou encaminhados aos centros de saúde de referência para avaliação médica.

Os resultados do inquérito, constituirão uma base de dados que permitirá ao Ministério da Saúde planificar, implementar e avaliar a eficácia de intervenções visando a redução de fatores de risco associados as DNT.

1.8 TRATAMENTO E ANÁLISE DE DADOS

Para o controlo da qualidade dos dados, a nível central, uma equipa trabalhou na verificação dos dados em simultâneo com a recolha de dados no terreno. Com esse controlo era possível verificar os erros na recolha e comunicá-los a equipa de terreno para as devidas verificações e, caso seja, para as correções.

Após a recolha no terreno fez-se a limpeza e apuramento do ficheiro de dados através da verificação da coerência, dos intervalos e da consistência dos dados, e posteriormente a determinação dos ponderadores. Para essa etapa, utilizou-se o software STATA versão 15.0.

Para análise utilizou-se o programa Epi Info versão 3.4, que através das suas sintaxes de análise já programadas para ponderar os dados, foi possível a produção dos resultados. Para o efeito, realizou-se um atelier de análise de dados que teve uma duração de uma semana, composto por uma equipa multidisciplinar.

A obesidade e o excesso de peso (sobrepeso e obesidade) foram avaliados através do Índice de Massa Corporal (IMC), calculado a partir do peso e da altura objetivamente medidos. Os pontos de corte utilizados para a categorização do IMC foram os preconizados pela Organização Mundial de Saúde (Quadro 1, Anexo B).

A obesidade abdominal com risco de complicações metabólicas foi definida, na população adulta, através dos indicadores de perímetro abdominal e o risco de complicações metabólicas

foi avaliada através da razão cintura-quadril, de acordo com os pontos de corte preconizados pela Organização Mundial de Saúde (Quadro 2, Anexo B).

A ingestão do sal por dia na população foi estimada pelos níveis de sódio e creatinina nas amostras de urinas utilizando a equação INTERSALT europeia (Equação 2 e Equação 3, Anexo B).

Definiu-se o risco de doenças cardiovasculares (RDC) de 10 anos $\geq 30\%$ de acordo com a idade, sexo, pressão arterial, estado do tabagismo (fumadores atuais ou aqueles que deixam de fumar há menos de 1 ano antes da avaliação), colesterol total e diabetes (diagnóstico prévio ou uma concentração de glicose plasmática em jejum >126 mg/dl).

Para o cálculo do indicador dos fatores de risco de doenças cardiovasculares foi levado em consideração a combinação dos seguintes parâmetros:

- Fumadores atuais;
- Consumo de menos de 5 frutas e vegetais ou legumes por dia;
- Atividade física insuficiente;
- Índice de Massa Corporal maior ou igual a 24 kg/m²; e
- Diabéticos (SBP ≥ 140 mmHg e/ou DBP ≥ 90 mmHg ou sob medicação).

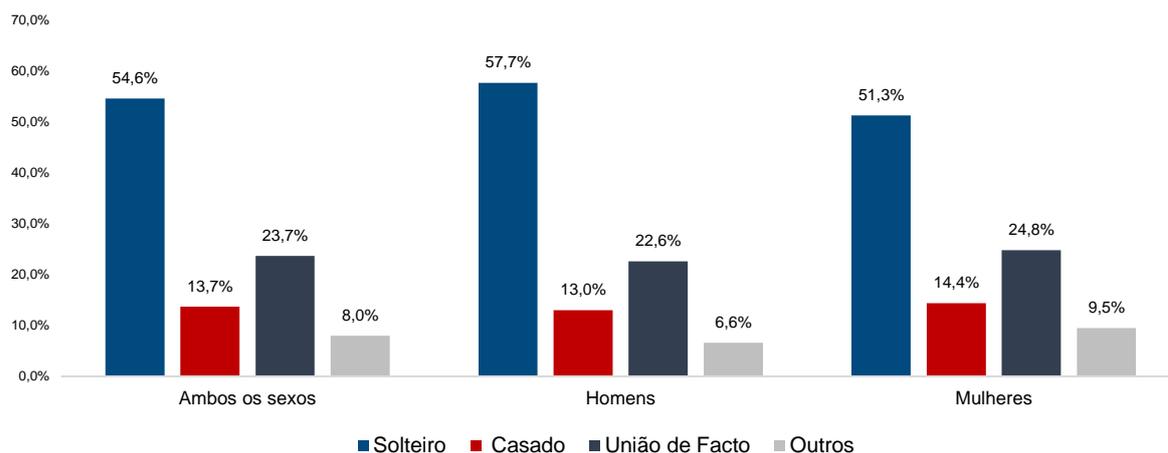
Os gráficos com os resultados dos indicadores delineados no Plano de Ação Global 2013-2020 e no Quadro Global de Monitoramento Abrangente para a Prevenção e Controle de DNT estão identificados com este símbolo: 

2 RESULTADOS DO STEP 1

2.1 CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS E ECONÓMICAS

SITUAÇÃO MATRIMONIAL

Gráfico 2.1-1: Percentagem da população adulta segundo a situação matrimonial, por sexo

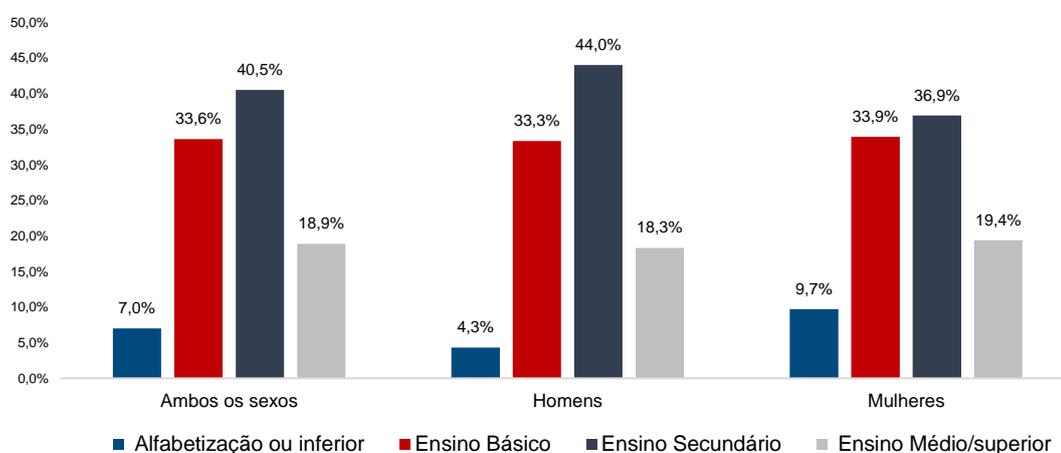


Em relação a situação matrimonial pode-se ver que 54,6% da população adulta é solteira, 23,7% vive em união, 13,7% é casada e 8,0% é separada ou divorciada ou viúva (Gráfico 2.1-1).

Verifica-se que, tanto entre os homens como entre as mulheres, mais da metade são solteiros (57,7% vs. 51,3%), seguidos dos que vivem em união (22,6% vs. 24,8%) e os casados (13,0% vs. 14,4%).

NÍVEL DE EDUCAÇÃO

Gráfico 2.1-2: Percentagem da população adulta segundo o nível de instrução, por sexo

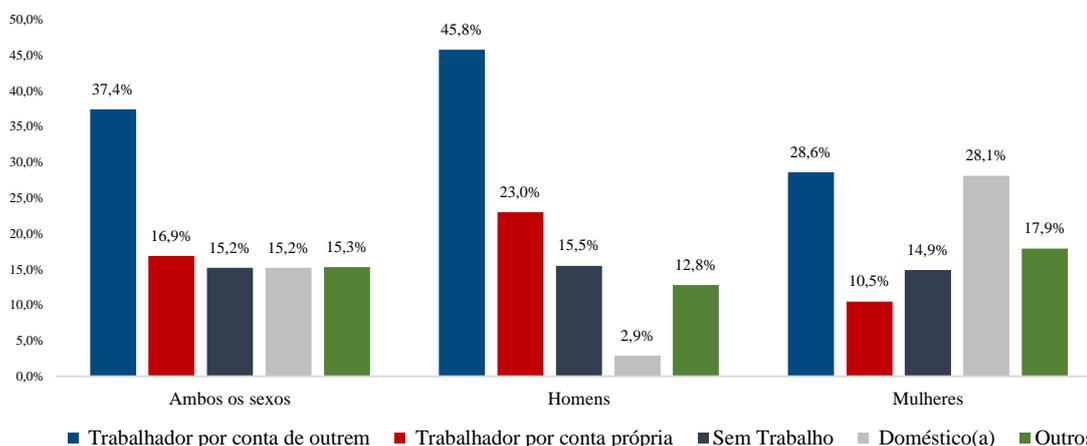


A maior parte dos adultos frequentaram ou estão a frequentar o ensino básico (40,5%) e ensino secundário (33,6%), seguidos do ensino médio ou superior (18,9%) e os que nunca frequentaram um estabelecimento de ensino ou frequentaram pré-escolar ou alfabetização

(7,0%). O mesmo comportamento, mas com nível diferente, se verifica tanto no grupo dos homens como no das mulheres (Gráfico 2.1-2).

SITUAÇÃO PROFISSIONAL

Gráfico 2.1-3: Percentagem da população adulta segundo a situação profissional, por sexo



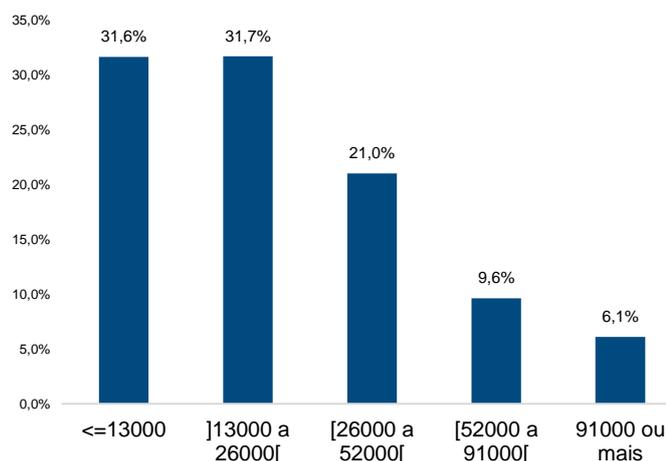
A maior parte da população adulta trabalha por conta de outrem (37,4%), seguido dos que trabalham por conta própria (16,9%). Os sem trabalho representam 15,2% da população adulta, sendo 14,9% nas mulheres e 15,5% nos homens (Gráfico 2.1-3).

RENDIMENTO ANUAL DO AGREGADO FAMILIAR

O rendimento anual médio per capita dos agregados familiares é de 161 763 escudos cabo-verdianos (ECV).



Gráfico 2.1-4: Percentagem dos agregados familiares segundo o rendimento mensal (em escudos cabo-verdianos)



Verificando a distribuição do rendimento dos agregados familiares (Gráfico 2.1-4), nota-se que quase 2/3 dos agregados (cerca de 63,3%)

têm um rendimento mensal de menos de 26 mil escudos, sendo 31,6% dos agregados com um rendimento mensal igual ou inferior a 13 mil escudos. Verifica-se também que, 6,1% dos agregados tem um rendimento mensal de 91 mil ou mais.

2.2 CARACTERÍSTICAS COMPORTAMENTAIS

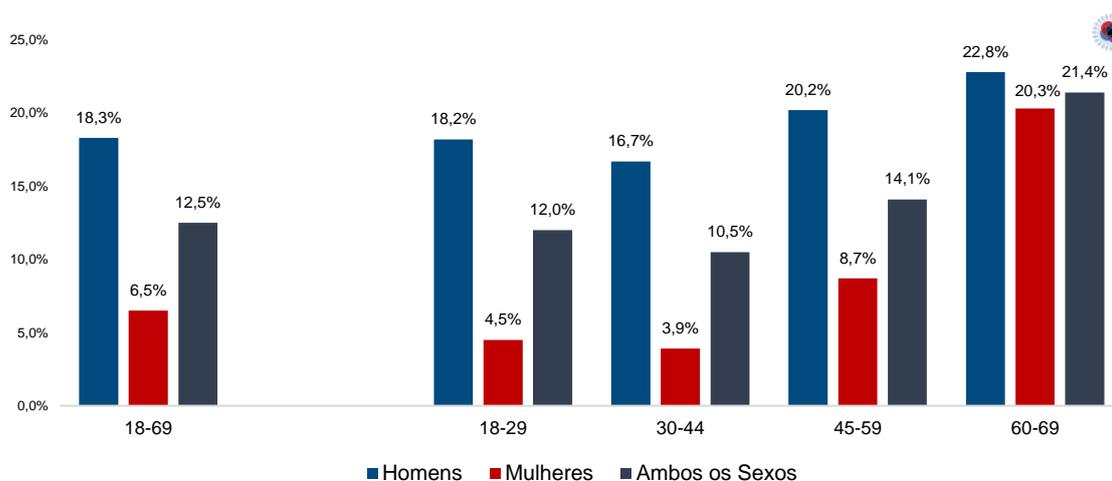
2.2.1 USO DE TABACO

O uso do tabaco é um dos principais fatores de risco para as DNT, contribuindo fortemente para vincar a tendência acentuada do seu crescimento. Segundo a OMS, o tabaco está associado a mais de 40 diferentes efeitos negativos na saúde, variando desde doenças cardiovasculares a diabetes e a 13 tipos de cancro.

Ainda, o Relatório Global de Epidemia de Tabaco de 2019, refere que o tabaco é responsável pela morte da metade dos seus usuários, causando cerca de oito milhões de mortes anuais em todo o mundo. Em Cabo Verde, o tabaco mata em média cerca de 104 cidadãos por ano, com 60% de mortes prematuras (mortes entre 30 e 70 anos, por doenças não transmissíveis).

Neste módulo estão incluídas informações sobre a prevalência do uso do tabaco fumado, tabaco sem fumo, o fumo ambiental, entre outras. As informações sobre a política de controlo do tabaco também foram recolhidas e serão apresentadas no relatório específico sobre o tabagismo em Cabo Verde.

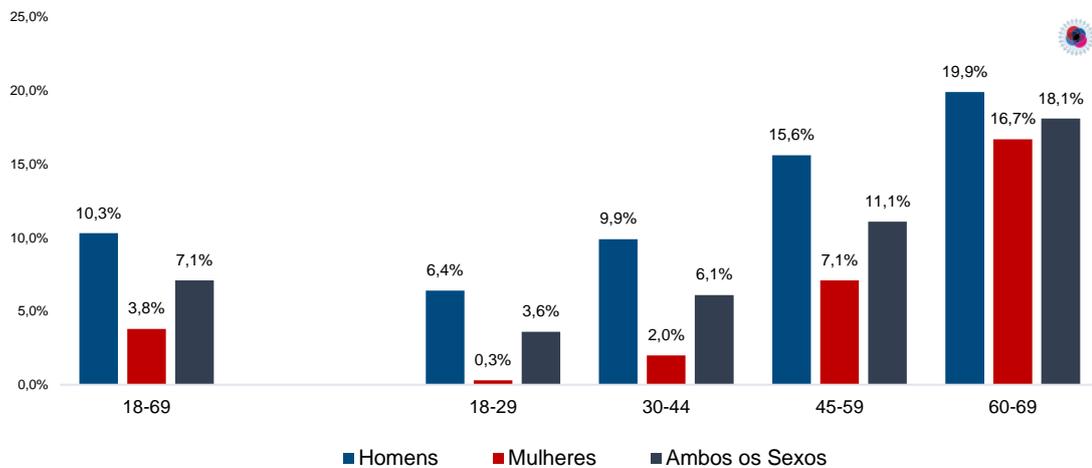
Gráfico 2.2-1: Prevalência do uso do tabaco (tabaco fumado e sem fumo) nos usuários atuais, por grupo etário e sexo



Em Cabo Verde, a prevalência do uso do tabaco nos adultos usuários atuais é de 12,5% (Gráfico 2.2-1). Nos homens essa prevalência é maior (18,3%) do que nas mulheres (6,5%). O grupo etário com a maior prevalência do uso de tabaco é de 60 a 69 anos, tanto nos homens (22,8%), como nas mulheres (20,3%).

A prevalência do uso do tabaco nos usuários atuais aumenta com a idade a partir dos 30 anos, tanto no grupo dos homens como no das mulheres.

Gráfico 2.2-2: Prevalência do uso do tabaco (tabaco fumado e sem fumo) nos usuários diários, por grupo etário e sexo

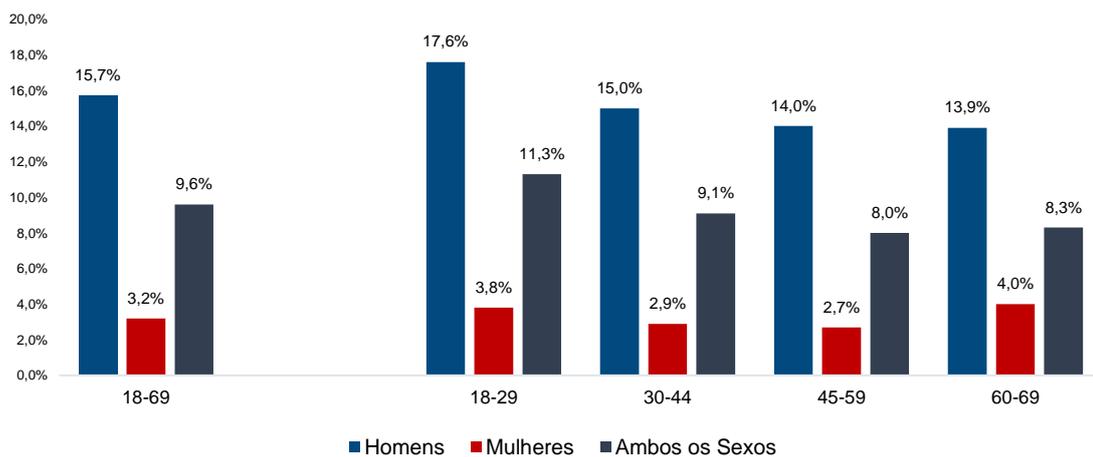


A nível nacional, a prevalência do uso do tabaco nos usuários diários é de 7,1% (Gráfico 2.2-2). Nos homens essa prevalência é maior (10,3%) do que nas mulheres (3,8%).

A prevalência de tabaco nos usuários diários parece claramente aumentar com a idade em ambos os sexos, atingindo o máximo no grupo de 60 a 69 anos tanto entre os homens (19,9%) como entre as mulheres (16,7%).

Tabaco fumado

Gráfico 2.2-3: Prevalência de tabaco fumado (fumador diário e não diário) nos de fumadores atuais, por grupo etário e sexo



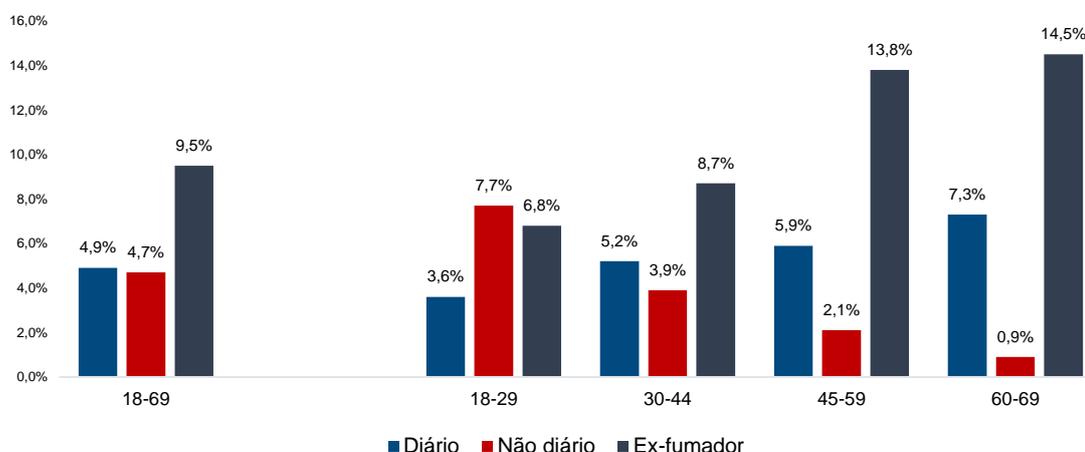
A prevalência atual do fumo do tabaco na população adulta cabo-verdiana é de 9,6% (Gráfico 2.2-3). Esta prevalência é mais elevada nos homens (15,7%) do que nas mulheres (3,2%).

O grupo etário com maior prevalência atual do fumo do tabaco (cerca de 11,3%) é constituído por adultos com idade compreendida entre 18 e 29 anos, sendo 17,6% nos homens e 3,8% nas mulheres.

IDNT 2007

Fumadores atuais:
 *Ambos os sexos – 9,9%
 *Homens – 15,9%
 *Mulheres – 4,0%

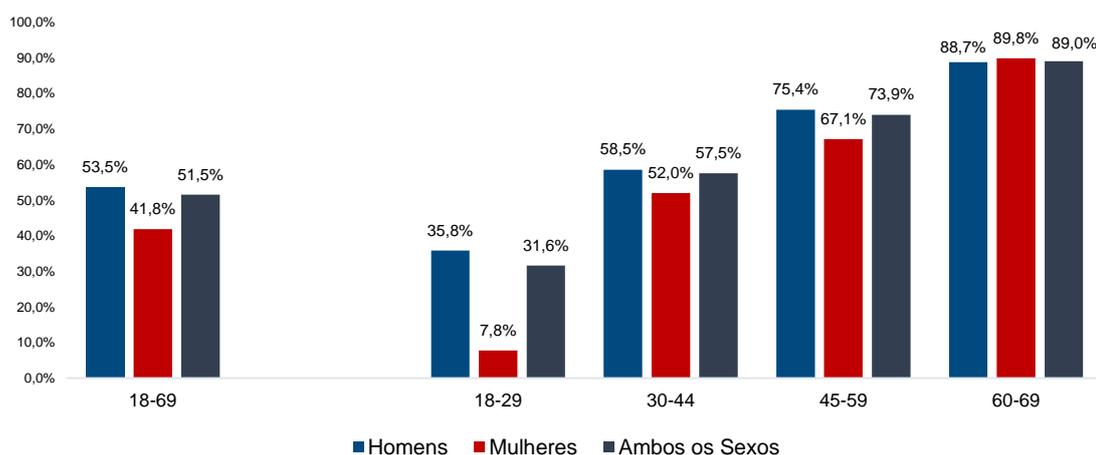
Gráfico 2.2-4: Percentagem da população adulta segundo a situação do fumo do tabaco, por grupo etário



Em Cabo Verde, 4,9% da população adulta fuma diariamente, sendo 8,4% nos homens e 1,3% nas mulheres (Gráfico 2.2-4). No grupo etário de 60 a 69 anos há maior prevalência de fumadores diários, aproximadamente 7,3%, sendo que esta prevalência é de 12,3% nos homens e 3,6% nas mulheres (Tabela 3, Anexo A).

A prevalência de fumadores atuais que não fumam diariamente é de 4,7%, sendo maior nos homens (7,3%) do que nas mulheres (1,9%). Nos adultos de 18 a 29 anos constata-se uma percentagem de 7,7% de fumadores atuais que não fumam diariamente (Tabela 3, Anexo A).

Gráfico 2.2-5: Percentagem de fumadores diários entre os fumadores atuais (fumador diário e não diário), por grupo etário e sexo



A percentagem de fumadores diários, entre os fumadores atuais, é 51,5%, sendo 53,5% nos homens e 41,8% nas mulheres (Gráfico 2.2-5). No grupo etário dos adultos com idade compreendida entre 60 e 69 anos há maior percentagem de fumadores diários 89,0% (88,7% nos homens e 89,8% nas mulheres).

IDNT 2007
 Fumadores diários entre os atuais
 *Ambos – 81,2%
 *Homens – 81,4%
 *Mulheres – 80,5%

Gráfico 2.2-6: Idade média do início do fumo entre os fumadores diários, por grupo etário e sexo

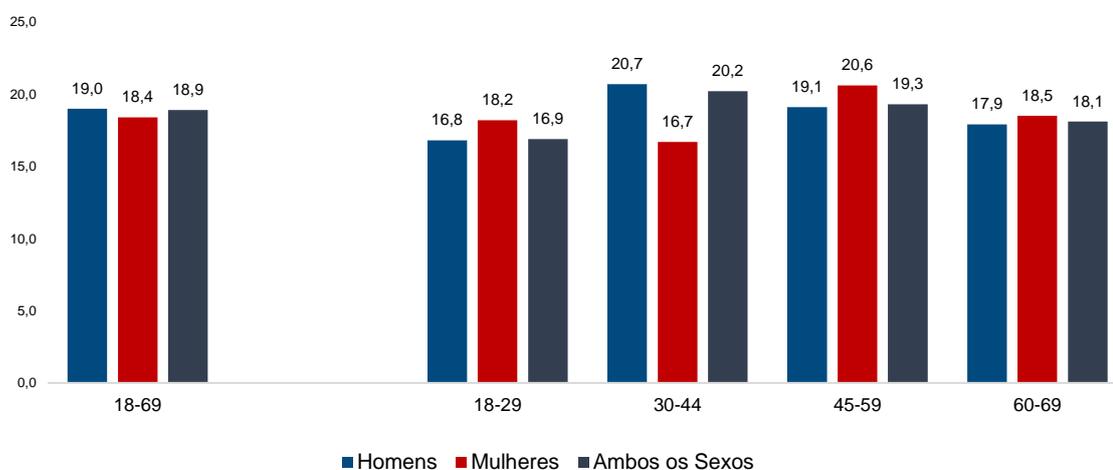
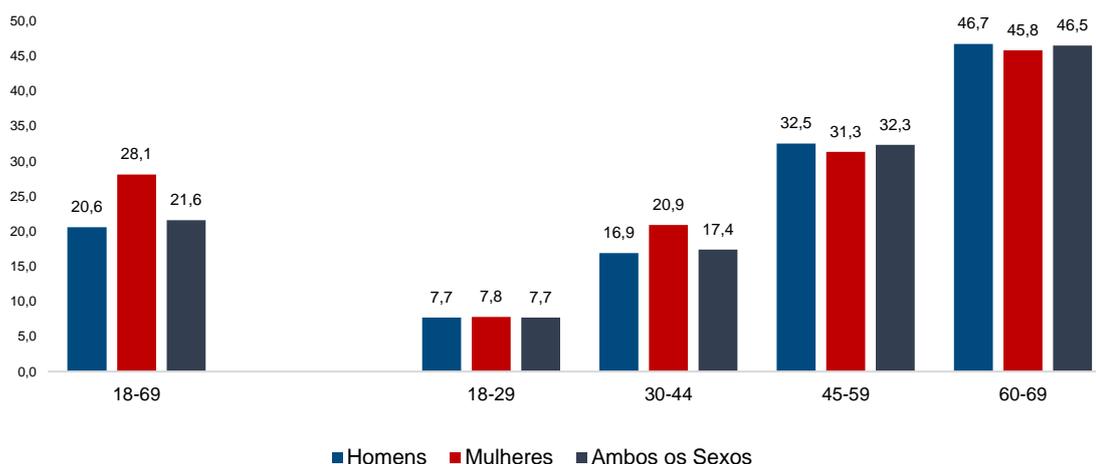


Gráfico 2.2-7: Duração média do tempo do fumo entre os fumadores atuais (fumador diário e não diário), por grupo etário e sexo



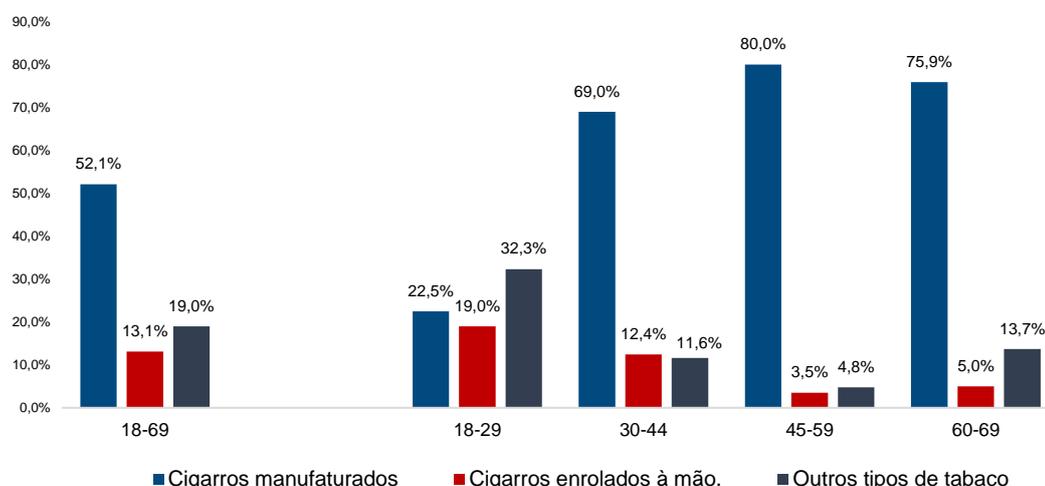
A idade média do início do fumo do tabaco entre os fumadores diários é de 18,9 anos. Para os homens a idade média é de 19,0 anos e para as mulheres é de 18,4 anos (Gráfico 2.2-6).

A duração média do tempo do fumo, entre os fumadores atuais, é de 21,6 anos, sendo 20,6 para os homens e 28,1 para as mulheres (Gráfico 2.2-7).

A duração média do tempo do fumo parece aumentar com a idade, sendo 7,7 anos entre os fumadores com idade compreendida entre 18 e 29 anos e atinge 46,5 anos, entre os de 60 a 69 anos.

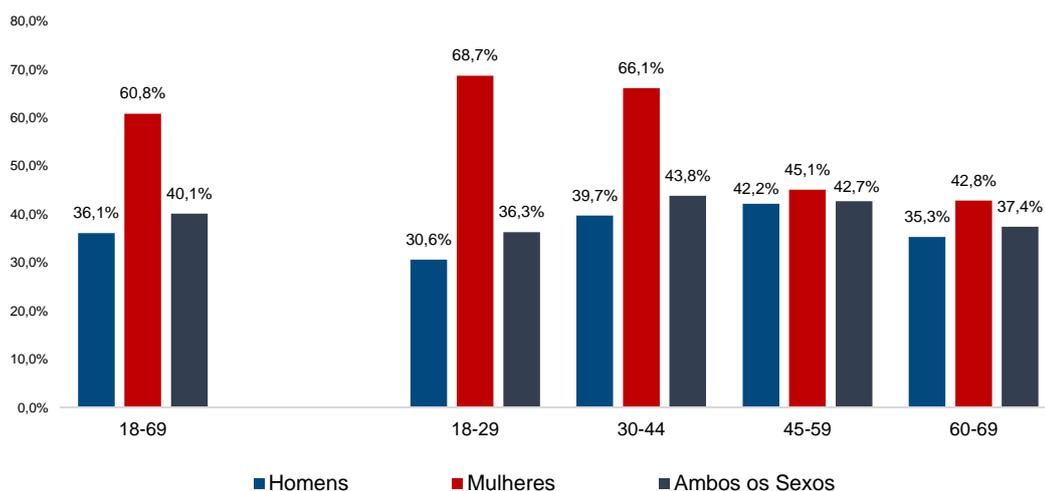
IDNT 2007
 Média de idade do início do fumo
 *Ambos – 19,4 anos
 *Homens – 19,1 anos
 *Mulheres – 20,9 anos

Gráfico 2.2-8: Percentagem de fumadores atuais (fumador diário e não diário) segundo o tipo de tabaco fumado, por grupo etário



A percentagem de adultos fumadores atuais de cigarros manufacturados é de 52,1%, sendo 53,6% nos homens e 44,8% nas mulheres (Gráfico 2.2-8 e Tabela 4, Anexo A). A percentagem dos que fumam cigarros enrolados à mão é de 13,1% e dos que usam outros tipos de tabaco é de 19,0%. A percentagem de homens que fumam cigarros enrolados à mão é de 15,0% e a dos que fumam outros tipos de cigarros é de 17,7%. Nas mulheres essas percentagens são de 24,2% para outros tipos de tabaco e 3,3% para cigarros enrolados à mão. A maior percentagem de fumadores atuais de outros tipos de tabaco ocorre entre os adultos com idade compreendida entre 18 e 29 anos (32,3%). Nos homens essa percentagem é de 32,4% e nas mulheres é de 31,7% (Gráfico 2.2-8).

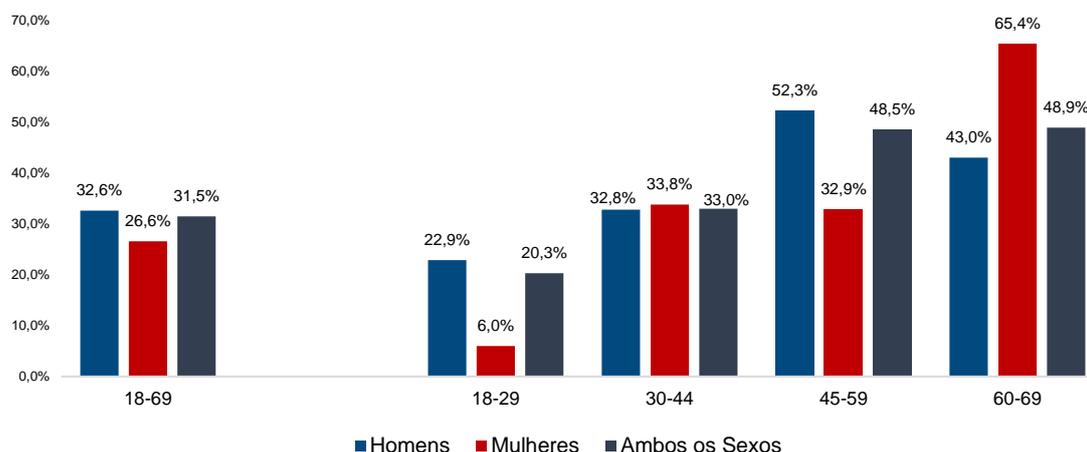
Gráfico 2.2-9: Percentagem de fumadores atuais (fumador diário e não diário) que tentou parar de fumar, nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo



A percentagem de fumadores atuais que tentou parar de fumar nos últimos 12 meses é de 40,1%, sendo 60,8% nas mulheres e 36,1% nos homens. A maior percentagem destes fumadores encontra-se no grupo etário de 30 a 44 anos de idade, com 43,8% (Gráfico 2.2-9).

Entre os homens, no grupo etário de 45 a 59 anos há uma maior percentagem de adultos que tentaram parar de fumar, com 42,2%, e entre as mulheres esta percentagem é maior nos com idade entre 18 e 29 anos, com 68,7%.

Gráfico 2.2-10: Percentagem de fumadores atuais (fumador diário e não diário) aconselhados por um profissional de saúde a parar de fumar, nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo

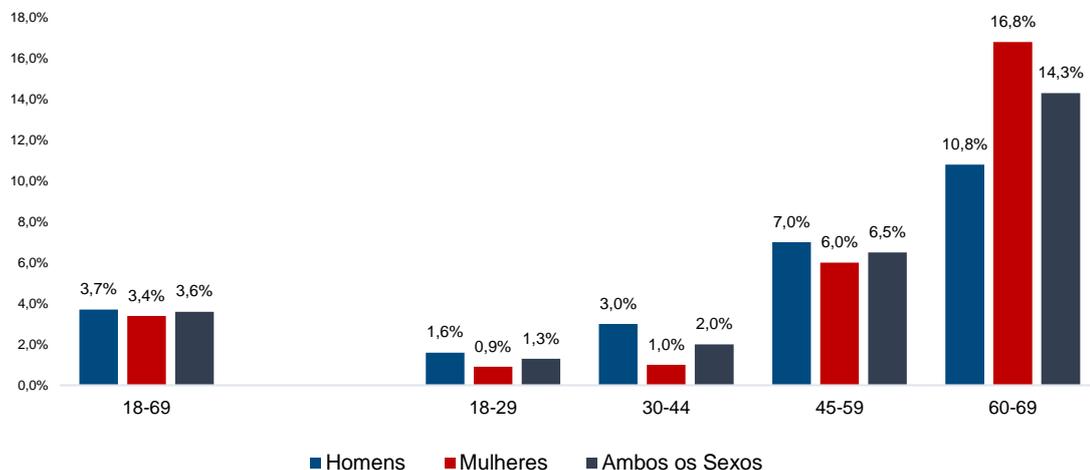


A percentagem de fumadores atuais aconselhados por um médico ou outro profissional de saúde a parar de fumar, nos últimos 12 meses, é de 31,5%, sendo 32,6% nos homens e 26,6% nas mulheres (Gráfico 2.2-10).

No grupo etário de 60 a 69 anos há maior percentagem de fumadores aconselhados a parar de fumar (48,9%). Nos adultos de 18 a 29 anos, a maior percentagem ocorre nos homens, com 22,9% e nas mulheres, com 6,0%.

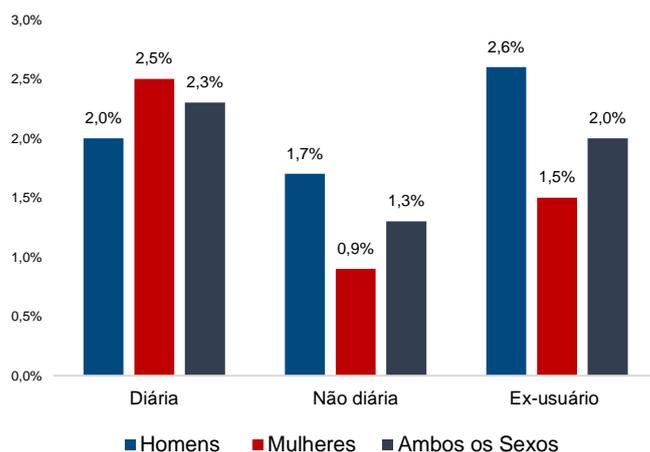
Tabaco sem fumo

Gráfico 2.2-11: Prevalência do uso do tabaco sem fumo nos usuários atuais, por grupo etário e sexo



A prevalência do uso do tabaco sem fumo nos usuários atuais é de 3,6%, sendo 3,7% nos homens e 3,4% nas mulheres (Gráfico 2.2-11). O uso do tabaco sem fumo está presente em todos os grupos etários, sendo que a prevalência aumenta com a idade. O grupo etário com maior prevalência é o de 60 a 69 anos, com 14,3%, com maior prevalência nas mulheres (16,8% vs. 10,8%).

Gráfico 2.2-12: Prevalência de usuários de tabaco sem fumo segundo a situação do uso (usuário atual e ex-usuário), por sexo

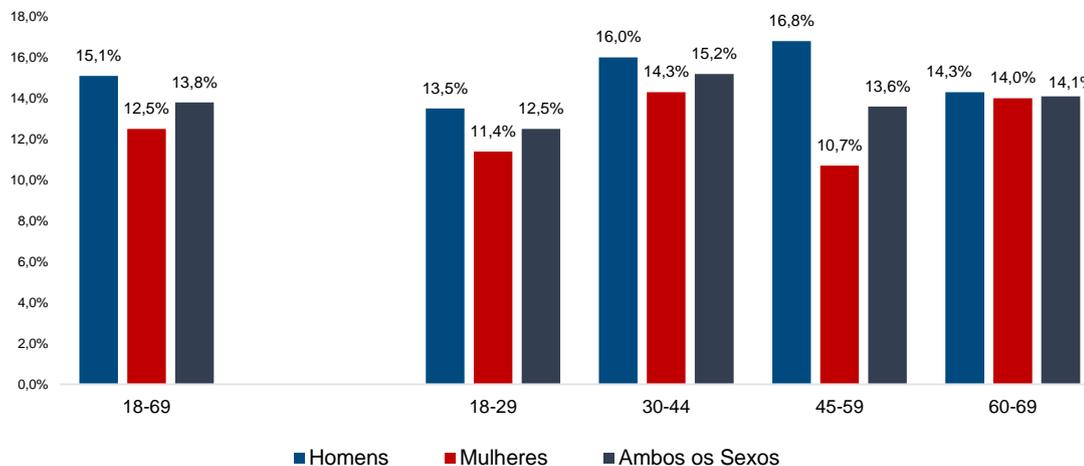


A prevalência do uso diário do tabaco sem fumo nos usuários atuais é de 2,3%, sendo 2,5% nas mulheres e 2,0% nos homens. A prevalência dos que não usam diariamente é superior nos homens (1,7% vs. 0,9%).

Os ex-usuários do tabaco representam 2,0% da população adulta, sendo 2,6% nos homens e 1,5% nas mulheres.

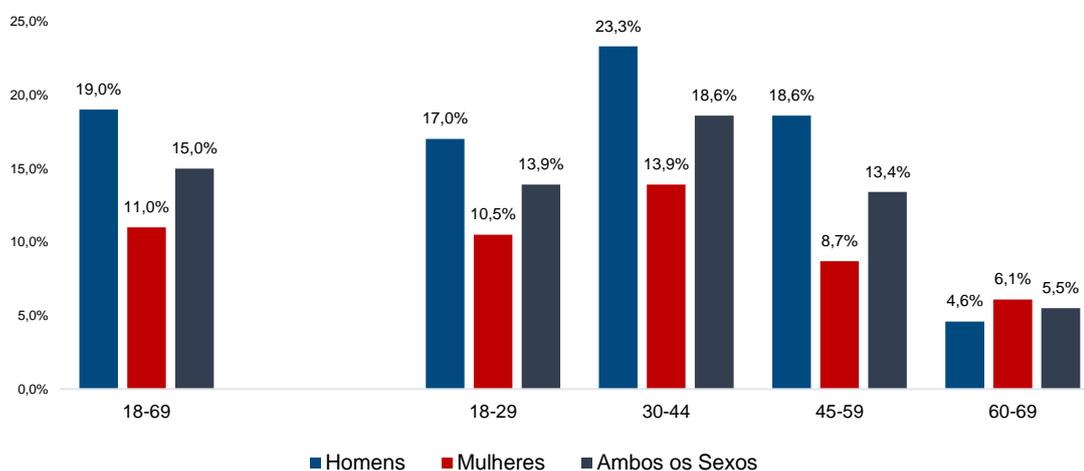
População exposta ao fumo

Gráfico 2.2-13: Percentagem da população adulta exposta ao fumo em casa, nos últimos 30 dias, por grupo etário e sexo



Em Cabo Verde, a percentagem da população exposta ao fumo em casa, nos últimos 30 dias, é de 13,8% (Gráfico 2.2-13). Essa prevalência é maior nos homens (15,1%) do que nas mulheres (12,5%). Entretanto, ela é ainda maior nos homens com idade compreendida entre 45 e 59 anos (16,8%) e nas mulheres do grupo etário de 30 a 44 anos (14,3%).

Gráfico 2.2-14: Percentagem da população adulta exposta ao fumo no local de trabalho, nos últimos 30 dias, por grupo etário e sexo



A percentagem da população exposta ao fumo no local de trabalho, nos últimos 30 dias, é de 15,0%. Essa percentagem é maior nos homens, com 19,0%, do que nas mulheres, com 11,0%. É no grupo etário de 30 a 44 anos que se encontra a maior percentagem da população exposta ao fumo no local de trabalho (18,6%), sendo 23,3% para os homens e 13,9% para as mulheres (Gráfico 2.2-14).

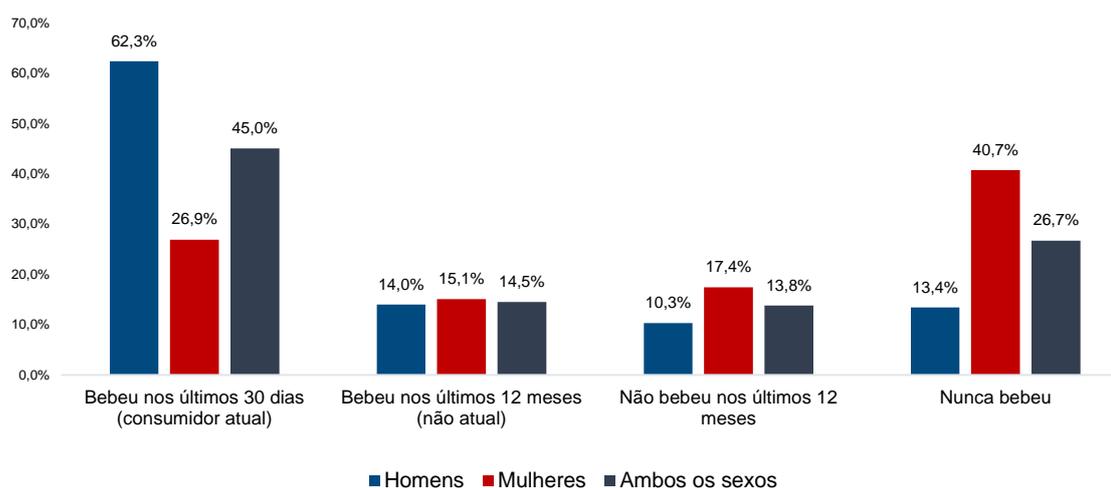
2.2.2 CONSUMO DE BEBIDAS ALCOÓLICAS

O consumo nocivo de bebidas alcoólicas e os seus problemas associados demonstram que, o alcoolismo em Cabo Verde, não é apenas um dos principais problemas de Saúde Pública, mas também um fator condicionante para o desenvolvimento do país, acarretando grandes preocupações para as famílias e para as autoridades.

Em Cabo Verde, este consumo se tornou em um problema e os fundamentos estão relacionados com a permissividade cultural ao consumo, que facilita o uso e dificulta a fiscalização com o volume de produção e a qualidade associada com o consumo por adolescentes em idades cada vez mais precoces, com o aumento da violência, com os resultados negativos para a saúde, com os acidentes rodoviários, com os problemas no meio laboral, com o desemprego e a pobreza, com a desestruturação e/ou disfuncionalidade das famílias, entre outros.

Neste módulo são apresentadas informações sobre o consumo atual, o consumo ao longo da vida, assim como sobre os consumidores “pesados”.

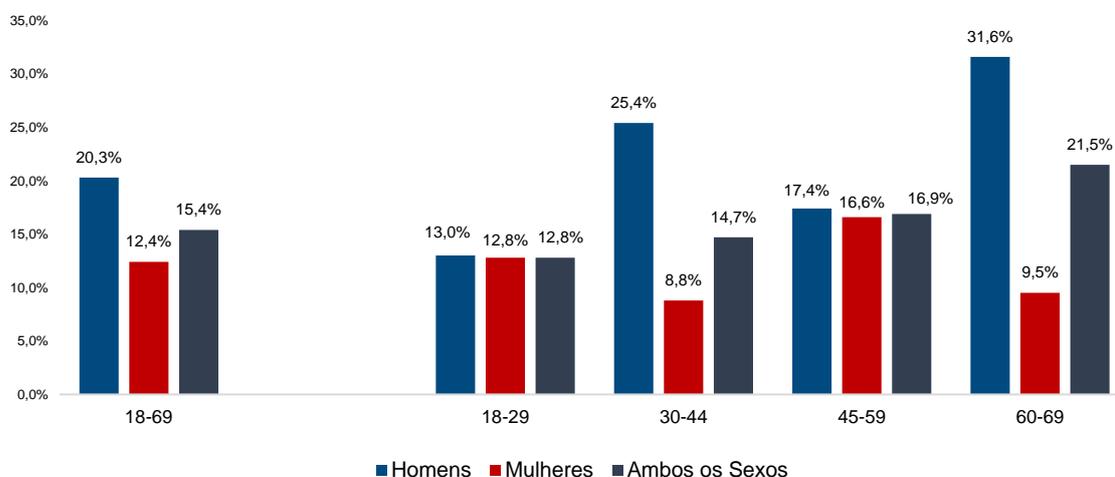
Gráfico 2.2-15: Percentagem da população adulta segundo o estado/tempo de consumo de bebidas alcoólicas, por sexo



A percentagem da população adulta que consome atualmente (últimos 30 dias) bebidas alcoólicas é de 45,0%, sendo 62,3% nos homens e 26,9% nas mulheres (Gráfico 2.2-15). Tanto nos homens como nas mulheres, a percentagem é maior no grupo etário de 30 a 44 anos, ou seja, 67,3% e 31,0%, respetivamente (Tabela 6, Anexo A). Os que declararam ter bebido nos últimos 12 meses representa 14,5% (14,0% nos homens e 15,1% nas mulheres), sendo esta percentagem maior nos adultos do grupo etário de 18 a 29 anos, com 17,9%.

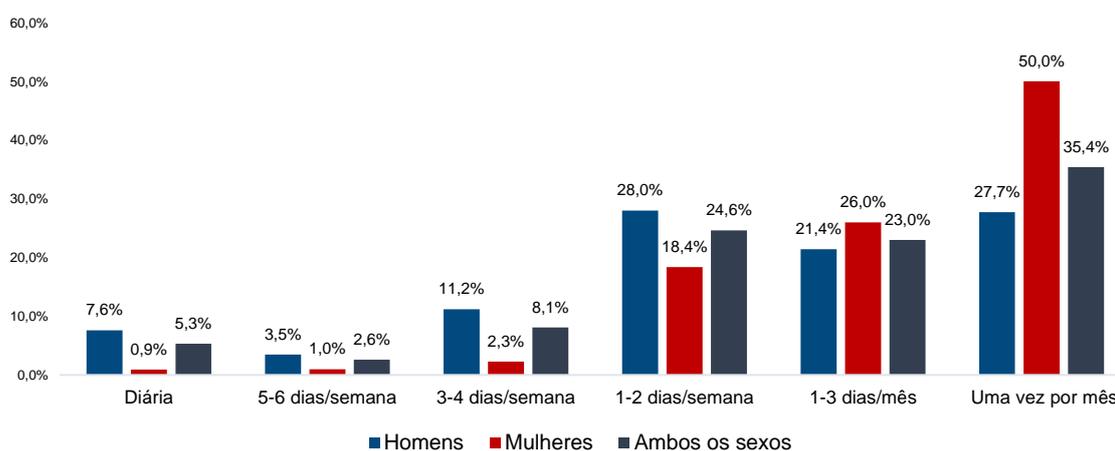
Os adultos que referem abstinência ao longo da vida (nunca beberam) representam 26,7%, sendo 13,4% nos homens e 40,7% nas mulheres (Gráfico 2.2-15). Essa percentagem foi maior no grupo etário de 60 a 69 anos, com 40,8%, sendo 16,8% nos homens e 58,9% nas mulheres (Tabela 6, Anexo A).

Gráfico 2.2-16: Percentagem da população adulta que pararam de beber por razões de saúde nos últimos 12 meses, por sexo e grupo etário



Durante o inquérito questionou-se, para aqueles que alguma vez consumiram bebidas alcoólicas, se deixaram de beber nos últimos 12 meses por razões de saúde, como um impacto negativo do consumo de bebidas alcoólicas na sua saúde ou por conselho de um médico ou de um outro profissional de saúde. Os resultados mostram que, 15,4% da população adulta pararam de consumir bebidas alcoólicas por motivos de saúde, sendo 20,3% nos homens e 12,4% nas mulheres (Gráfico 2.2-16). Esta percentagem foi maior nos homens do grupo etário de 60 a 69 anos (31,6%), e nas mulheres de 45 a 59 (16,6%).

Gráfico 2.2-17: Percentagem da população adulta segundo a frequência do consumo de bebidas alcoólicas nos últimos 12 meses, por sexo



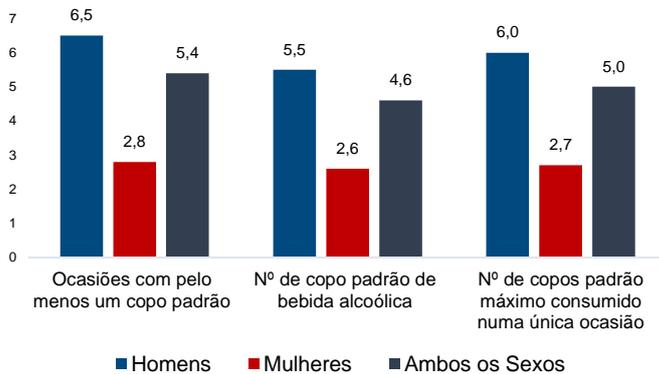
Pouco mais de 1/3 dos adultos que consumiram bebidas alcoólicas nos últimos 12 meses (cerca de 35,4%) declararam tê-lo feito uma vez por mês, sendo que nas mulheres essa percentagem é mais expressiva do que entre os homens (50% e 27,7%, respetivamente), seguido dos que beberam 1 a 2 dias por semana (24,6%), 1 a 3 dias por mês (23,0%), 3 a 4 dias por semana (8,1%), os que beberam diariamente (5,3%) e os que beberam 5 a 6 dias por semana (2,6%) (Gráfico 2.2-17).

Em relação ao grupo etário, os adultos com idade entre 60 e 69 anos apresentam a maior percentagem daqueles que bebem diariamente (11,9%) e a menor percentagem encontra-se nos com idade entre 18 e 29 anos (1,0%) (Tabela 7, Anexo A).

A frequência dos homens que bebem diariamente é de 7,6%, sendo mais expressivo naqueles do grupo etário de 60 a 69 anos (18,1%).

A maior percentagem dos adultos que bebem uma vez por mês é encontrada naquelas do grupo etário de 18 a 29 anos (42,1%).

Gráfico 2.2-18: Número médio de ocasiões que bebeu pelo menos um copo padrão de bebida alcoólica e **Número médio e máximo** de copos padrão de bebida alcoólica consumido numa ocasião, nos últimos 30 dias, por sexo

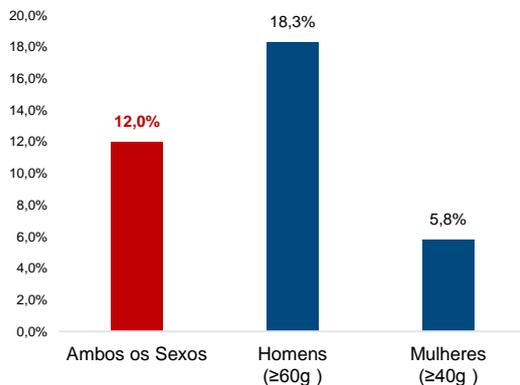


O número médio de ocasiões com, pelo menos, um copo padrão² de bebida alcoólica nos últimos 30 dias é de 5,4, sendo 6,5 nos homens e 2,8 nas mulheres. Numa única ocasião em média os consumidores atuais bebem 4,6 copos padrão (5,5 nos homens e 2,6 nas mulheres) com um número máximo médio de copos de 5,0, sendo 6,0 nos homens e 2,7 nas mulheres (Gráfico 2.2.18).

Relativamente ao grupo etário, a média do número de ocasiões é maior na população de 60 a 69 anos com 7,4 ocasiões e a do número de copos bebidos, assim como o número máximo de copos, é na população de 30 a 44 anos com 5,2 copos por ocasião e 5,6 copos máximo numa única ocasião. (Tabela 8, 9 e 10, Anexo A).

Por género e por grupo etário, a média de ocasiões é maior nos homens com idade entre 60 e 69 anos (9,3 ocasiões) e nas mulheres com idade entre 45 e 59 anos (3,5 ocasiões) (Tabela 8, Anexo A).

Gráfico 2.2-19: Percentagem de adultos com níveis de consumo elevado de bebidas alcoólicas, por sexo



De acordo com o nível de consumo de bebida alcoólica, a percentagem de adultos que fizeram o uso nocivo de bebidas alcoólicas ($\geq 60g$ de etanol em uma ocasião para os homens e $\geq 40g$ de etanol para as mulheres) é de 12,0%. Nos homens essa percentagem é mais elevada do que nas mulheres (18,3% vs. 5,8%).

É de destacar o uso nocivo de bebidas alcoólicas no grupo etário de 30 a 44 anos (14,4%) e entre os de 18 e 29 anos (5,8%). Nos homens essa percentagem é mais alta do que nas mulheres (21,0% vs. 8,0% no grupo etário 30 a 44 anos e, 20,1% vs. 5,1% no grupo etário 18 a 29 anos)

(Tabela 11, Anexo A).

² Um copo padrão contém 10g de etanol. (STEPS, 2017)

Em relação ao uso nocivo de bebidas alcoólicas ($\geq 60g$ de etanol nos homens e $\geq 40g$ de etanol nas mulheres), a nível nacional, de acordo com o nível de consumo de bebidas alcoólicas nos últimos 30 dias, a percentagem de consumidores atuais é de 28,8%, sendo mais elevado nos homens (31,3%) do que nas mulheres (23,1%) (Gráfico 2.2-20). Por grupo etário, a percentagem é maior nos adultos com idade entre 18 e 29 anos e 30 e 44 anos (31,3% para ambos). Nos homens, a maior percentagem está naqueles do grupo etário de 18 a 29 anos (36,1%) e nas mulheres está naquelas com idade entre 30 e 44 anos (27,3%) (Tabela 12, Anexo A).

Gráfico 2.2-20 Percentagem da população adulta com níveis de consumo elevado de bebidas alcoólicas, que beberam nos últimos 30 dias, por sexo

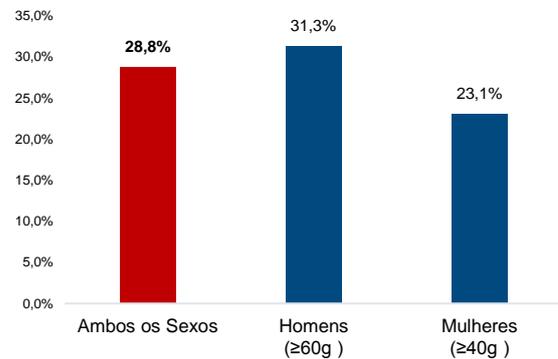


Gráfico 2.2-21: Percentagem da população adulta que beberam seis ou mais copos padrões de bebidas alcoólicas numa única ocasião, nos últimos 30 dias, por grupo etário e sexo

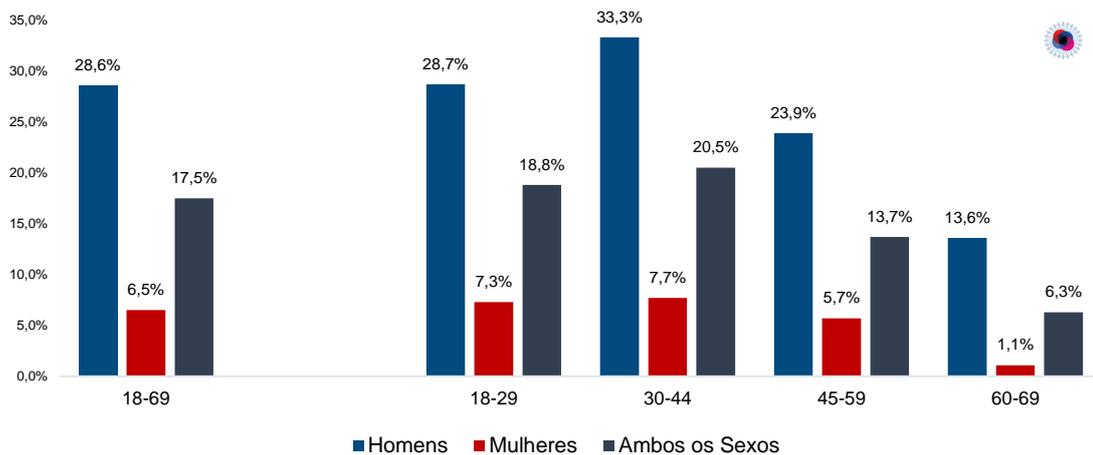
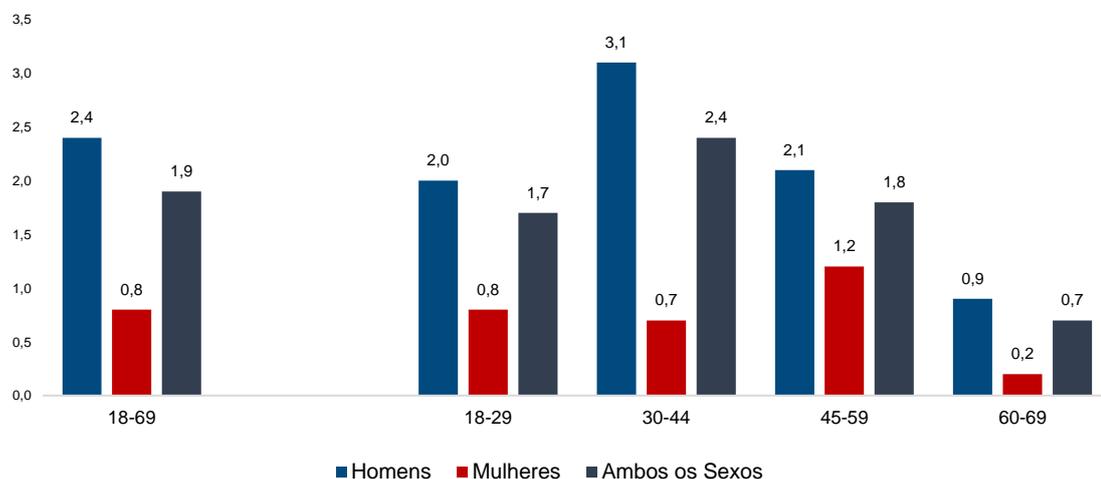


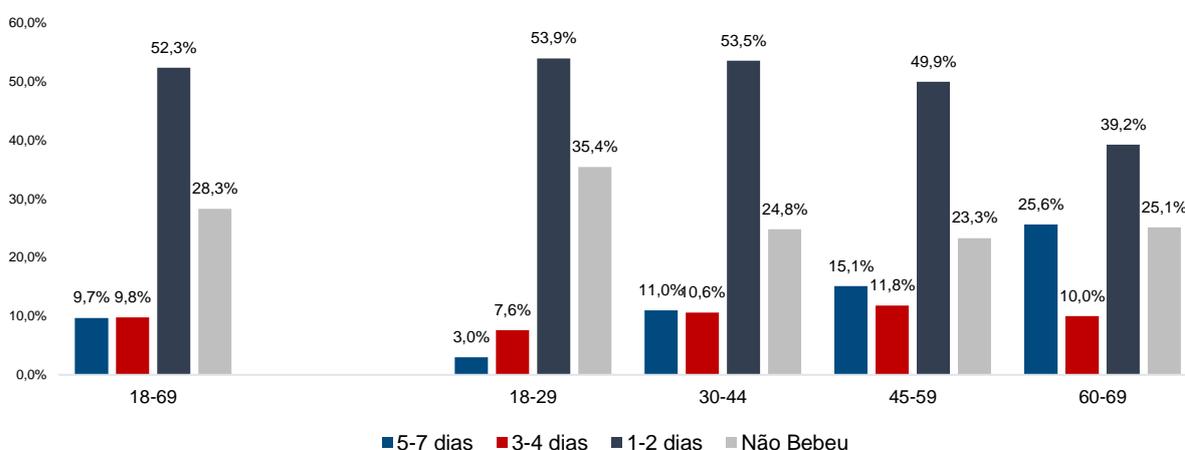
Gráfico 2.2-22: Média do número de vezes em que os consumidores atuais (consumo nos últimos 30 dias) beberam seis ou mais bebidas durante uma única ocasião, por grupo etário e sexo



A percentagem de adultos que beberam seis ou mais copos padrões numa única ocasião nos últimos 30 dias é de 17,5%, sendo 28,6% nos homens e 6,5% nas mulheres. Esta percentagem é maior entre os adultos com idade entre 30 e 44 anos (20,5%), sendo 33,3% nos homens e 7,7% nas mulheres (Gráfico 2.2-21).

O número médio de vezes, nos últimos 30 dias, em que os consumidores atuais beberam seis ou mais copos padrões de bebidas durante uma única ocasião é de 1,9, sendo 2,4 nos homens e 0,8 nas mulheres. Esse número é maior entre os adultos com idade entre 30 e 44 anos, comparando com os outros grupos etários (Gráfico 2.2-22).

Gráfico 2.2-23: Percentagem de consumidores atuais (consumo nos últimos 30 dias) segundo a frequência do consumo de bebidas alcoólicas nos últimos 7 dias, por grupo etário



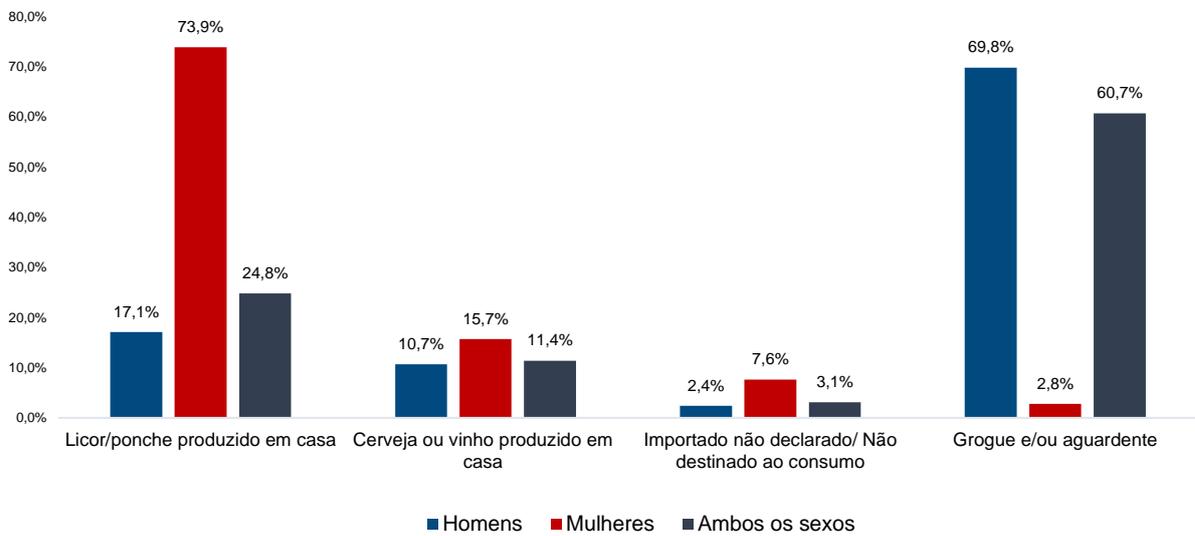
A frequência de consumo de bebidas alcoólicas nos últimos 7 dias, a nível nacional, foi a seguinte: 52,3% bebe de 1 a 2 dias, 28,3% não bebeu, 9,8% bebe de 3 a 4 dias e 9,7% bebe diariamente ou bebe 5 a 6 dias (Gráfico 2.2-23).

Em relação ao grupo etário, os adultos com idade entre 60 e 69 anos apresentam a maior percentagem daqueles que bebem diariamente ou que bebem 5 a 6 dias (25,1%) e a menor percentagem é registrada entre os com idade de 18 e 29 anos (3,0%).

De realçar, que a maior percentagem dos adultos que não beberam nos últimos 7 dias é observada no grupo etário de 18 a 29 anos (35,4%).

A percentagem de homens que consumiram bebidas alcoólicas diariamente nos últimos 7 dias é de 7,6%, com destaque para os do grupo etário de 60 a 69 anos (27,5%). Nas mulheres essa percentagem é de 1,9%, com realce para as do grupo etário de 60 a 69 anos (9,8%) (Tabela 13, Anexo A).

Gráfico 2.2-24: Percentagem de bebidas alcoólicas não declarado consumido nos últimos 7 dias, por tipo, entre todas as bebidas alcoólicas não declaradas consumidas nos últimos 30 dias



O tipo de bebidas alcoólicas não declaradas com maior percentagem de consumo é o grogue e/ou aguardente, representando 60,7%, seguido de licor/ponche e cerveja ou vinho produzido em casa, com 24,8% e 11,4%, respetivamente (Gráfico 2.2-24).

O consumo de grogue e/ou aguardente é essencialmente consumido por homens, comparado com mulheres (69,8% e 2,8%, respetivamente). O inverso ocorre em relação ao licor/ponche produzido em casa, onde se regista 17,1% de consumo por homens versus 73,9% por mulheres.

Do mesmo modo, a cerveja ou vinho caseiro, bem como os álcoois não declarado ou não destinado ao consumo são mais consumidos pelas mulheres do que pelos homens.

Gráfico 2.2-26: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, por uma vez ou mais por mês, não conseguiram parar de beber depois de ter começado

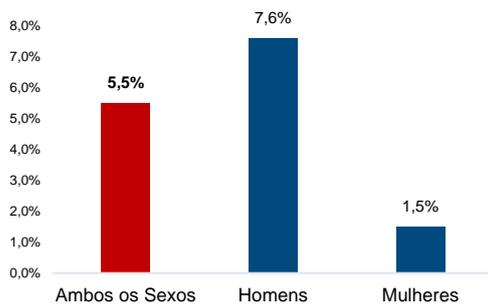


Gráfico 2.2-25: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, por uma vez ou mais por mês, não conseguiram realizar o que era normalmente esperado por causa da bebida

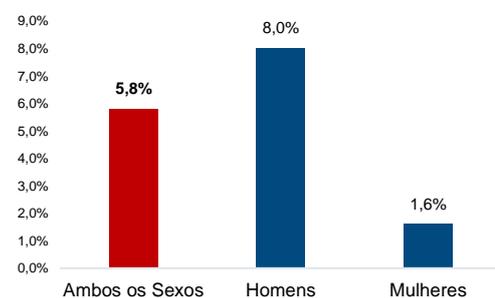


Gráfico 2.2-28: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, por uma vez ou mais por mês, precisou beber pela manhã para voltar ao normal depois de ter bebido

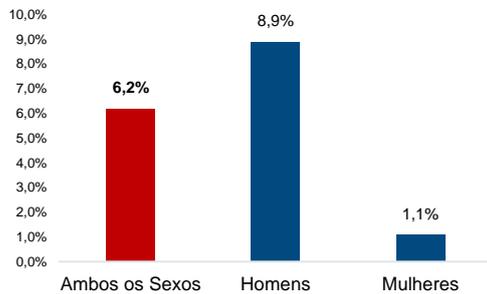
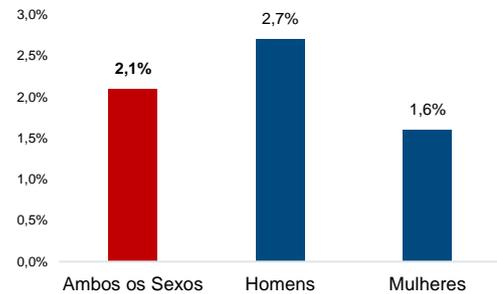


Gráfico 2.2-27: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, por uma vez ou mais por mês, teve problemas com a família ou parceiro devido ao consumo de bebidas alcoólicas de outra pessoa



A percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, por uma vez ou mais por mês, não conseguiram parar de beber depois de ter começado é de 5,5%, com maior prevalência nos homens, com 7,6%, do que nas mulheres, com 1,5% (Gráfico 2.2-25). Observa-se que esta percentagem é mais elevada nos homens do grupo etário de 45 a 59 anos (13,4%), quando comparado com outros grupos etários (Tabela 15, Anexo A).

Em relação aos adultos que, nos últimos 12 meses, por uma vez ou mais por mês, não conseguiram realizar o que era normalmente esperado, por causa das bebidas alcoólicas, é de 5,8%. Nos homens esta percentagem é 8,0% e nas mulheres é de 1,6% (Gráfico 2.2-26).

No Gráfico 2.2-27, de modo geral, a percentagem de adultos que, uma vez ou mais por mês, precisou beber pela manhã para voltar ao normal depois de uma bebedeira, nos últimos 12 meses, é de 6,2%, sendo mais acentuado nos homens (8,9%) do que nas mulheres (1,1%).

A percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, por uma vez ou mais por mês, teve problemas com a família, parceiro ou outra pessoa, devido ao consumo de bebidas alcoólicas é de 2,1% (Gráfico 2.2-28).

2.2.3 CONSUMO ALIMENTAR

A alimentação e a nutrição ocupam uma posição de destaque nas atividades de prevenção por serem fatores importantes na promoção e manutenção de uma boa saúde durante todo o ciclo de vida, estando estes, direta ou indiretamente relacionados com as Doenças Crónicas Não Transmissíveis. Evidências têm demonstrado que reduzir o consumo de alimentos energéticos ricos em gorduras saturadas, em açúcar e sal, e aumentar o consumo de frutas e/ou legumes/verduras, ancorado a um estilo de vida saudável é primordial para esta redução das DNT mais prevalentes em Cabo Verde (cardiovasculares, oncológicas, diabetes, obesidade, etc.).

Assim, neste módulo apresentam-se alguns dos principais resultados do consumo de frutas, legumes e verduras, sal, gorduras e açúcar.

Consumo de Frutas e/ou Legumes e Verduras

Gráfico 2.2-30: Número médio de porções de frutas e/ou legumes e verduras consumidos, por dia, por sexo

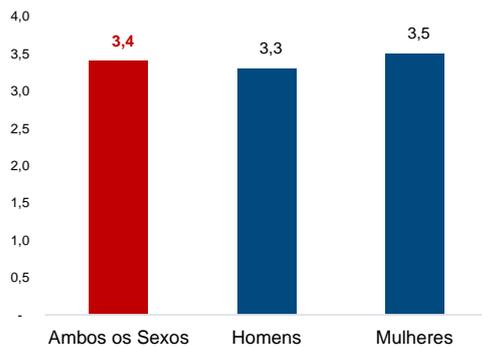


Gráfico 2.2-29: Percentagem da população adulta que consome, em média, menos de 5 porções de frutas e/ou legumes e verduras, por dia

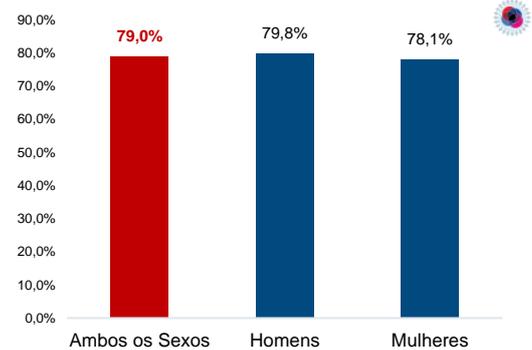


Gráfico 2.2-31: Número médio de dias de consumo de frutas, por semana, por sexo

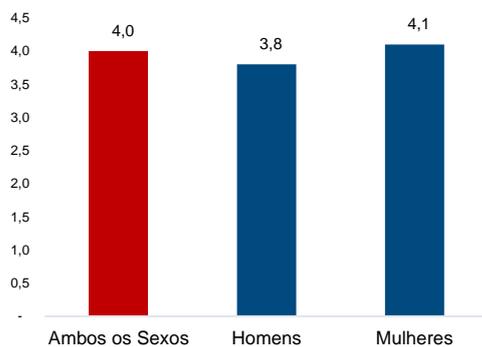
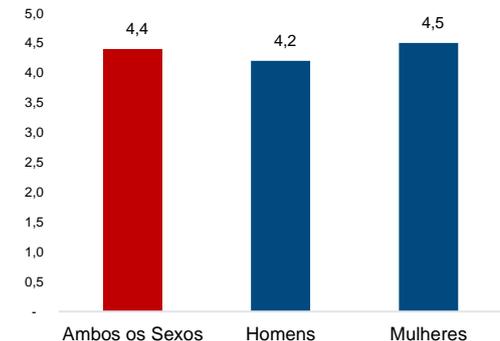


Gráfico 2.2-32: Número médio de dias de consumo de legumes e verduras, por semana, por sexo



A OMS recomenda consumo mínimo de 5 porções de frutas e/ou legumes e verduras por dia, por pessoa, abaixo do qual é considerado um fator de risco para o desenvolvimento das DNT.

De acordo com os dados deste inquérito, a população adulta cabo-verdiana consome em média 3,4 porções de frutas e/ou legumes e verduras por dia, portanto um consumo inferior ao recomendado (Gráfico 2.2-29). Outrossim, observa-se que em média consome-se fruta durante 4 dias por semana e, legumes e verduras durante 4,4 dias por semana, evidenciando-se que, durante semana, consome-se, em média, mais legumes do que frutas (Gráfico 2.2-31 e Gráficos 2.2-32).

IDNT 2007
 Média de dias consumo:
 *frutas – 3,3
 *legumes/verduras - 3,7

De realçar ainda que, 79,0% dos adultos consomem menos de 5 porções de frutas e/ou legumes e verduras por dia (Gráfico 2.2-30).

Consumo do sal

Quanto à percepção da frequência do consumo de sal, observa-se que 8,5% da população adulta declararam que adiciona sempre ou frequentemente o sal ou molho salgado antes ou enquanto come (Gráfico 2.2-33) e 10,2% da população adulta consome frequentemente alimentos processados e ricos em sal, sendo de magnitude superior no grupo etário de 18 a 29 anos, com 10,9% e 15,1%, respetivamente. (Tabela 27, Anexo A).

Gráfico 2.2-33: Percentagem da população adulta que adiciona sempre ou frequentemente sal ou molho salgado antes ou enquanto come, por sexo

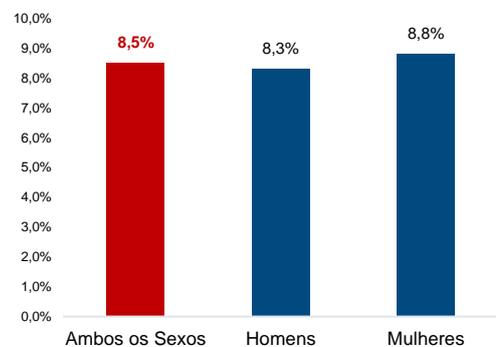
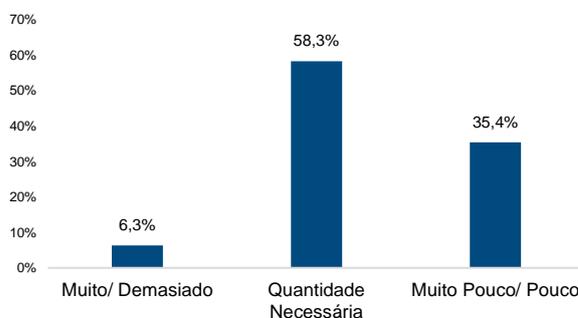


Gráfico 2.2-34: Percentagem da população adulta segundo a percepção da quantidade do sal consumida



Quanto à percepção da quantidade de sal consumida, verifica-se que a maioria dos adultos, ou seja, 58,3% declararam consumir apenas a quantidade necessária de sal (Gráfico 2.2-34). De realçar que 6,3% acham que consomem muito ou demasiado sal, e essa percepção não difere muito entre os sexos (6,5% para homens e 6,0% para mulheres) (Tabela 28, Anexo A). Quanto

ao conhecimento sobre a relação entre o consumo do sal e a saúde, 96,5% indicaram que o consumo excessivo de sal pode causar problemas à saúde (Tabela 29, Anexo A).

Relativamente à medida para controlar o consumo do sal, constata-se que 85,2% da população adulta relataram tomar algumas medidas, sendo que 23,5% declararam verificar o teor de sal nos rótulos dos alimentos, 64,2% usa especiarias (salsa, coentro, salsinha, etc.) em substituição e 50,8% evita comer fora de casa (Tabelas 30, 31, 32 e 33, Anexo A).

Consumo Gordura

Na população adulta, 15,5% declararam que consomem sempre ou frequentemente alimentos gordurosos, sendo nos homens essa percentagem de 16,8% e nas mulheres de 14,2% (Gráfico 2.2-35).

Relativamente à perceção do consumo de gordura, nota-se que 47,3% dos adultos declararam consumir apenas a quantidade necessária de gordura, e 1 em cada 10 indivíduos declara que consomem muita ou demasiada gordura (Gráfico 2.2-36).

Os tipos de gorduras mais consumidos pela população cabo-verdiana são os óleos vegetais, incluindo azeite, com 96,7% (Gráfico 2.2-37)

Gráfico 2.2-35: Percentagem da população adulta que consome sempre ou frequentemente gordura, por sexo

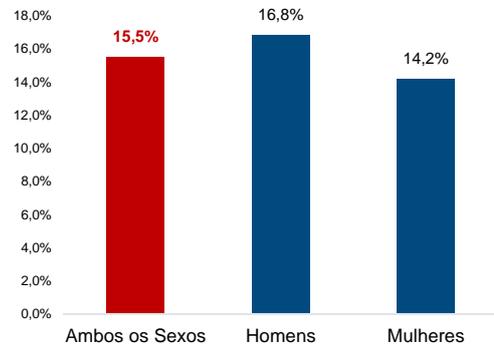


Gráfico 2.2-37: Percentagem da população adulta segundo a perceção da quantidade de gordura consumida

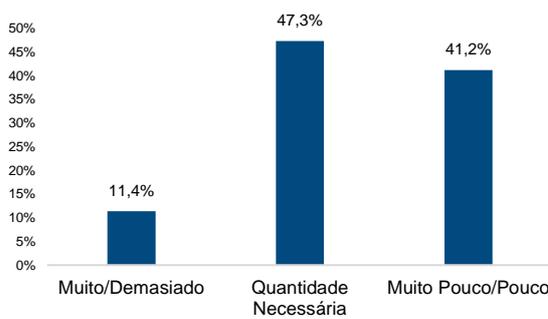
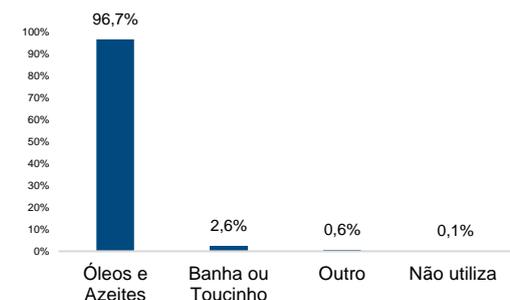


Gráfico 2.2-36: Percentagem da população adulta segundo o tipo de gorduras mais utilizadas na preparação/cozedura dos alimentos



Consumo Açúcar

Na população adulta, 30,6% declararam que consomem sempre ou frequentemente alimentos e/ou bebidas açucaradas (Gráfico 2.2-38), sendo 30,9% nos homens e 30,2% nas mulheres.

Gráfico 2.2-38: Percentagem da população adulta segundo a perceção da quantidade de açúcar consumida

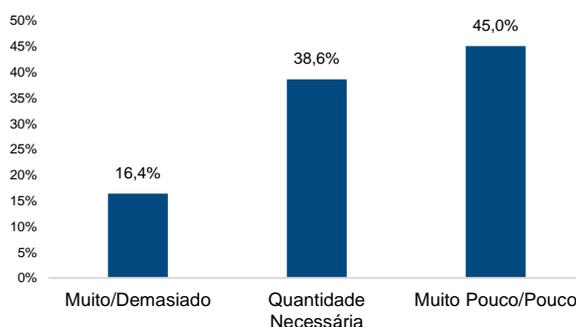
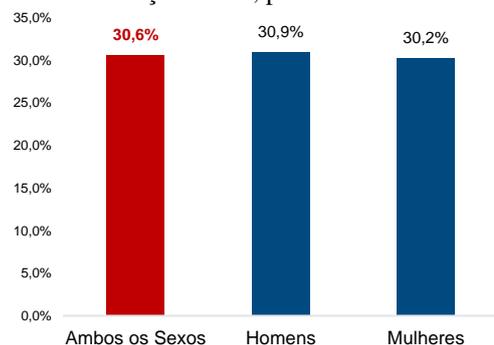


Gráfico 2.2-39: Percentagem da população adulta que consome sempre ou frequentemente alimentos e/ou bebidas açucaradas, por sexo



Relativamente à perceção do consumo de açúcar, verifica-se que 38,6% dos adultos declararam consumir apenas a quantidade necessária de açúcar e 16,4% declararam ter um consumo exagerado (muito ou demasiado) (Gráfico 2.2-39), sendo de magnitude superior no grupo etário de 18 a 29 anos com 23,7% (Tabela 38, Anexo A).

2.2.4 ATIVIDADE FÍSICA

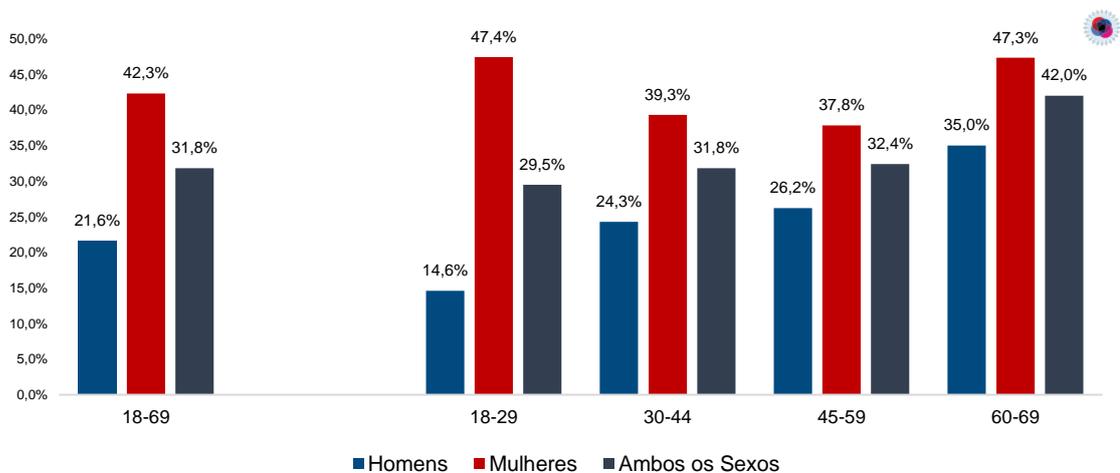
Ser fisicamente ativo é fundamental para a saúde e o bem-estar e pode adicionar anos à vida e vida aos anos. Caminhar, subir escadas, andar de bicicleta, trabalhar no jardim ou dançar são exemplos de atividade física, que podem ser incluídas no dia-a-dia da maioria das pessoas.

Recentemente, a OMS definiu as recomendações para a realização de atividade física por faixas etárias, tendo em consideração as necessidades e as capacidades durante o ciclo de vida, recomendações essas, que enfatizam que todas as pessoas, de todas as idade e habilidades, devem e podem ser fisicamente ativas e que todo o tipo de movimento conta (World Health Organization, 2020).

Estatísticas da OMS mostram que um em cada quatro adultos e quatro em cada cinco adolescentes não praticam atividade física suficiente, e esta praticada de forma regular, ajuda na manutenção de um corpo saudável, e conseqüentemente na redução dos fatores de risco das DNT (World Health Organization, 2018).

Assim, nesta seção apresentam-se os dados dos níveis de intensidade de atividade física praticada pelos adultos cabo-verdianos, bem como dados sobre o sedentarismo.

Gráfico 2.2-40: Percentagem da população adulta que gasta menos em atividade física do que o recomendado* pela OMS, por grupo etário e sexo



* gasta menos de 150 minutos em atividade física de intensidade moderada ou menos de 75 minutos em atividade vigorosa, por semana

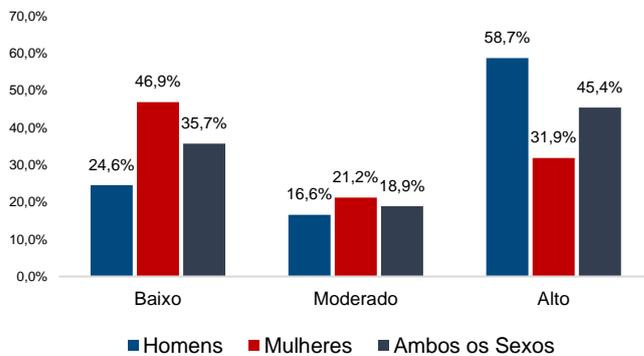
Em Cabo Verde, 31,8% da população adulta gasta menos de 150 minutos em atividade física de intensidade moderada ou 75 minutos em atividade vigorosa, sendo, 42,3% nas mulheres e 21,6% nos homens (Gráfico 2.2-40).

Em todos os grupos etários, as mulheres são as que menos cumprem as recomendações da OMS para atividade física.

O grupo etário dos 60 a 69 anos é o que menos refere seguir as recomendações da OMS sobre atividade física. No caso das mulheres, a prevalência é menor no grupo etário 45 a 59 anos (37,8%) e nos homens é no grupo etário dos 18 a 29 anos (14,6%).

A Tabela 39 (Anexo A) apresentam as percentagens da população classificadas em três categorias (alto, moderado e baixo) de atividade física total por sexo e grupo etário (Ver tabela para mais detalhes sobre a classificação).

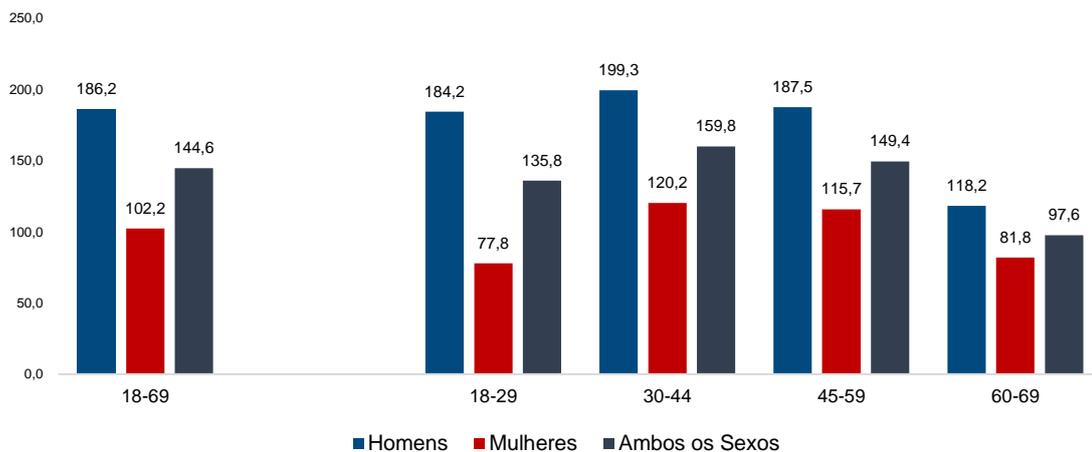
Gráfico 2.2-41: Percentagem da população adulta segundo classificação de atividade física (vigoroso, moderada e baixa), por sexo



A percentagem da população adulta com um nível vigoroso de atividade física, é de 45,4%, enquanto a que apresenta um nível moderado é de 18,9% e a com um nível baixo é de 35,7% (Gráfico 2.2-41).

No caso dos homens, 58,7% apresentam um nível vigoroso, 16,6% nível moderado e 24,6% nível baixo. Em relação às mulheres, 31,9% apresentam um nível vigoroso, 21,2% nível moderado e 46,9% nível baixo.

Gráfico 2.2-42: Tempo médio (em minutos) gastos por dia em atividade física, por grupo etário e sexo

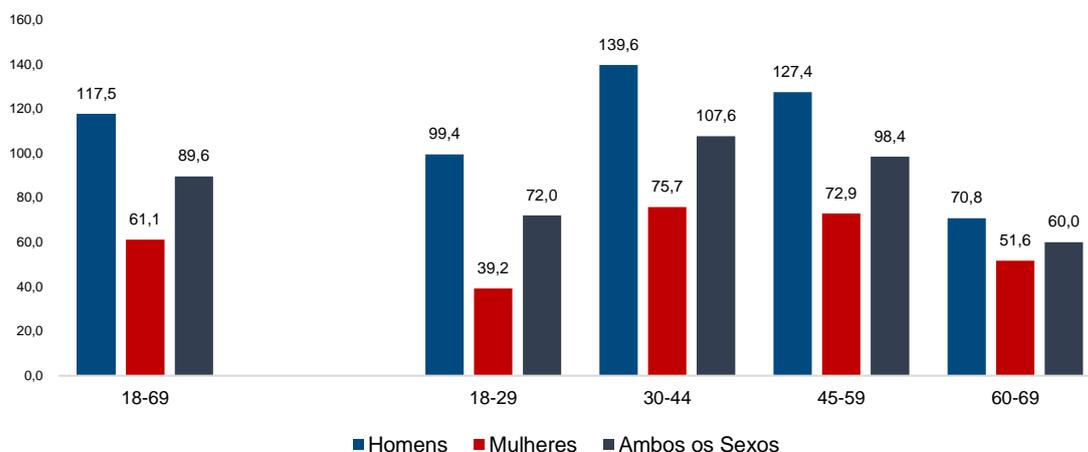


Em Cabo Verde gasta-se em média 144,6 minutos em atividade física por dia. As mulheres dedicam 102,2 minutos e os homens 186,2 minutos (Gráfico 2.2-42).

O grupo etário de 30 a 44 anos é a que apresenta uma maior média de minutos gastos em atividade física por dia (159,8 minutos), sendo mais elevada nos homens do que nas mulheres (199,3 minutos vs. 120,2 minutos).

No grupo dos 60 a 69 anos, o tempo médio gasto em atividade física é menor, cerca de 97,6 minutos, quando comparado com os outros grupos etários, sendo 81,8 minutos para as mulheres e 118,2 minutos para os homens.

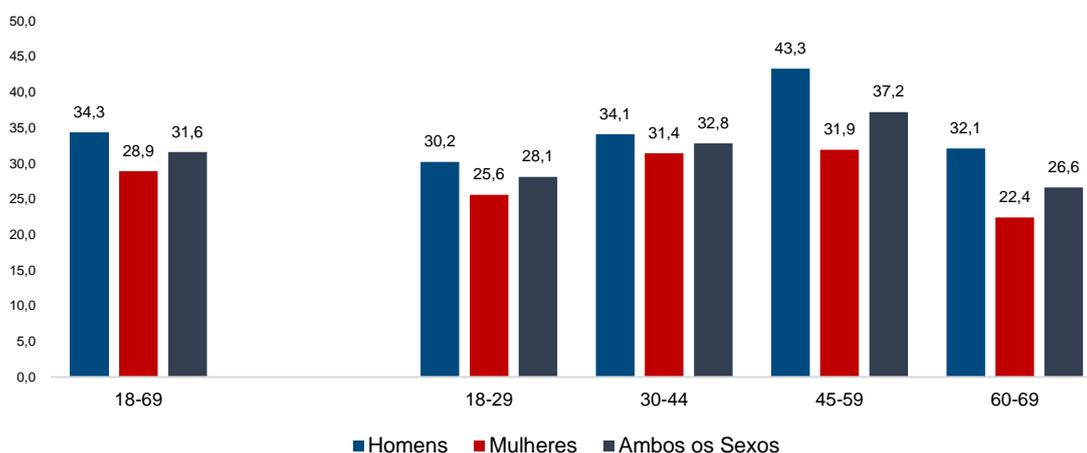
Gráfico 2.2-43: Tempo médio (em minutos) gastos por dia em atividade física relacionada com o trabalho, por grupo etário e sexo



Ademais segundo o Gráfico 2.2-43, o tempo médio diária gastos em atividade física relacionada com o trabalho é de 89,6 minutos, sendo que os minutos gastos pelos homens é quase o dobro dos gastos pelas mulheres (117,5 minutos vs. 61,1 minutos).

O grupo etário dos 30 a 44 anos, apresenta a maior média de minutos por dia de atividade física relacionadas com o trabalho (107,6 minutos), tanto para as mulheres (75,7 minutos) como para os homens (139,6 minutos).

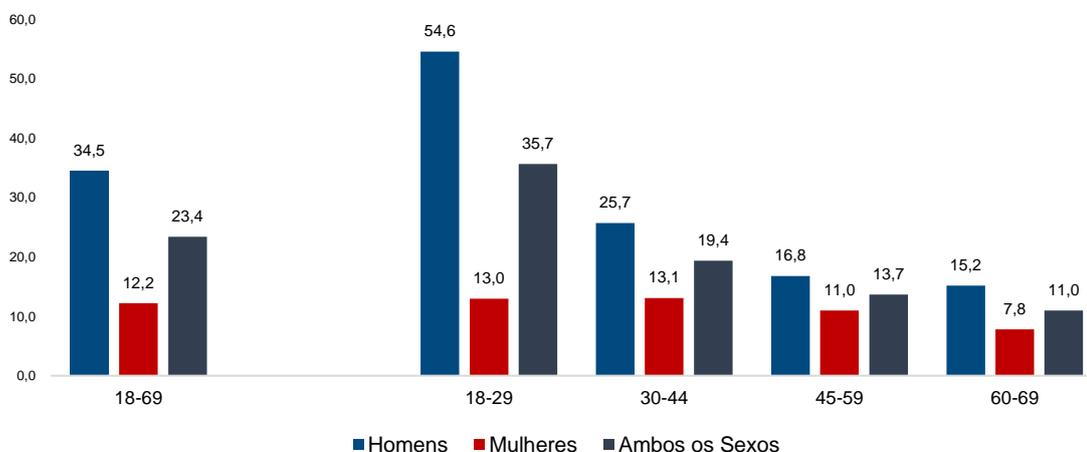
Gráfico 2.2-44: Tempo médio (em minutos) gastos por dia em atividade física relacionada com a deslocação (ir ao trabalho, ir as compras, de bicicleta ou a pé, etc.), por grupo etário e sexo



Relativamente à atividade física relacionada com a deslocação (ir ao trabalho, ir as compras, de bicicleta ou a pé), o tempo médio gastos por dia em atividade física é de 31,6 minutos, sendo 28,9 minutos para as mulheres e 34,3 minutos para os homens (Gráfico 2.2-44).

No grupo etário dos 45 a 59 anos, regista-se a maior média do tempo gasto, 37,2 minutos, sendo 31,9 minutos para as mulheres e 43,3 minutos para os homens e o grupo etário dos 60 a 69 anos apresenta a menor média, 26,6 minutos, com 22,4 nas mulheres e 32,1 nos homens.

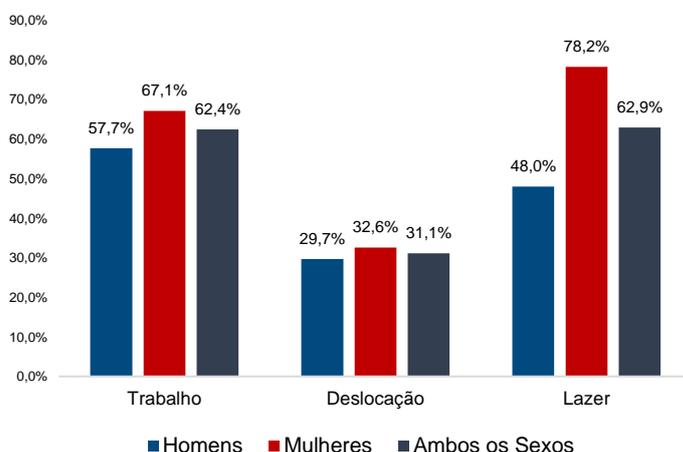
Gráfico 2.2-45: Tempo médio (em minutos) gastos por dia em atividade física relacionada com lazer, por grupo etário e sexo



Para a atividade física relacionada ao lazer, o tempo médio gasto por dia é de 23,4 minutos, sendo 12,2 minutos para as mulheres e 34,5 minutos para os homens (Gráfico 2.2-45).

Em relação aos grupos etários, verifica-se que o maior tempo médio gastos por dia em atividade física relacionadas com o lazer é observado no grupo etário dos 18 aos 29 anos, seja de 35,7 minutos, sendo 13,0 minutos para as mulheres e 54,6 minutos para os homens. Enquanto, que o grupo etário dos 60 a 69 anos apresenta o menor tempo médio, seja 11,0 minutos, sendo 7,8 nas mulheres e 15,2 nos homens.

Gráfico 2.2-46: Percentagem da população que não fazem atividade física relacionada com trabalho, deslocação e lazer, por sexo



A percentagem da população adulta que não faz atividade física relacionada ao trabalho é de 62,4%, sendo 67,1% das mulheres e 57,7% dos homens (Gráfico 2.2-46).

De realçar, que o grupo etário de 60 a 69 anos apresenta a maior percentagem de adultos que não fazem atividade física relacionada com o trabalho (69,2%), sendo 66,6% nas mulheres e 72,7% nos homens (Tabela 40, Anexo A).

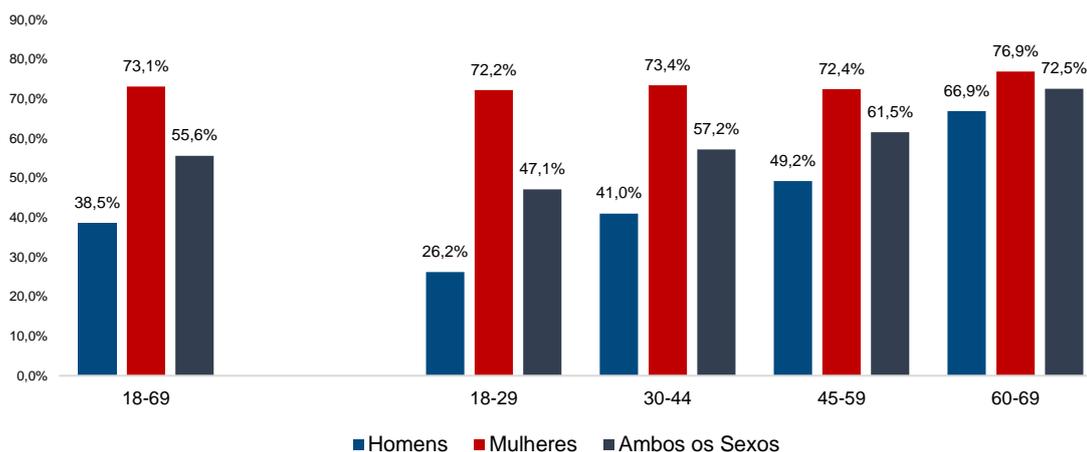
Ainda no Gráfico 2.2-46, verifica-se que 31,1% dos adultos, não fazem atividade física relacionada com a deslocação, sendo 32,6% nas mulheres e 29,7% nos homens. O grupo etário de 60 a 69 anos, tem maior percentagem de adultos que não fazem atividade física relacionada com a deslocação, seja 35,5%, sendo 38,9% nas mulheres e 31,0% nos homens (Tabela 41, Anexo A).

No que tange à atividade física relacionada ao lazer, verifica-se que 62,9% da população cabo-verdiana não fazem atividade física relacionada com o lazer, sendo mais acentuada nas mulheres (78,2%) do que nos homens (48,0%). No grupo etário dos 60 a 69 anos, 76,8% não

fazem atividade física relacionada com o lazer, sendo 82,4% nas mulheres e 69,5% nos homens (Tabela 42, Anexo A).

É de notar que, a prevalência da população adulta que não faz atividade física relacionada ao lazer aumenta com a idade e o mesmo ocorre no caso dos homens, porém, nas mulheres há uma ligeira estabilidade (Tabela 42, Anexo A).

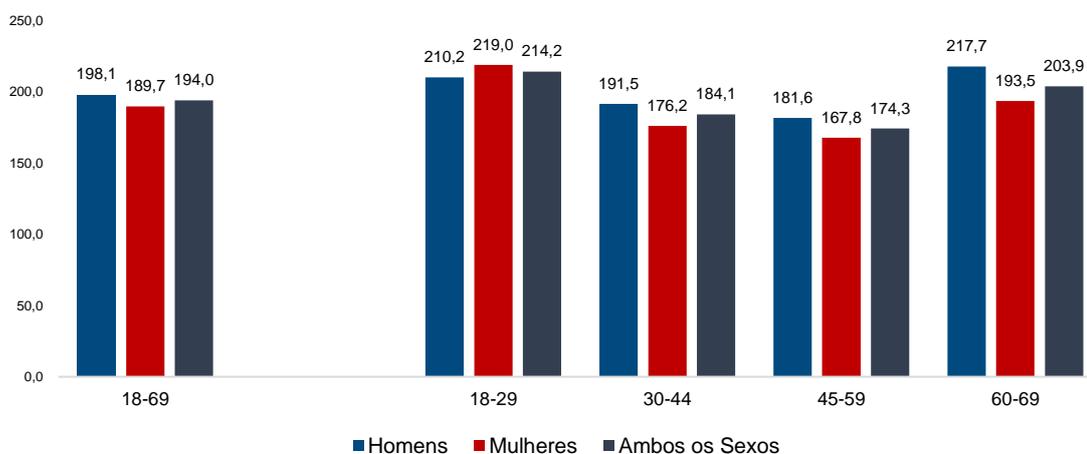
Gráfico 2.2-47: Percentagem da população que não fazem atividade física vigorosa, por grupo etário e sexo



No Gráfico 2.2-47 constata-se que, 55,6% da população adulta não fazem atividade física vigorosa, sendo 73,1% das mulheres e 38,5% dos homens.

No grupo etário dos 60 aos 69 anos, 72,5% não fazem atividade física vigorosa, sendo 76,9% nas mulheres e 66,9% nos homens. Em todos os grupos etários, as mulheres apresentam uma maior percentagem.

Gráfico 2.2-48: Tempo médio (em minutos) gastos por dia em atividades sedentárias, por grupo etário e sexo



O tempo médio gasto em atividade sedentária por dia é de 194,0 minutos. As mulheres dedicam 189,7 minutos e os homens 198,1 minutos (Gráfico 2.2-48).

Em média, o grupo etário dos 18 a 29 anos apresenta o maior tempo gasto em atividade sedentária por dia, seja 214,2 minutos, sendo 219,0 minutos para as mulheres e 210,2 minutos para os homens. Enquanto, que os dos 45 a 59 anos apresentam o menor tempo médio dedicado à atividade sedentária, seja 174,3 minutos, sendo 167,8 minutos para as mulheres e 181,6 minutos para os homens.

2.3 ANTECEDENTES PESSOAIS

Devido às mudanças nos perfis demográfico, epidemiológico e nutricional da população cabo-verdiana as doenças crónicas não transmissíveis, nomeadamente cardiovasculares, diabetes, doenças oncológicas, são, há mais de 20 anos, a causa líder de mortalidade no nosso país, acompanhado de elevadas taxas de prevalência, elevado número de mortes prematuras, perda de qualidade de vida com alto grau de limitação nas atividades de trabalho e de lazer, além de impactos económicos para as famílias, comunidades e a sociedade em geral.

Neste módulo são apresentados os resultados sobre os antecedentes de hipertensão arterial, diabetes *Mellitus*, hipercolesterolemia e doenças cardiovasculares.

2.3.1 HIPERTENSÃO ARTERIAL (HTA)

Constata-se que 11,5% da população adulta relata nunca ter medido a Tensão Arterial, sendo 18,8 % nos homens e 3,9 % nas mulheres (Gráfico 2.3-1). As pessoas que relatam ter sido diagnosticada HTA representam 20,1% da população adulta (15,7% nos homens e 24,7% nas mulheres), sendo 11,2% diagnosticada nos últimos 12 meses e 8,9 % anteriormente. De realçar, que no grupo etário de 60 a 69 anos esta percentagem é de 54,8%. (Tabela 43, Anexo A)

Gráfico 2.3-1: Percentagem da população adulta que declara nunca ter sido medida a TA, medido não diagnosticado e diagnosticado HTA, por sexo

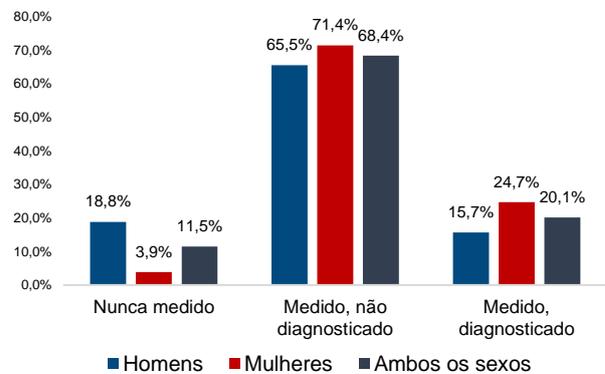
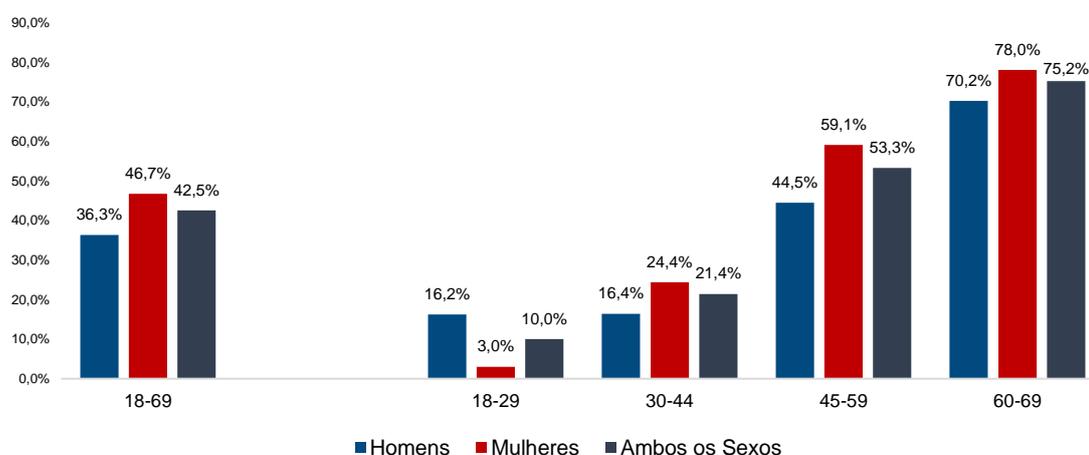


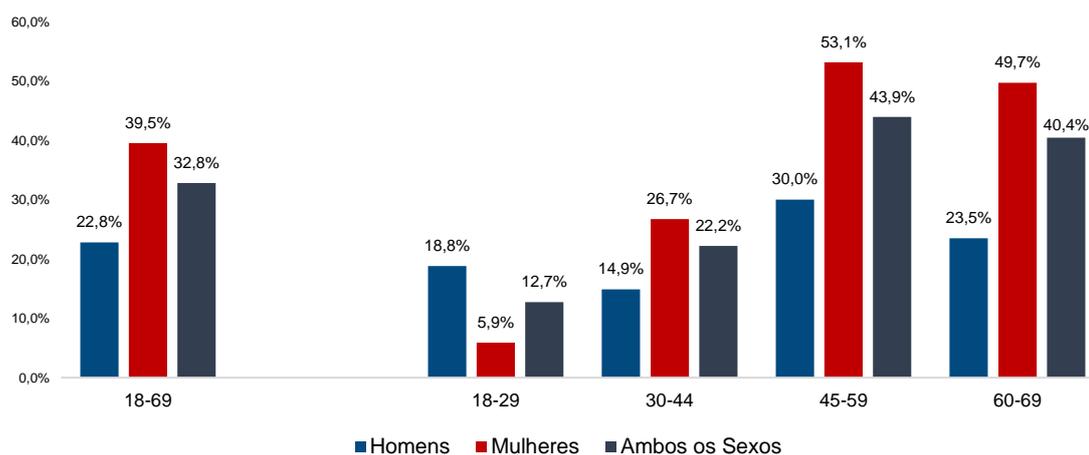
Gráfico 2.3-2: Percentagem da população adulta diagnosticada HTA que toma medicamento orientado por um médico ou um outro profissional de saúde, por grupo etário e sexo



Da população adulta diagnosticada HTA, 42,5% fazem medicação por orientação médica ou por um outro profissional de saúde, sendo 36,3% nos homens e 46,7% nas mulheres. Nota-se uma maior expressão no grupo etário de 60 a 69 anos, com 75,2% (70,2% nos homens e 78,0% nas mulheres) (Gráfico 2.3-2).

A percentagem dos adultos que toma remédios tradicionais ou a base de plantas para controlar a HTA é de 32,8%, sendo mais alta nas mulheres, com 39,5%, do que nos homens, com 22,8%. É de referir que mais de metade das mulheres do grupo etário de 45 a 59 anos declararam tomar remédios tradicionais para HTA (Gráfico 2.3-3).

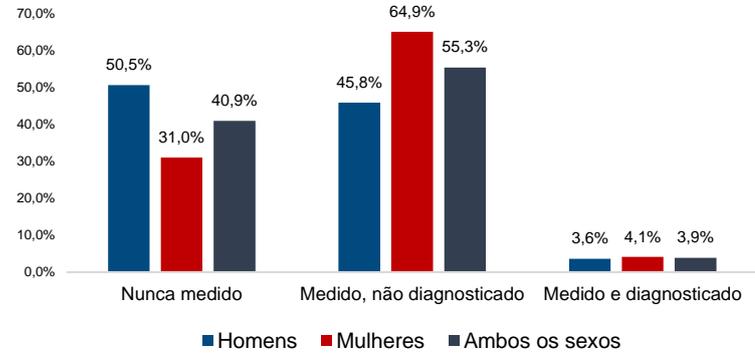
Gráfico 2.3-3: Percentagem da população adulta diagnosticada com HTA que toma remédio tradicional ou a base de plantas para HTA, por grupo etário e sexo



2.3.2 DIABETES MELLITUS

De acordo com o Gráfico 2.3-4, 40,9% da população adulta cabo-verdiana declararam nunca ter feito uma medição da glicemia. Outrossim, observa-se ainda que 55,3% declararam que fizeram a medição e que não foram diagnosticados diabetes. Contudo, foi diagnosticado diabetes em 3,9% da população adulta (seja 3,6% nos homens e 4,1% nas mulheres), sendo que destes, 2,7% diagnosticados nos últimos 12 meses (Tabela 44, Anexo A).

Gráfico 2.3-4: Percentagem da população adulta que declara ter sido medida, medida não diagnosticada e diagnosticada glucose no sangue, por sexo



De realçar que, 16,6% dos adultos com idade compreendida entre 60 e 69 anos declararam ter sido diagnosticado diabetes.

Gráfico 2.3-6: Percentagem da população adulta diagnosticada diabetes que declara tomar medicamentos para diabetes, por sexo

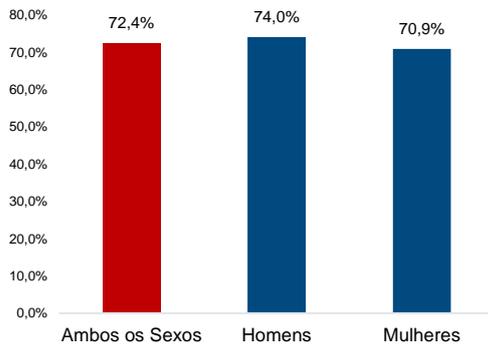
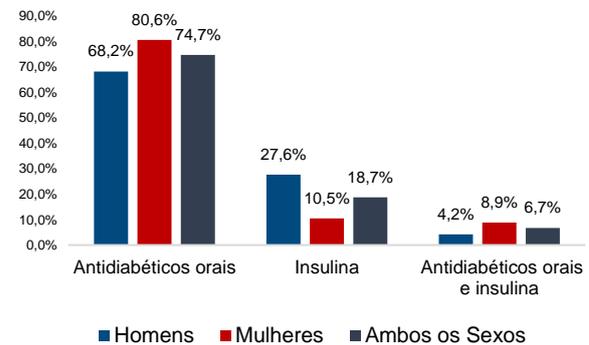


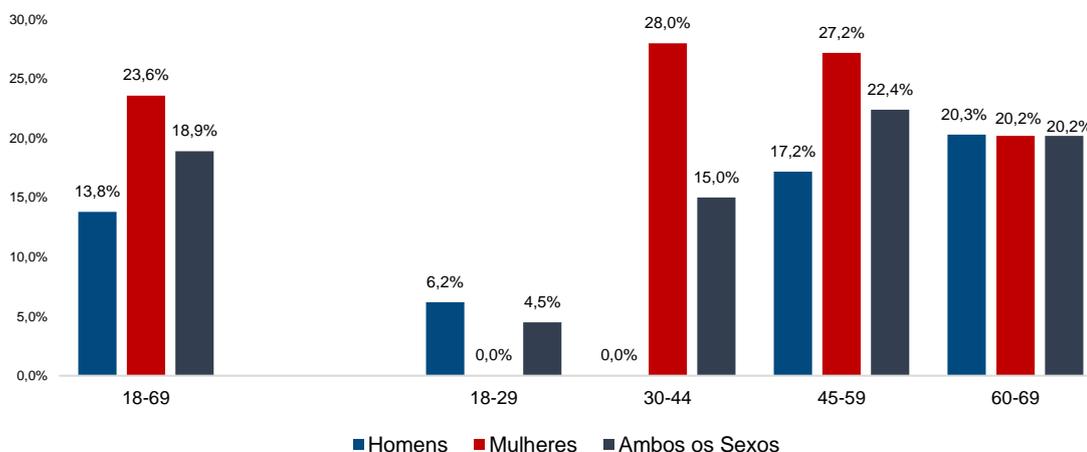
Gráfico 2.3-5: Percentagem da população adulta diagnosticado diabetes que declara tomar medicamentos para diabetes segundo o tipo de medicamento, por sexo



Entre os indivíduos previamente diagnosticados diabetes, observa-se que 72,4% declararam tomar medicamentos para a diabetes orientado por um médico ou um outro profissional de saúde, sendo 74,0% nos homens e 70,9% nas mulheres (Gráfico 2.3-5). Destes, 74,7% toma apenas antidiabéticos orais, 18,7% toma apenas insulina e 6,7% toma antidiabéticos orais e insulina (Gráfico 2.3-6).

A percentagem de adultos que tomam remédios tradicionais ou a base de plantas para controlar a diabetes é de 18,9%, sendo mais alta nas mulheres, com 23,6%, do que nos homens, com 13,8%. De realçar que a percentagem de adultos que toma remédios tradicionais ou a base de plantas é maior nas mulheres dos grupos etários dos 30 a 44 anos e dos 45 a 59, comparando a outros grupos etários (Gráfico 2.3-7).

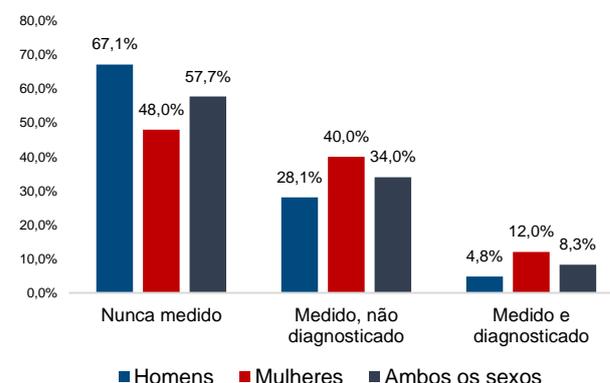
Gráfico 2.3-7: Percentagem da população adulta diagnosticada com diabetes que toma remédio tradicional ou a base de plantas para a diabetes, por grupo etário e sexo



2.3.3 HIPERCOLESTEROLEMIA

Mais da metade da população adulta cabo-verdiana (57,7%) declararam nunca ter feito a medição do colesterol total. Esta percentagem é mais acentuada nos homens (67,1%) do que nas mulheres (48,0%). Os que foram medidos, mas não foram diagnosticados com hipercolesterolemia, representam 34,0% da população adulta (Gráfico 2.3-8). A hipercolesterolemia foi diagnosticada em 8,3% da população adulta (4,8% nos homens e 12,0% nas mulheres), sendo que 4,4% foi diagnosticado nos últimos 12 meses e 3,9% foi diagnosticado anteriormente (Tabela 45, Anexo A).

Gráfico 2.3-8: Percentagem da população adulta que declara nunca ter sido medido colesterol, medido não diagnosticado e diagnosticado hipercolesterolemia, por sexo



De realçar, que no grupo etário dos 60 aos 69 anos 26,1% foi diagnosticado hipercolesterolemia, sendo que 15,6% foram diagnosticados nos últimos 12 meses (Tabela 45, Anexo A).

Entre os previamente diagnosticados, 28,6% declararam ter tomado medicamentos para hipercolesterolemia orientado por um médico ou um outro profissional de saúde, nas últimas duas semanas, sendo 30,8% nos homens e 27,6% nas mulheres (Gráfico 2.3-9).

A percentagem da população adulta que declara tomar remédios tradicionais ou a base de plantas para controlar a hipercolesterolemia é de 18,0%, sendo mais alta nas mulheres, com 19,4%, do que nos homens, com 14,6% (Gráfico 2.3-10).

Gráfico 2.3-10: Percentagem da população adulta previamente diagnosticado hipercolesterolemia que declara tomar medicamentos para colesterol nas últimas duas semanas, por sexo

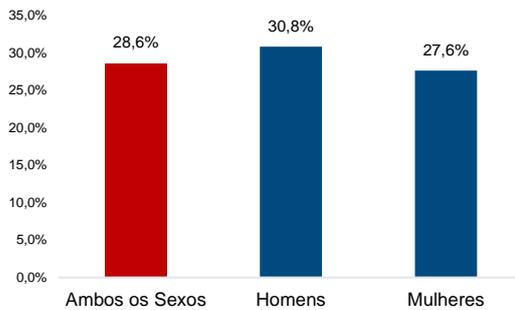
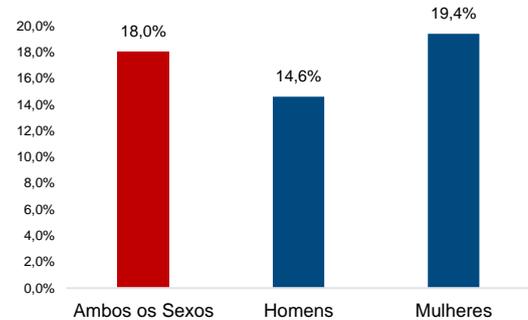
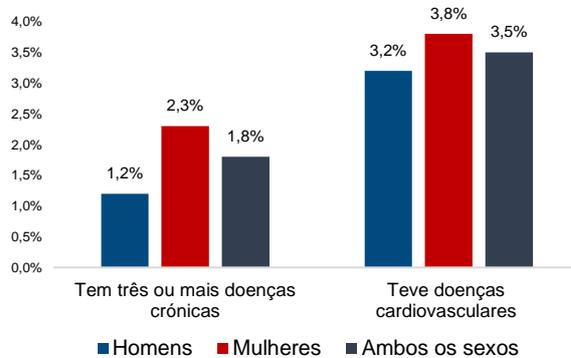


Gráfico 2.3-9: Percentagem da população diagnosticada hipercolesterolemia que toma remédio tradicional a base de plantas, por sexo



2.3.4 DOENÇAS CARDIOVASCULARES

Gráfico 2.3-11: Percentagem da população adulta que declara ter antecedentes de doenças cardiovasculares e que tem três ou mais doenças crônicas, por sexo

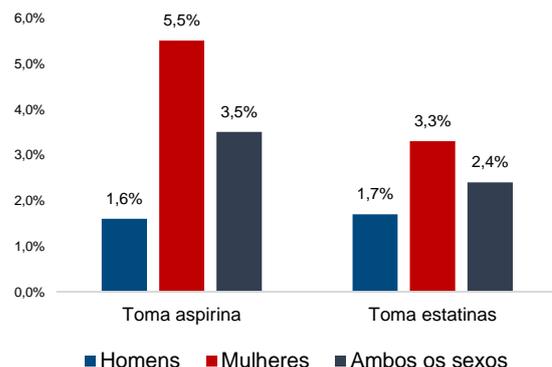


O Gráfico 2.3-11, mostra que 3,5% da população adulta declara já ter doenças cardiovasculares (enfarte do miocárdio ou angina de peito, ou acidente vascular cerebral), sendo 3,2% nos homens e 3,8% nas mulheres (Gráfico 2.3-11).

A percentagem da população adulta com três ou mais doenças crônicas é de 1,8%, sendo 1,2% nos homens e 2,3% nas mulheres. Os adultos com idade entre 60 a 69 anos apresentam a maior percentagem (9,4%), tanto nos homens (7,8%) como nas mulheres (10,5%) (Tabela 48, Anexo A).

A prevalência da população adulta que toma aspirina de forma regular para prevenir ou tratar doenças cardíacas é de 3,5% (1,6% nos homens e 5,5% nas mulheres) e de estatinas 2,4% (1,7% nos homens e 3,3% nas mulheres) (Gráfico 2.3-12).

Gráfico 2.3-12: Percentagem da população adulta que declara tomar aspirina ou estatinas regularmente para prevenir ou tratar doenças cardíacas, por sexo



2.4 CONSELHOS DE ESTILO DE VIDA

Para além dos fatores genéticos, a má alimentação, o sedentarismo, o uso do tabaco, o consumo nocivo de bebidas alcoólicas, o stress, entre outros, está descrito como fatores de riscos comuns associados às doenças crónicas.

O objetivo atual não é apenas viver mais anos, é também ter uma saúde duradoura. Assim, o aconselhamento sobre fatores comportamentais associados a um estilo de vida saudável, por parte dos profissionais de saúde, é primordial para a promoção da saúde e prevenção dos fatores de risco das DNT.

A percentagem da população adulta que declara ter recebido conselhos de estilo de vida por um profissional de saúde para deixar de usar o tabaco ou para não iniciar é de 21,2%, sendo 23,0% nos homens e 19,8% nas mulheres. Os que foram aconselhados a manter ou perder peso é de 39,7%. E os que foram aconselhados a iniciar ou fazer mais atividade física é de 45,9% (Gráfico 2.4-1).

Gráfico 2.4-1: Percentagem da população adulta que declara ter recebido conselhos sobre o não uso de tabaco, fazer atividade física ou perder peso pelos profissionais de saúde nos últimos 12 meses, por sexo

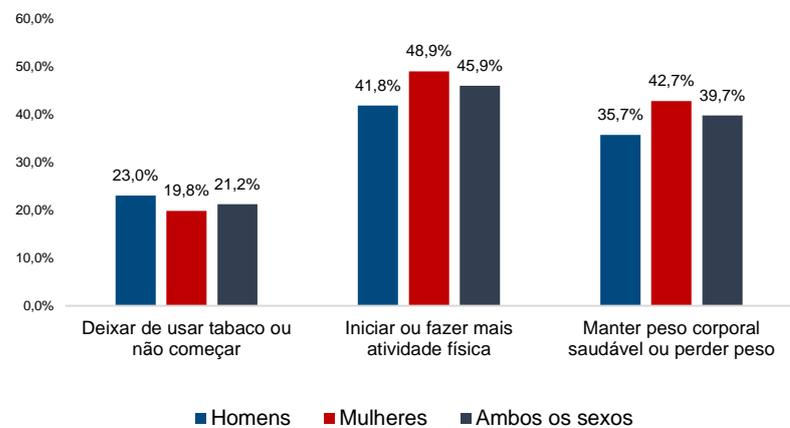
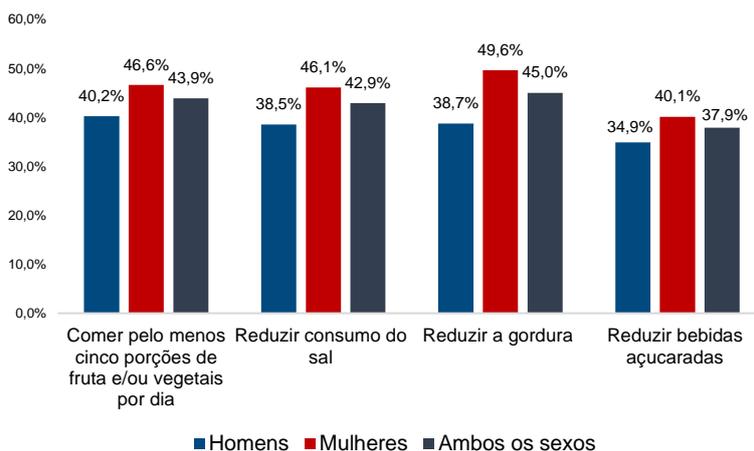


Gráfico 2.4-2: Percentagem da população adulta que declara ter recebido conselhos sobre consumo alimentar pelos profissionais de saúde nos últimos 12 meses, por sexo



Os adultos que declararam ter recebido conselhos sobre estilo de vida para o consumo de pelo menos cinco porções de fruta e/ou vegetais por dia, para redução do consumo do sal, de gordura e de bebidas açucaradas é de 43,9%, 42,9%, 45,0% e 37,9%, respetivamente (Gráfico 2.4-2). De realçar que a percentagem é sempre mais elevada nas mulheres do que nos homens.

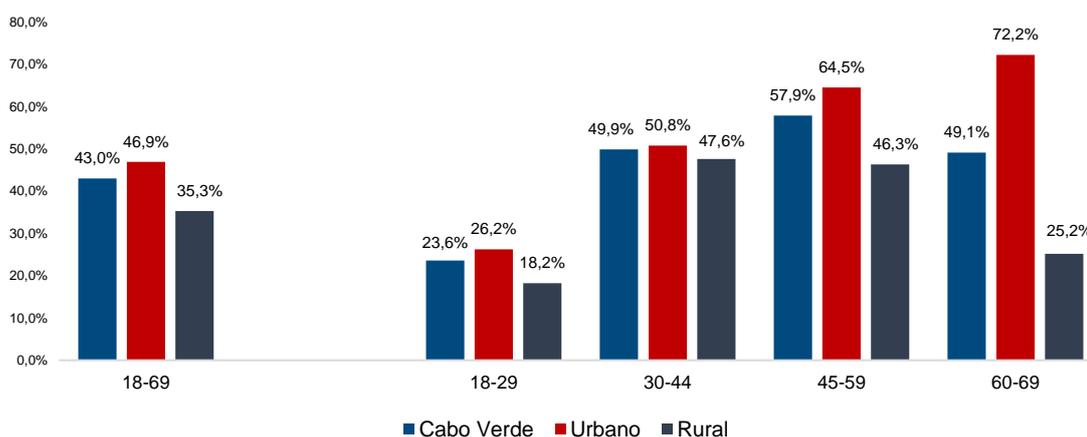
2.5 RASTREIO DE CANCRO DE COLO DE ÚTERO

O rastreio de cancro de colo de útero consiste na aplicação de exames sistemáticos a grupos específicos selecionados da população de mulheres saudáveis, com o objetivo de diminuir a incidência e a mortalidade, através da deteção precoce, aumentando as possibilidades de cura, proporcionando um tratamento menos agressivo e incrementando a sobrevivência com maior qualidade de vida (Instituto Nacional de Câncer, 2021).

Em Cabo Verde, o cancro continua sendo uma das principais causas de morte e de evacuação médica para o exterior, sendo o cancro de colo de útero a primeira causa de morte por cancro nas mulheres (Relatório Estatístico do MSSS, 2018).

Neste sentido, incluiu-se o Rastreio de Cancro de colo de útero, como um dos módulos opcionais, cujos resultados relevantes são apresentados nesta seção.

Gráfico 2.5-1: Percentagem de mulheres que já fizeram um teste de rastreio de cancro de colo do útero, por grupo etário e meio de residência



A nível nacional, 43,0% das mulheres declararam que já fizeram um teste de rastreio de cancro de colo do útero, o que significa que 57,0% nunca fez o rastreio do cancro do colo de útero, sendo mais expressivo no meio rural (Gráfico 2.5-1).

As maiores percentagens em relação à idade encontram-se no grupo etário de 45 a 59 anos com 57,9% e no de 30 a 44 com 49,9%. A percentagem mais baixa é registada nas mulheres com idade entre 18 e 29 anos, correspondendo a 23,6%.

Das mulheres do grupo etário de 30 a 44 anos que vivem no meio urbano, 50,8% referiram ter feito um teste de rastreio de cancro de colo do útero e, das que vivem no meio rural, essa percentagem é de 47,6%.

Gráfico 2.5-3: Percentagem de mulheres com idade entre 30 e 49 anos que já fizeram um teste de rastreio do cancro do colo do útero, por meio de residência

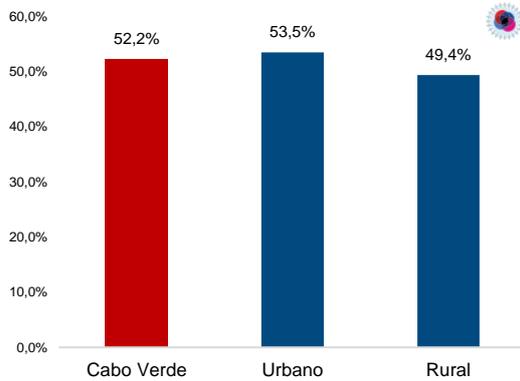
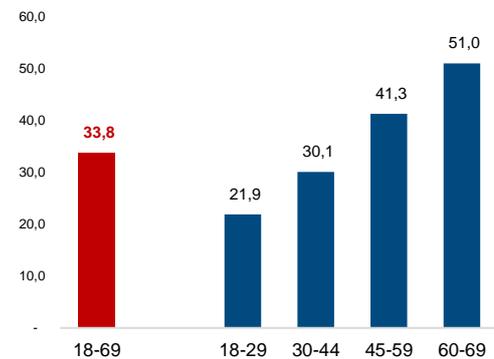


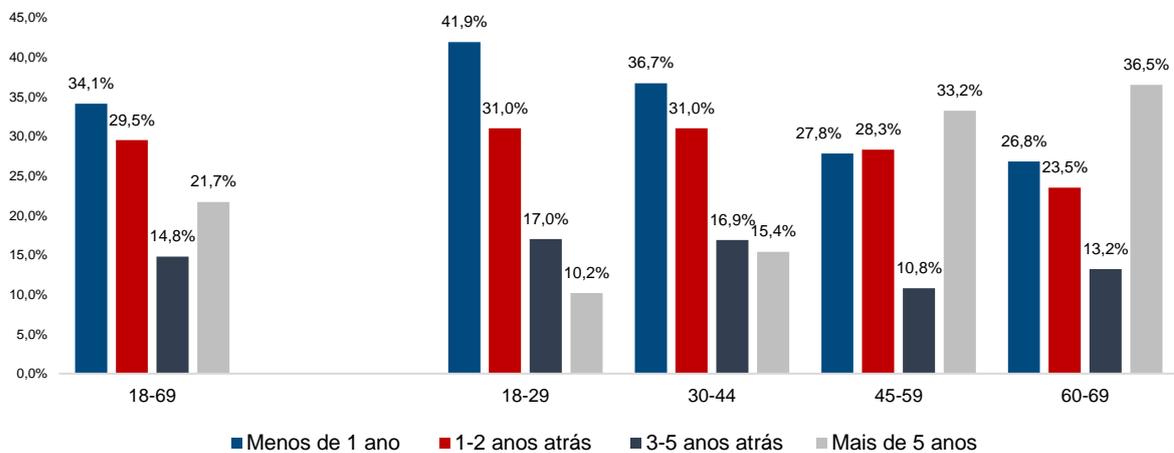
Gráfico 2.5-2: Idade média do primeiro teste de rastreio do cancro do colo do útero, por grupo etário



No grupo etário dos 30 a 49 anos a percentagem de mulheres que já fizeram teste de rastreio de cancro de colo do útero é de 52,2%, sendo 53,5% no meio urbano e 49,4% no meio rural (Gráfico 2.5-2).

A nível nacional, a idade média do primeiro teste de rastreio do cancro do colo do útero é de 33,8 anos, sendo a idade média mais baixa no grupo etário de 18 a 29 anos, com 21,9 anos, e a mais alta no grupo etário de 60 a 69 anos, com 51,0 anos (Gráfico 2.5-3).

Gráfico 2.5-4: Percentagem de mulheres segundo o tempo do último teste de rastreio de colo de cancro de útero, por grupo etário

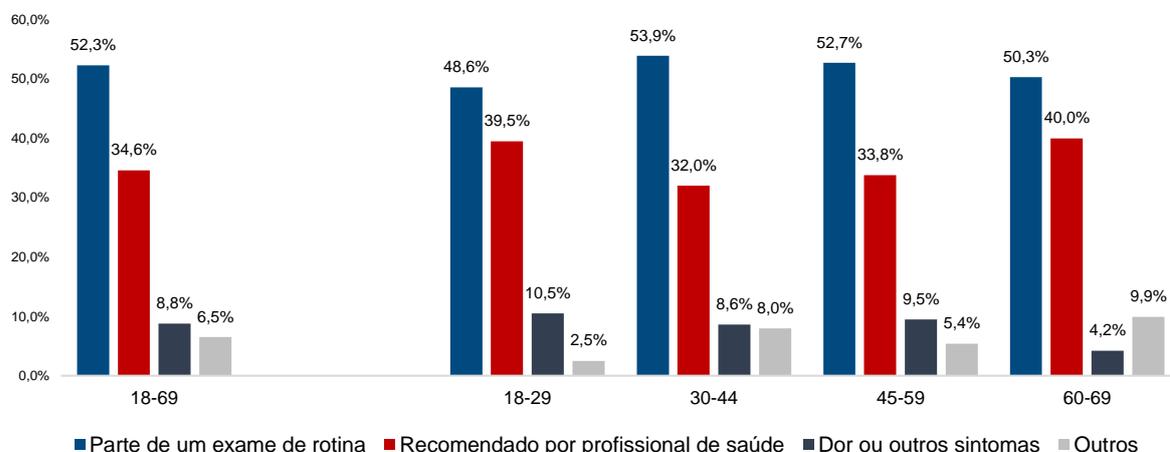


Em Cabo Verde, 53,6% das mulheres declararam ter feito um teste de rastreio de cancro de colo de útero há menos de 3 anos e 21,7% declararam tê-lo feito há mais de 5 anos.

No grupo etário de 18 a 29 anos, 41,9% declararam ter feito um teste de rastreio de cancro de colo de útero há menos de um ano e 10,2% declararam que o fizeram há mais de 5 anos (Gráfico 2.5-4).

A percentagem das mulheres com idade entre 30 e 44 anos que referiram ter sido submetida a um teste de rastreio de cancro de colo de útero há menos de um ano é de 36,7%, enquanto 15,4% declararam tê-lo feito há mais de 5 anos.

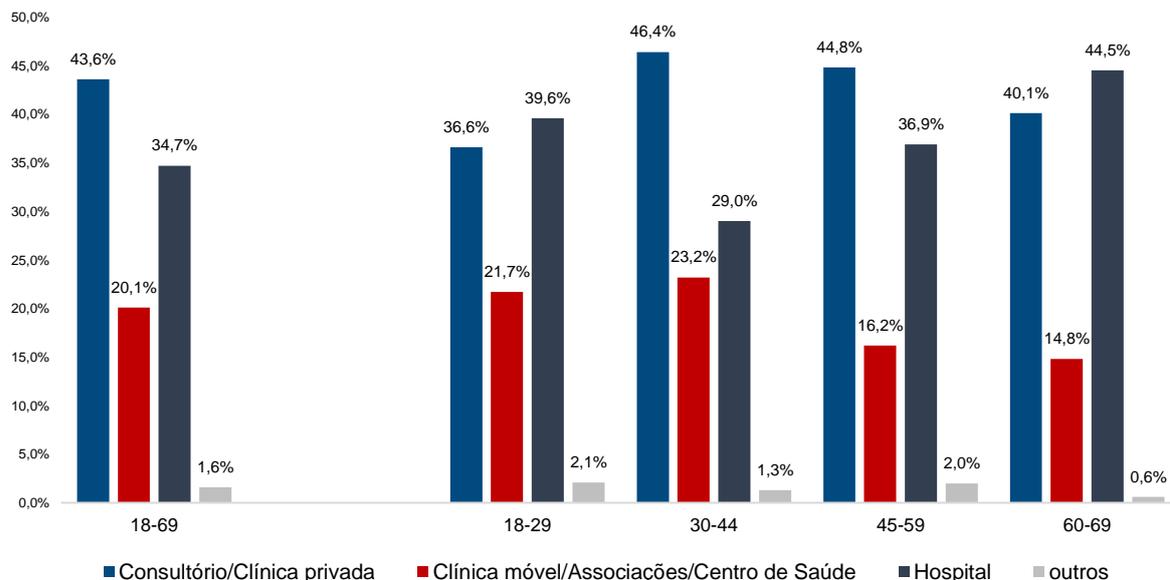
Gráfico 2.5-5: Percentagem de mulheres segundo o principal motivo pelo qual fizeram o último teste de rastreio do cancro colo de útero, por grupo etário



De acordo com o principal motivo pelo qual as mulheres fizeram o último teste de rastreio do cancro de colo de útero, verifica-se que 52,3% referiram ter feito como parte de um exame de rotina, 34,6% fizeram-no por recomendação de um profissional de saúde, 8,8% por causa da dor ou outros sintomas e 6,5% por outros motivos (Gráfico 2.5-5).

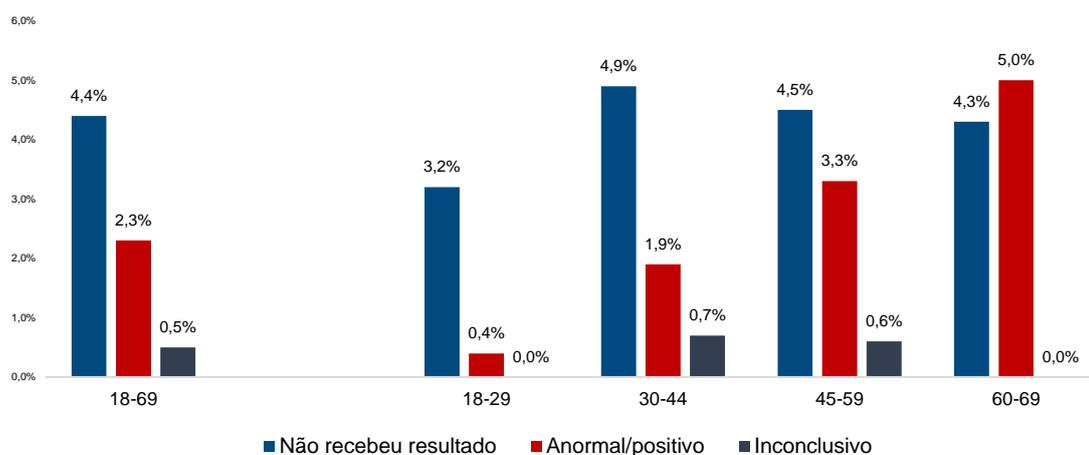
A percentagem de mulheres que fizeram o rastreio do cancro do colo de útero como parte de um exame de rotina é mais elevada no grupo etário de 30 a 44 anos (53,9%), seguido das que pertencem ao grupo etário de 45 a 59 anos (52,7%).

Gráfico 2.5-6: Percentagem de mulheres segundo o local do último teste de rastreio do colo do útero, por grupo etário



Os locais/entidades onde as mulheres fizeram o último teste de rastreio de cancro do colo do útero são por ordem de grandeza os seguintes locais: consultório ou clínica privada (43,6%); hospital (34,8%); clínica móvel, Associação ou num centro de saúde (20,1%), e 1,6% em outros locais (Gráfico 2.5-6).

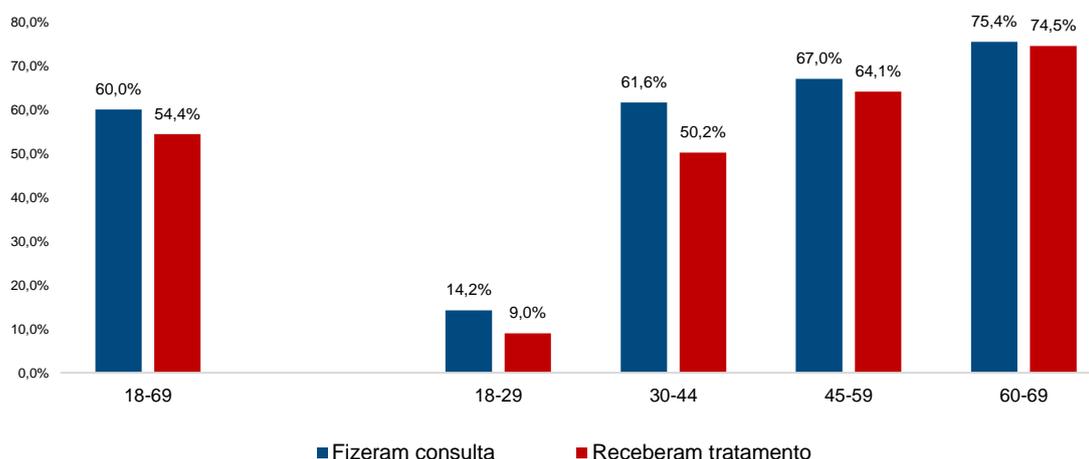
Gráfico 2.5-7: Percentagem de mulheres segundo o resultado do último teste de cancro do colo do útero, por grupo etário



Das mulheres que fizeram o rastreio de cancro do colo do útero, 2,4% teve um resultado anormal/positivo ou suspeita de cancro, 4,4% não recebeu o resultado, 0,5% teve um resultado inconclusivo (Gráfico 2.5-7) e os restantes 92,7% teve um resultado normal ou negativo.

As mulheres do grupo etário de 60 a 69 anos apresentaram o grupo com a percentagem mais alta de um resultado anormal/positivo ou suspeita de cancro do último teste feito, ou seja, 5,0%.

Gráfico 2.5-8: Percentagem de mulheres com um resultado de teste anormal / positivo ou suspeita de cancro que fizeram uma consulta de acompanhamento e que receberam tratamento por causa do resultado, por grupo etário



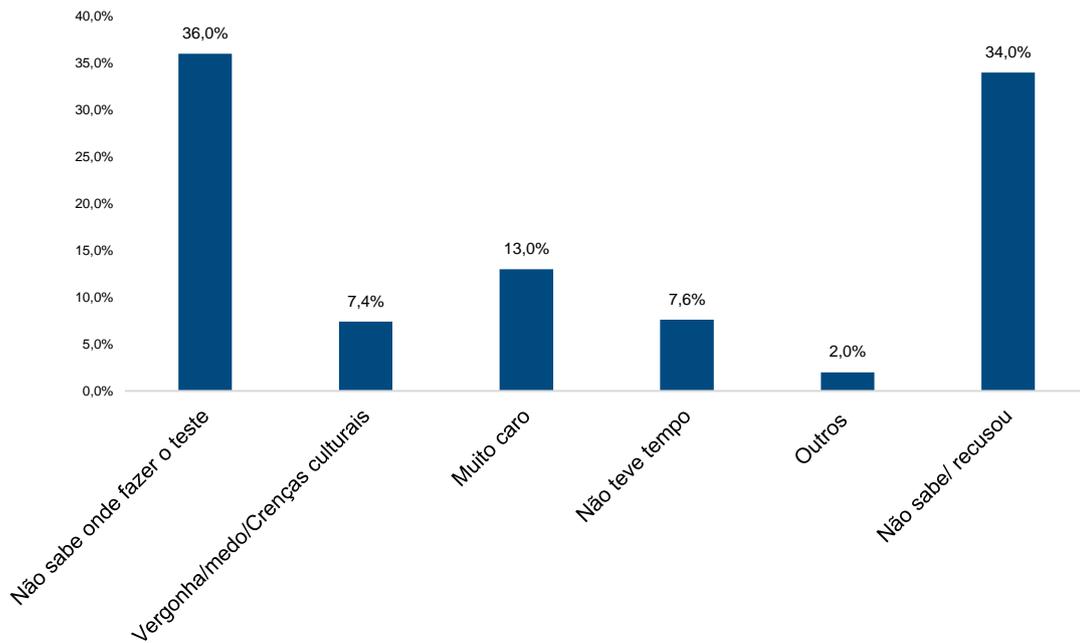
A nível nacional, observa-se 60,0% de mulheres com um resultado de teste anormal/positivo ou suspeita de cancro referiram ter feito uma consulta de acompanhamento por causa do resultado do teste e 54,4% de entre elas receberam tratamento (Gráfico 2.5-8).

No grupo etário dos 18 a 29 anos é onde há uma percentagem mais baixa de mulheres que declararam ter feito consulta de acompanhamento (14,2%).

Em relação ao principal motivo para nunca ter feito um teste de rastreio de cancro do colo do útero, verifica-se que 36,0% de mulheres declararam não saber o local onde fazer o teste, 13,0%

referiram-se que é muito caro e 7,6% declararam que não tiveram tempo. Os motivos como vergonha, medo e crenças culturais são declarados, conjuntamente, por 7,4% das mulheres como principal motivo para nunca terem feito um teste de rastreio de cancro do colo do útero (Gráfico 2.5-9).

Gráfico 2.5-9: Percentagem de mulheres segundo o principal motivo para nunca terem feito um teste de cancro do colo do útero



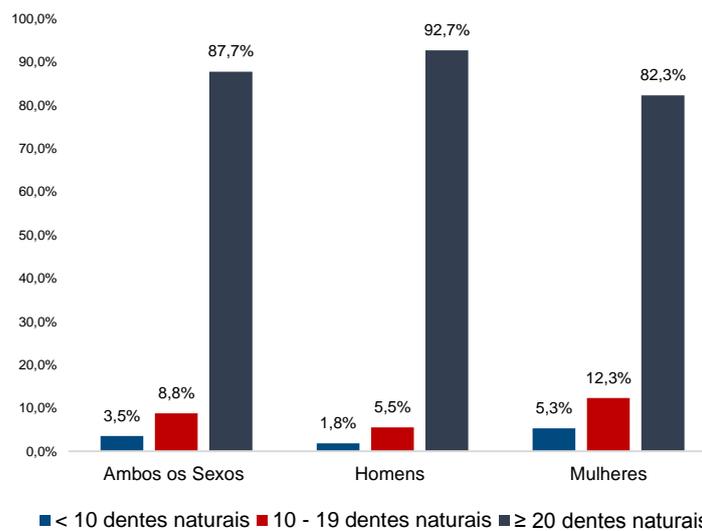
2.6 SAÚDE ORAL

A saúde oral, quando comprometida, tem consequências graves na população, não apenas na cavidade oral, mas também no organismo de forma geral, o que implica a redução da qualidade de vida, produtividade e, por conseguinte, impacto económico negativo (Lourenço, Alexandre & Barros, Pedro Pita, 2016).

Segundo a OMS, as doenças orais estão entre as DNT preveníveis mais comuns, cujos fatores de risco são modificáveis. Estas, estão condicionadas a determinados fatores que limitam o acesso a cuidados de saúde, nomeadamente um baixo nível socioeconómico. Desta forma, grande parte da população recorre aos serviços de saúde oral apenas em emergências (extração dentária), desconsiderando as indicações preventivas (Lourenço, Alexandre & Barros, Pedro Pita, 2016).

Assim, neste inquérito optou-se por incluir o módulo sobre a saúde oral, por forma a fazer um diagnóstico da situação atual da população, tendo em consideração as informações fornecidas pela mesma.

Gráfico 2.6-1: Percentagem da população que declara ter menos de 10 dentes naturais, 10-19 dentes naturais, ou com 20 ou mais dentes naturais, por sexo



A maioria da população adulta (87,7%), declara ter mais de 20 dentes, com percentagem diferentes entre os homens (92%) e mulheres (82,3 %) (Gráfico 2.6-1). De destacar que a população com menos dentes é o grupo etário de 60 a 69 anos (Tabela 60, Anexo A).

A percentagem da população que considera ter um mau ou muito mau estado da boca é de 4,7%, sendo 6,1% nas mulheres e 3,3% nos homens (Gráfico 2.6-2).

Relativamente ao estado das gengivas e dos dentes, a percentagem da população é de 8,4% e 18,2%, respetivamente, que os consideram em mau ou muito mau estado.

De realçar que as mulheres são as que consideram mais afetadas em relação ao mau estado dos dentes, gengivas e da boca, quando comparando com os homens.

Gráfico 2.6-2: Percentagem da população adulta que considera ter mau ou muito mau estado dos dentes, gengivas ou boca, por sexo

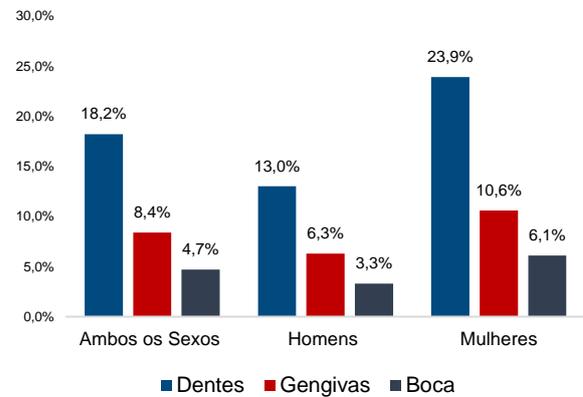


Gráfico 2.6-4: Percentagem da população adulta com próteses removíveis, por sexo

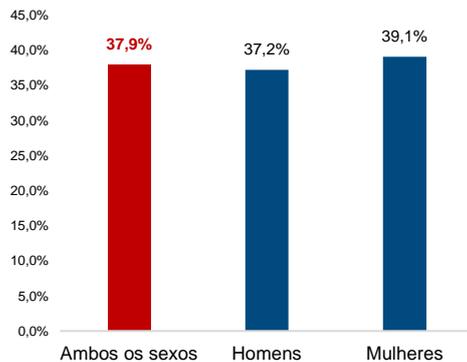
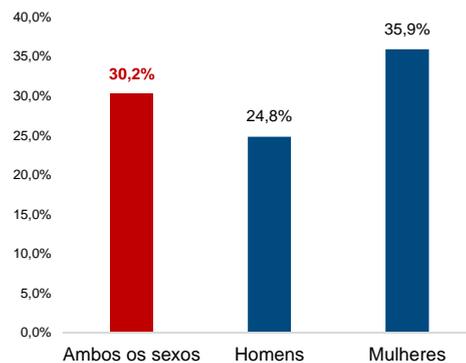
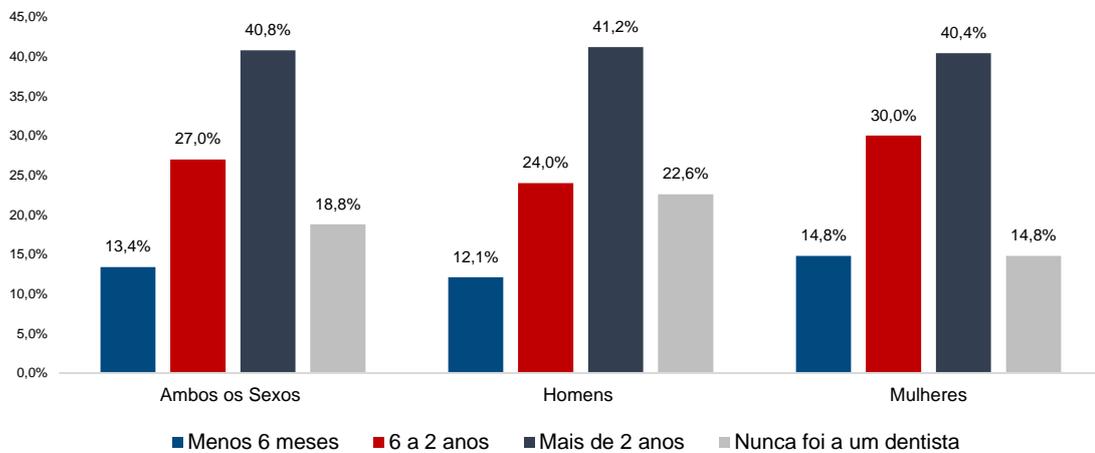


Gráfico 2.6-3: Percentagem da população adulta que teve dor ou desconforto na cavidade oral, nos últimos 12 meses, por sexo



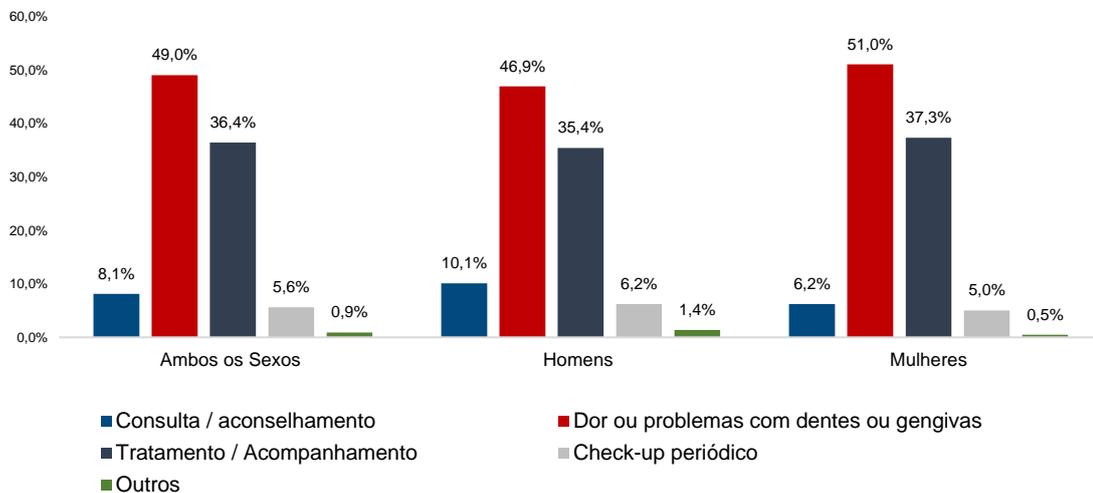
Em relação aos que declararam ter próteses removíveis, a percentagem é de 37,9%, sendo que nas mulheres é de 39,1% e nos homens de 37,2% (Gráfico 2.6-3). Outrossim, verifica-se que 30,2% da população declararam ter sentido dor ou desconforto oral nos últimos 12 meses, sendo as mulheres as mais afetadas representando 35,9%, enquanto nos homens esta percentagem é de 24,8% (Gráfico 2.6-4).

Gráfico 2.6-5: Percentagem da população adulta segundo o tempo da última consulta a um dentista, por sexo



A percentagem da população que declararam ter consultado um dentista, em menos de 6 meses, é de 13,4%, de 6 a 2 anos é de 27,0% e os que consultaram um dentista há mais de 2 anos é de 40,8% (Gráfico 2.6-5). De realçar ainda que 18,8 % da população adulta nunca foi a um dentista, sendo mais expressiva nos homens (22,6% vs. 14,8% nas mulheres).

Gráfico 2.6-6: Percentagem da população adulta segundo o principal motivo da última consulta ao dentista, por sexo



O Gráfico 2.6-6 mostra que 49% da população adulta identificaram “dores ou problemas com os dentes ou gengivas” como a principal causa de terem visitado um dentista da última vez que fez uma consulta. Entre as mulheres, observa-se que mais da metade fizeram-no por este motivo, enquanto entre os homens esta percentagem baixa para 46,9%. De realçar, ainda que para 36,4% da população adulta o motivo da visita foi o acompanhamento/tratamento e somente 5,6% o motivo é o check-up periódico.

Gráfico 2.6-8: Percentagem da população adulta que limpa os dentes pelo menos duas vezes ao dia, por sexo

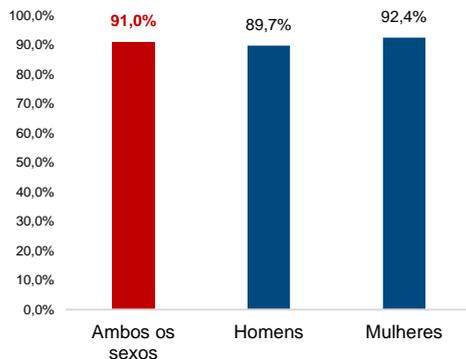
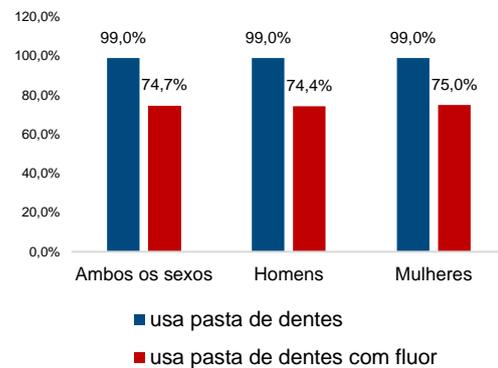


Gráfico 2.6-7: Percentagem da população que usa pasta de dentes e a que usa pasta de dentes com flúor, por sexo

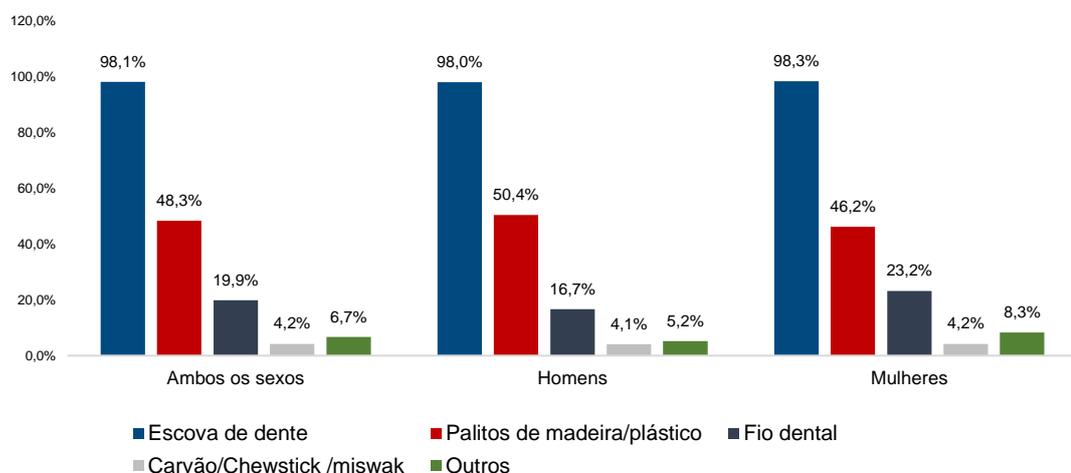


O Gráfico 2.6 7 mostra que a esmagadora maioria da população adulta (cerca de 91%) declararam limpar/lavar os dentes pelo menos duas vezes ao dia, com valores próximos em ambos os sexos e em todos os grupos etários (Gráfico 2.6-7 e Tabela 67, Anexo A).

A grande maioria da população adulta afirma que usa pasta de dentes para a limpeza/escovagem (99,0%), sendo que 74,7% destes declararam que usam pastas com flúor (Gráfico 2.6-8).

Em relação aos materiais/ferramentas utilizados para limpar os dentes, é de notar que 98,1% da população relatam que usam escovas de dentes e apenas 19,9% usam o fio dental para limpar os dentes, com predomínio das mulheres (23,2%) em relação aos homens (16,7%). De realçar, que 48,3% da população adulta relataram que usam palitos de madeira/plástico para a limpeza dos dentes, sendo ligeiramente superior nos homens (50,4%) do que nas mulheres (46,2%) (Gráfico 2.6-9).

Gráfico 2.6-9: Percentagem da população adulta que usa escova de dentes, palito de madeira/plástico, fio dental, Carvão/Chewstick/miswak ou outros materiais para limpar os dentes, por sexo



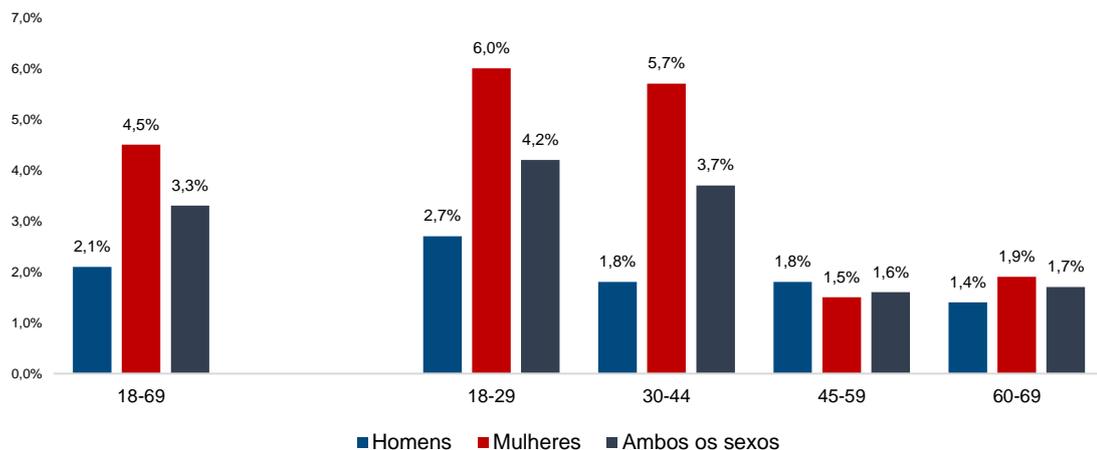
2.7 SAÚDE MENTAL / SUICÍDIO

O suicídio é um fenómeno tratado muitas vezes como tabu ou encarado como escolha de cada sujeito, visão esta que não considera a multicausalidade desse fenómeno. O esforço para a prevenção do suicídio deve ser realizado em diversos âmbitos de forma integrada objetivando uma redução ou controle das taxas, como pode ser observado em países com estratégias nacionais robustas e bem desenvolvidas.

Em Cabo Verde, o suicídio é a primeira causa de morte por causas externas, com um registo de cerca de 50 óbitos por ano. Em média, são oito casos de suicídio de homens para cada mulher, de acordo com os dados estatísticos nacionais entre os anos 2015 e 2018 (Relatório Estatístico do MSSS, 2015 a 2018).

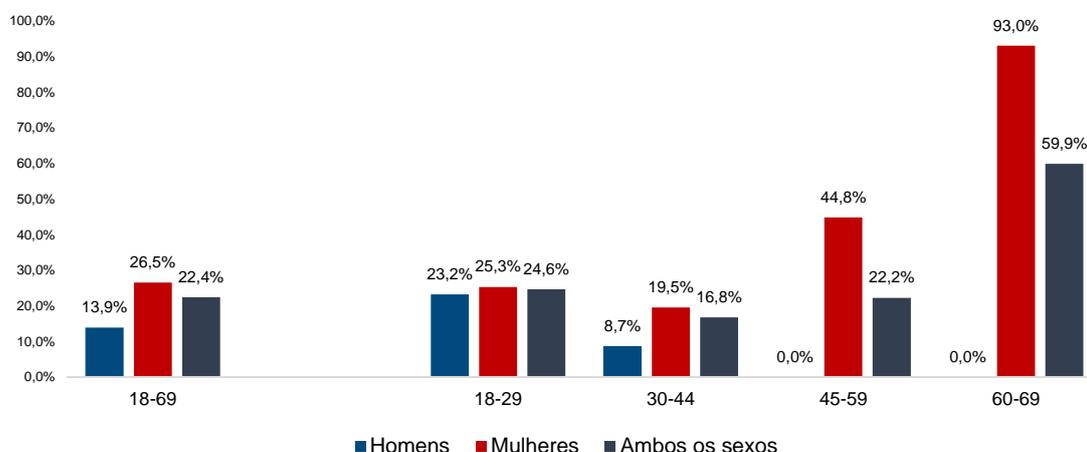
Portanto, a análise da situação do suicídio no país tornou-se de extrema importância, não somente para conhecer a situação atual, mas também para a implementação de programas a minimizar esse fenómeno. Assim sendo, neste inquérito optou-se por incluir o módulo sobre a Saúde mental, especificamente sobre suicídio, cujos resultados relevantes são apresentados nesta seção.

Gráfico 2.7-1: Percentagem da população adulta que consideraram seriamente a tentativa de suicídio nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo



A percentagem da população adulta que declara ter considerado pelo menos uma tentativa de suicídio nos últimos 12 meses é de 3,3%, sendo o maior nível entre as mulheres (4,5%) comparativamente aos homens (2,1%) (Gráfico 2.7-1). Essa percentagem é maior nos adultos com idade compreendida entre 18 e 29 anos (4,2%), sendo que esta percentagem é maior entre as mulheres (6,0%) comparativamente aos homens (2,7%). Algo semelhante ocorre em relação ao grupo etário de 30 a 44 anos (seja 3,7% no geral), sendo 5,7% para as mulheres e 1,8% para os homens.

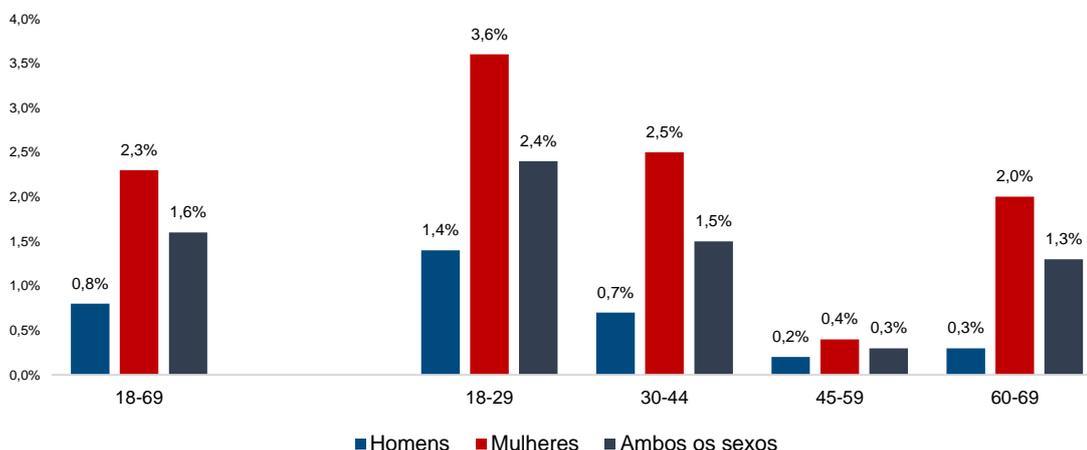
Gráfico 2.7-2: Percentagem da população adulta que considerou tentar o suicídio nos últimos 12 meses e que procurou ajuda profissional, por grupo etário e sexo



Em Cabo Verde observa-se que 22,4% dos adultos que consideraram tentar o suicídio nos últimos 12 meses procuraram ajuda profissional, tendo os homens a registar menor nível (13,9%) comparativamente às mulheres (26,5%) (Gráfico 2.7-2).

Em termos de idade, verifica-se que entre os homens a percentagem dos que procuram ajuda profissional é maior entre os de 18 e 29 anos (23,2%), enquanto entre as mulheres a maior percentagem correspondente (93,0%) ocorre entre os de 60 e 69 anos.

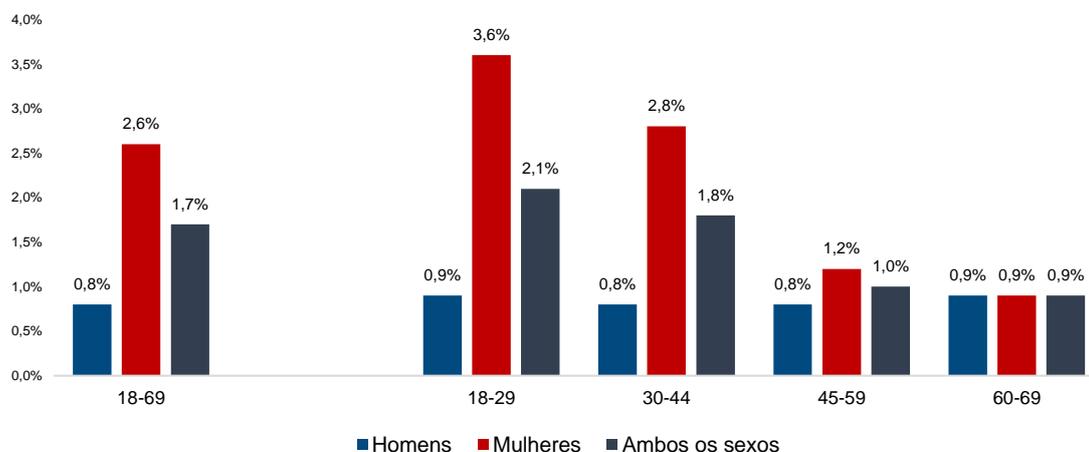
Gráfico 2.7-3: Percentagem da população adulta que fizeram um plano sobre como tentar o suicídio nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo



Observa-se no Gráfico 2.7-3, que cerca de 2% (seja, 1,6%) da população adulta declararam que já fizeram um plano sobre como tentar o suicídio nos últimos 12 meses, sendo maior entre as mulheres (2,3%) comparativamente aos homens (0,8%). Nos adultos de 18 a 29 anos esse fenómeno é mais incisivo, atingindo 2,4% de jovens, sendo menor nos homens (1,4%) comparativamente às mulheres (3,6%) (Gráfico 2.7-3).

Praticamente em todos os grupos etários, a percentagem de mulheres que planearam o suicídio é superior comparativamente aos homens, registando-se maiores diferenças entre os mais jovens.

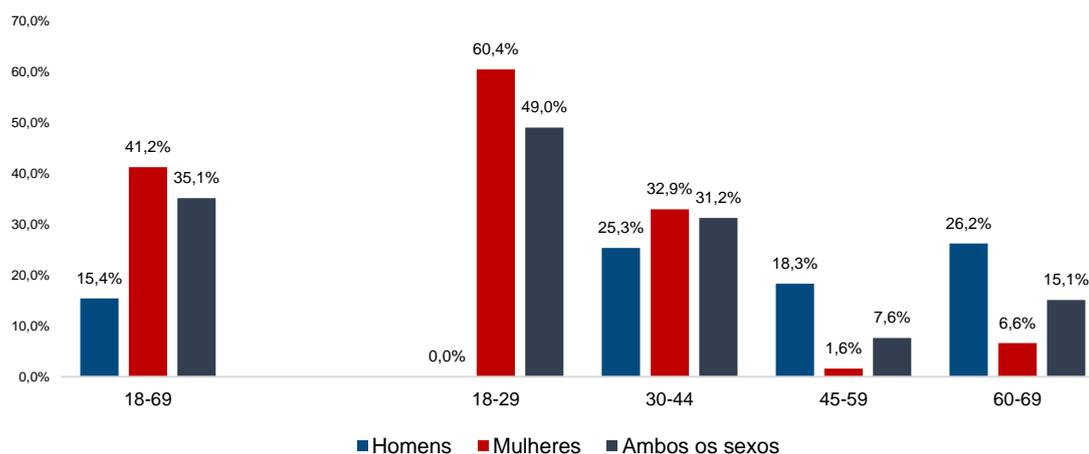
Gráfico 2.7-4: Percentagem da população adulta que já tentaram suicídio, por grupo etário e sexo



Os dados do Gráfico 2.7-4 mostram que em Cabo Verde 1,7%, da população adulta declararam que já tentaram suicídio, tendo-se registado maior nível (2,6%) entre as mulheres comparativamente a homens (0,8%). Em termos de idade verifica-se que o maior nível (seja 2,1%) regista-se entre os adultos com idade entre 18 e 29 (Gráfico 2.7-4).

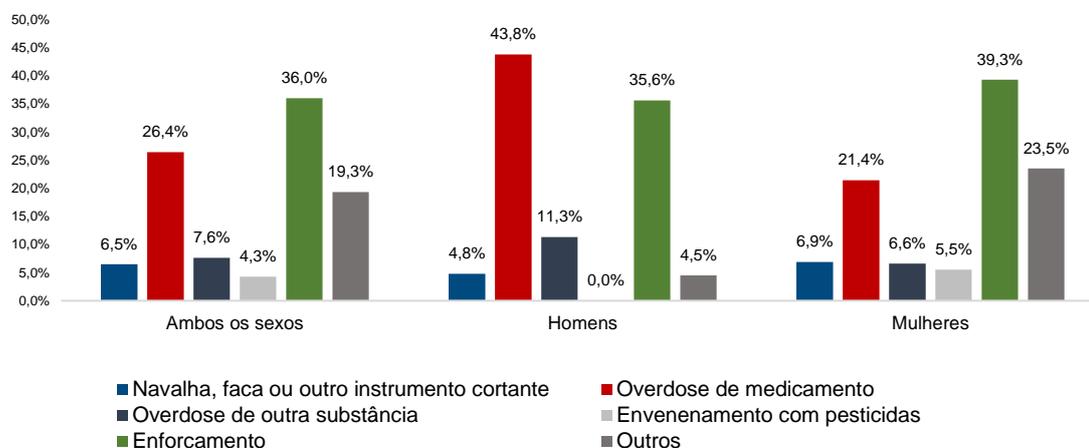
Observando os dados por sexo e grupo etário permite destacar que, com exceção do grupo etário de 60 a 69 anos, a percentagem de mulheres que tentaram o suicídio é duas vezes maior do que a dos homens e a diferença é maior nas idades mais jovens: de 18 a 29 anos (observa-se 0,9% de homens e 3,6% de mulheres) e no grupo de 30 a 44 anos (verifica-se 0,8% de homens e 2,8% de mulheres).

Gráfico 2.7-5: Percentagem de adultos que tentaram o suicídio nos últimos 12 meses, entre aqueles que alguma vez tentaram o suicídio, por grupo etário e sexo



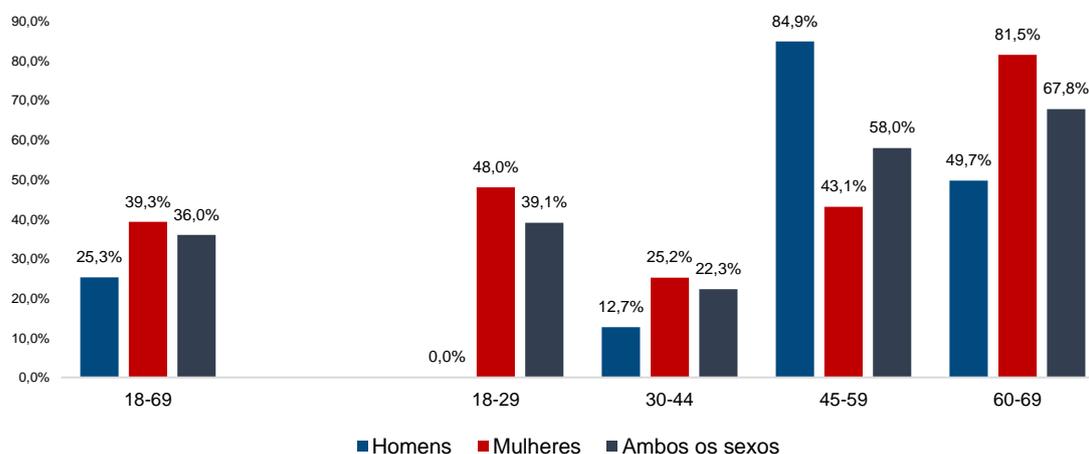
Os dados do Gráfico 2.7-5 mostram que em Cabo Verde, do total dos adultos que alguma vez tentaram o suicídio, cerca de 35,1% dos casos ocorreram nos últimos 12 meses. Esta percentagem é mais do dobro entre as mulheres (cerca de 41%) comparativamente aos homens (cerca de 15%). Quanto à variação por idade, verifica-se que este nível é maior nos adultos com idade entre 18 e 29 anos (49,0%), e ainda maior entre as mulheres (60,4%) comparativamente a homens.

Gráfico 2.7-6: Percentagem de adultos que já tentaram o suicídio segundo os métodos utilizados na última tentativa de suicídio, por sexo



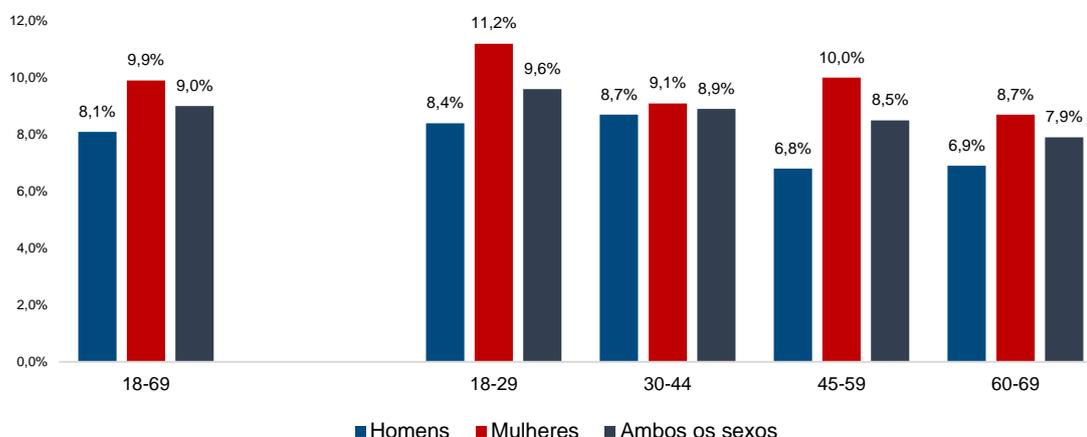
Mais de 1/3 dos adultos (seja 36,0% para ambos os sexos) que alguma vez tentaram suicídio utilizaram como método o enforcamento, sendo 39,3% entre as mulheres e 35,6% entre homens. A *overdose* de medicamentos é o segundo método mais utilizado na tentativa de suicídio, representando cerca de 26,4%. Observa-se ainda que o método mais utilizado pelos homens, é a *overdose* de medicamentos (43,8%) enquanto para as mulheres é o enforcamento (39,3%) (Gráfico 2.7-6).

Gráfico 2.7-7: Percentagem de adultos que já tentaram o suicídio e que procurou atendimento médico na última vez que tentou o suicídio, por grupo etário e sexo



Em Cabo Verde, observa-se que 36,0% dos adultos com idade entre 18 e 69 anos procuraram atendimento médico na última vez que tentaram o suicídio. Esta percentagem é maior entre as mulheres (39,3%) comparativamente aos homens (25,3%). Em relação a idade, observa-se que entre os homens a maior percentagem (84,9%) ocorre entre os 45 e 59 anos, enquanto entre as mulheres a maior percentagem (81,5%) ocorre entre os 60 e 69 anos (Gráfico 2.7-7).

Gráfico 2.7-8: Percentagem da população adulta em que alguém da família já fez tentativa de suicídio, por grupo etário e sexo



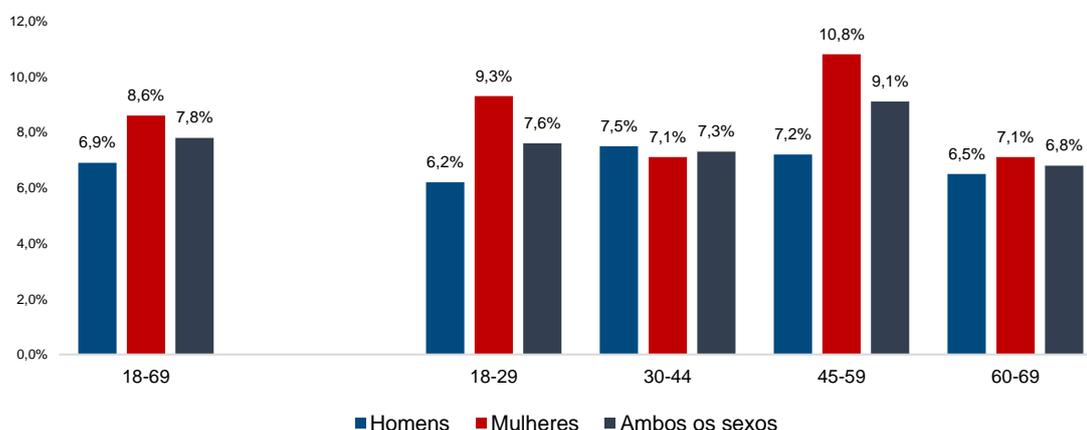
A percentagem da população em que alguém da família já fez tentativa de suicídio é de 9,0%, sendo 8,1% para homens e 9,9% para mulheres (Gráfico 2.7-8).

De destacar que em todos os grupos etários, a percentagem de pessoas em que algum familiar próximo (mãe, pai, irmão, filho, irmã, filha) tentaram o suicídio é muito próxima da percentagem nacional (9,0%). Contudo, observa-se que entre as mulheres da maior percentagem (11,2%) é registada no grupo etário de 18 a 29, enquanto os homens a maior percentagem (8,7%) são verificados no grupo de 30 a 44 anos.

O Gráfico 2.7-9, por seu turno, mostra que 7,8% da população declararam ter perdido/morrido algum familiar por suicídio, sendo esta percentagem menor (6,9%) nos homens comparativamente às mulheres (8,6%).

O grupo etário de 45 a 59 anos apresenta a maior percentagem de pessoas que algum familiar morreu por suicídio (seja 9,1%), sendo 10,8% nas mulheres e 7,2% nos homens. De realçar ainda que, no grupo etário de 18 a 29 anos esta percentagem é maior (7,6%) comparativamente aos outros grupos, e maior entre as mulheres (9,3%) comparativamente aos homens (6,2%) (Gráfico 2.7-9).

Gráfico 2.7-9: Percentagem da população adulta em que alguém da família já morreu por suicídio, por grupo etário e sexo



3 RESULTADOS DO STEP 2

3.1 MEDIDAS FÍSICAS

As medidas físicas, nomeadamente o peso, a altura, o perímetro abdominal e do quadril, a tensão arterial e a frequência cardíaca, constituíram as medidas realizadas neste inquérito.

Com as medidas do peso e da altura, pode-se determinar o índice de obesidade na população, que representa um problema nutricional em ascensão e é considerada uma pandemia, tanto em países desenvolvidos como nos países em desenvolvimento.

Atualmente, sabe-se que é a localização abdominal da gordura (obesidade central) que se mostra mais associada a distúrbios metabólicos e riscos cardiovasculares. Do mesmo modo, a relação cintura-quadril é amplamente utilizada para mensurar a gordura visceral, tendo relevância para o diagnóstico de síndrome metabólica, pelo que também é um preditor específico para a ocorrência de doenças cardiovasculares (Ribeiro Filho, Fernando F. et al, 2006).

A medição da tensão arterial, deve-se ao fato de que, no quadro das doenças cardiovasculares, a HTA assume um peso importante tendo como base vários fatores de risco. Outrossim, a HTA é um dos principais fatores de risco para algumas doenças, tais como, AVC, Infarto Agudo do Miocárdio (IAM) e Insuficiência Renal Crónica (IRC). Também foi avaliada a frequência cardíaca dos adultos.

3.1.1 ESTADO NUTRICIONAL

Em Cabo Verde a altura média dos homens adultos é de 175,2 cm e para as mulheres é de 162,2 cm (Gráfico 3.1-1). Tanto nos homens como nas mulheres a altura é maior no grupo etário dos 18 a 29 anos e menor nos adultos de 60 a 69 anos (Tabela 71, Anexo A).

A média do peso é de 73,3 quilogramas (kg) nos homens e 69,2 kg nas mulheres (Gráfico 3.1-2). O grupo etário que apresenta maior peso médio são os dos 30 a 44 anos com 75,8 kg nos homens e 72,6 kg nas mulheres (Tabela 72, Anexo A).

A média do IMC é de aproximadamente 25,1 quilogramas por metro quadrado (kg/m^2) na população adulta cabo-verdiana (Gráfico 3.1-3), estando fora do intervalo desejável (21 a 23 kg/m^2) recomendado pela OMS. Essa média é maior nas mulheres (26,3 kg/m^2) quando comparado com a dos homens (23,9 kg/m^2).

Gráfico 3.1-1: Altura média (cm) da população adulta, por sexo

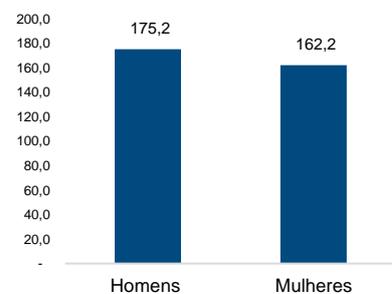


Gráfico 3.1-2: Peso médio (kg) da população adulta, por sexo

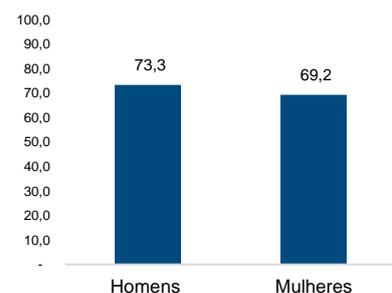


Gráfico 3.1-4: Índice de Massa Corporal (IMC) (kg/m²) da população adulta, por sexo

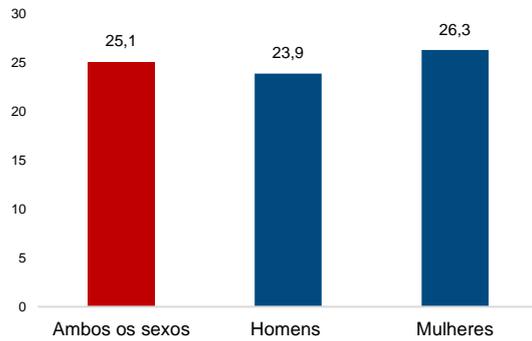
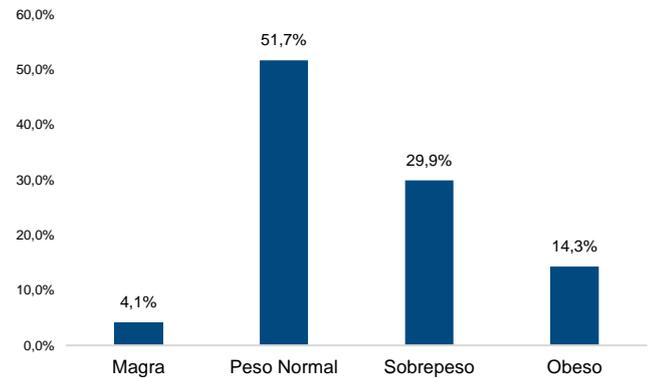
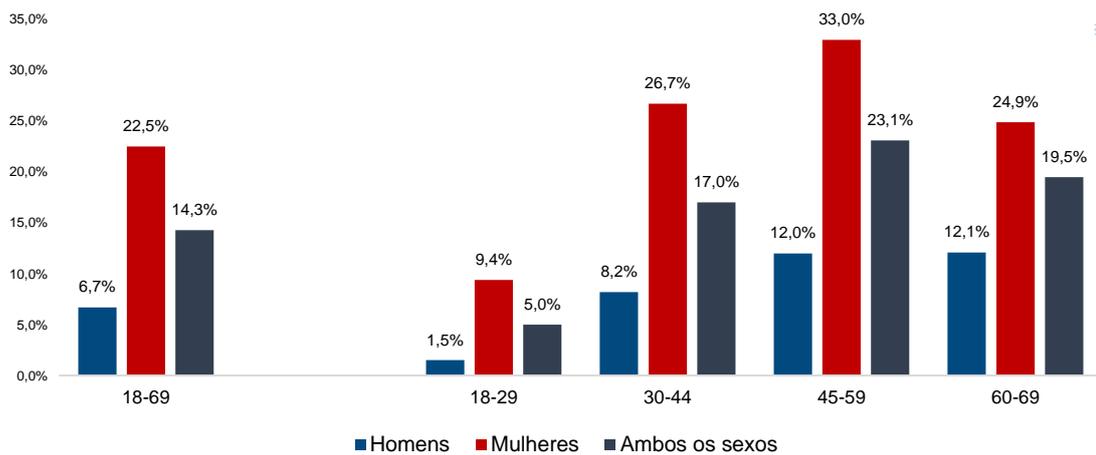


Gráfico 3.1-3: Percentagem da população segundo a categoria de IMC (magra, peso normal, sobrepeso, obeso) (kg/m²)



Mais da metade da população adulta (51,7%) é classificada como peso normal, porém, quase um terço (29,9%) é sobrepeso/pré-obesa e 14,3% é obesa (Gráfico 3.1-4). A população adulta classificada como magra/baixo peso representa 4,1% desta população.

Gráfico 3.1-5: Prevalência da obesidade, por sexo e grupo etário

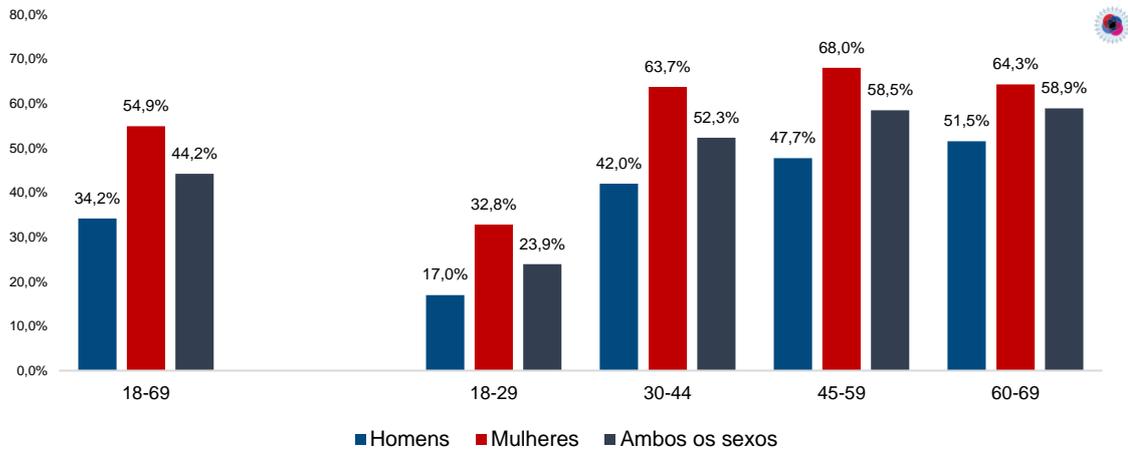


Em Cabo Verde, a prevalência de obesidade na população adulta é de 14,3%, sendo superior nas mulheres (22,5%) comparativamente aos homens (6,7%). Esta prevalência atinge um nível mais elevado, cerca de 23,1%, no grupo etário de 45 a 59 anos, sendo de 33% entre as mulheres e 12% entre os homens (23,1%) (Gráfico 3.1-5).

IDNT 2007
Prevalência
 *Obesidade – 10,5%

Quanto ao meio de residência, os resultados mostram que a obesidade é superior no meio urbano (15,8% comparativamente a 11,4% registado no meio rural) e no grupo etário de 45 a 59 anos (27,0%) (Tabela 75, Anexo A).

Gráfico 3.1-6: Prevalência de excesso de peso ($IMC \geq 25 \text{ kg/m}^2$), por sexo e grupo etário



A prevalência de excesso de peso (conjugação das categorias de sobrepeso e obesidade, $IMC \geq 25 \text{ kg/m}^2$) a nível nacional é de 44,2% (Gráfico 3.1-6).

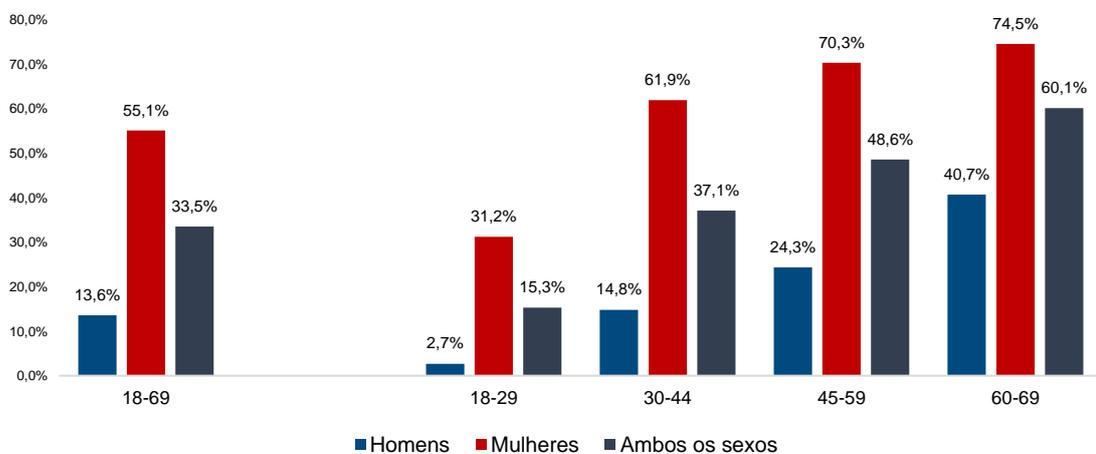
IDNT 2007
Prevalência
 *Excesso de peso: 36,9%

3.1.2 OBESIDADE ABDOMINAL E RISCO DE COMPLICAÇÕES METABÓLICAS

A média da cintura, também denominada de perímetro abdominal, da população adulta cabo-verdiana é de 83,4 cm para as mulheres e 82,1 cm para os homens (Tabela 76, Anexo A), e a relação média da cintura/quadril da população adulta cabo-verdiana, tanto para as mulheres como para os homens, é de 0,8 cm (Tabela 78, Anexo A).

IDNT 2007
Média da cintura
 Homem: 83,5 cm
 Mulher: 84,6

Gráfico 3.1-7: Prevalência de obesidade abdominal com risco de complicações metabólicas aumentado*, por sexo e grupo etário

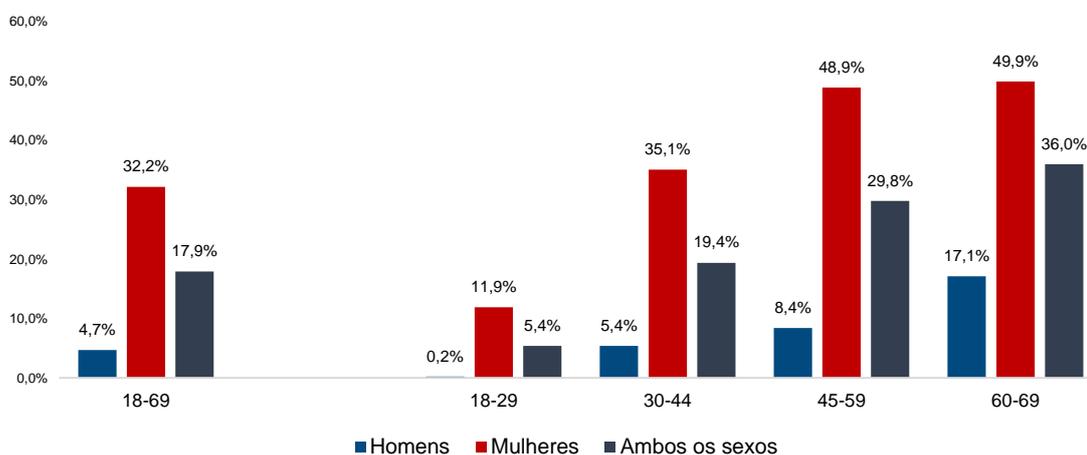


* Perímetro abdominal >94 cm nos homens e >80 cm nas mulheres

A prevalência de obesidade abdominal com risco de complicações metabólicas aumentado na população adulta é de 33,5%. Esta prevalência é superior nas mulheres (55,1%)

comparativamente aos homens (13,6%). Relativamente aos grupos etários, observa-se que esta prevalência é muito superior nos adultos do grupo etário de 60 a 69 anos (60,1%) comparativamente aos outros grupos (Gráfico 3.1-7).

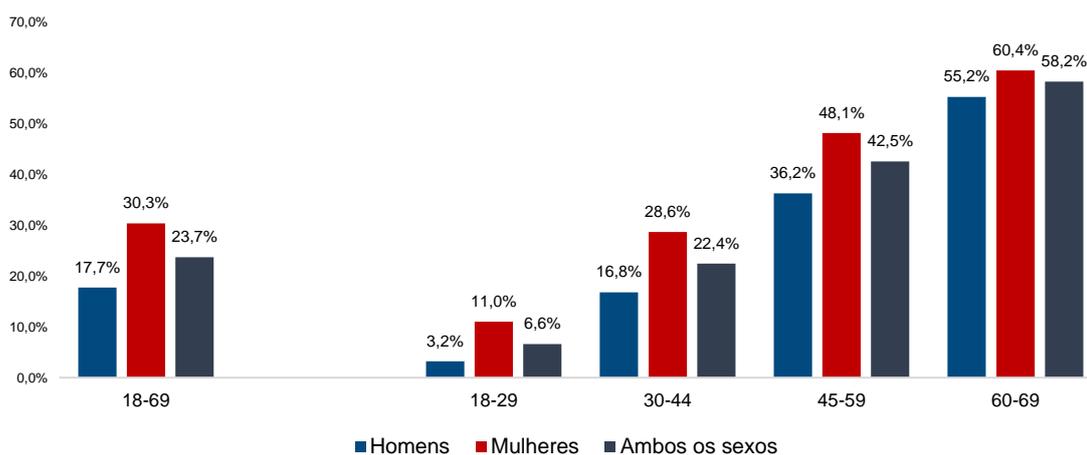
Gráfico 3.1-8: Prevalência de obesidade abdominal com risco de complicações metabólicas muito aumentado*, por sexo e grupo etário



* Perímetro abdominal >102 cm nos homens e >88 cm nas mulheres

A prevalência de obesidade abdominal com risco muito aumentado de complicações metabólicas na população adulta é de 17,9%, superior nas mulheres (32,2%) comparativamente aos homens (4,7%). Em termos de variação por idade, verifica-se que esta percentagem é muito maior nos adultos de 60 a 69 anos (49,9%) (Gráfico 3.1-8).

Gráfico 3.1-9: Prevalência de risco muito aumentado de complicações metabólicas pela razão cintura-quadril*, por sexo e grupo etário



* Razão $\geq 0,9$ cm nos homens e $\geq 0,85$ cm nas mulheres

A prevalência de risco muito aumentado de complicações metabólicas pela razão cintura-quadril na população adulta é de 23,7%, superior nas mulheres (30,3%) comparativamente aos homens (17,7%). Em relação a idade, esta percentagem é muito superior nos adultos de 60 a 69 anos (58,2%), quando comparado aos outros grupos (Gráfico 3.1-9).

3.1.3 TENSÃO ARTERIAL E FREQUÊNCIA CARDÍACA

A tensão arterial sistólica média é de 128,8 mmHg (milímetros de mercúrio), sendo 133,7 mmHg nos homens e 123,7 mmHg nas mulheres (Gráfico 3.1-10). De realçar que ela é mais expressiva no grupo etário de 60 a 69 anos (147,3 mmHg nos homens e 142,8 mmHg nas mulheres).

A tensão arterial diastólica média é de 79,1 mmHg, sendo 80,3 mmHg nos homens e 77,9 mmHg nas mulheres.

Gráfico 3.1-10: Tensão arterial sistólica (TAS) média (mmHg) e Tensão arterial diastólica (TAD) média (mmHg), incluindo os que estão sob medicação para a HTA, por sexo

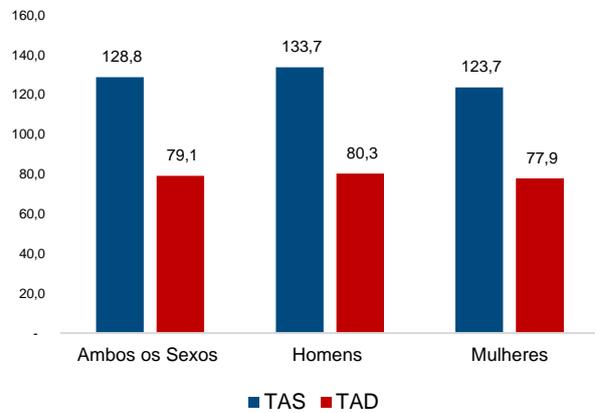
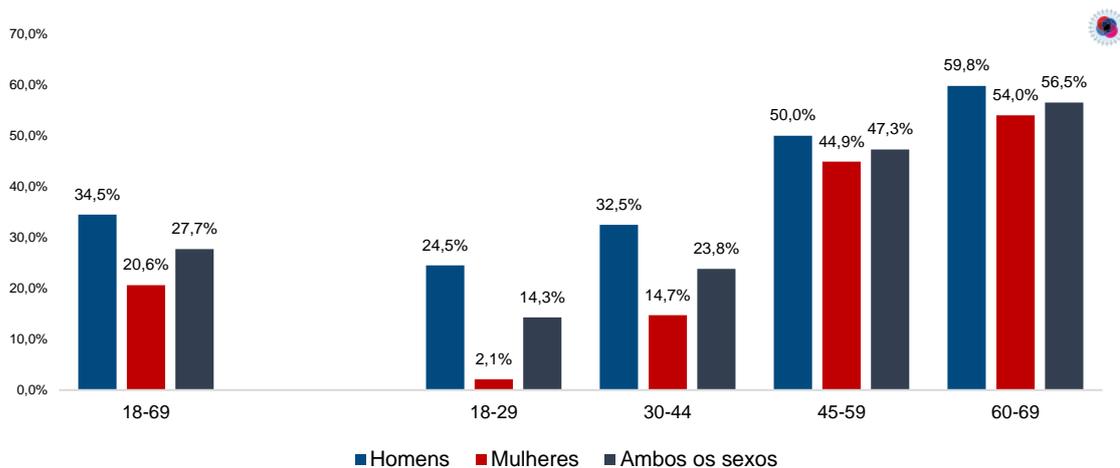
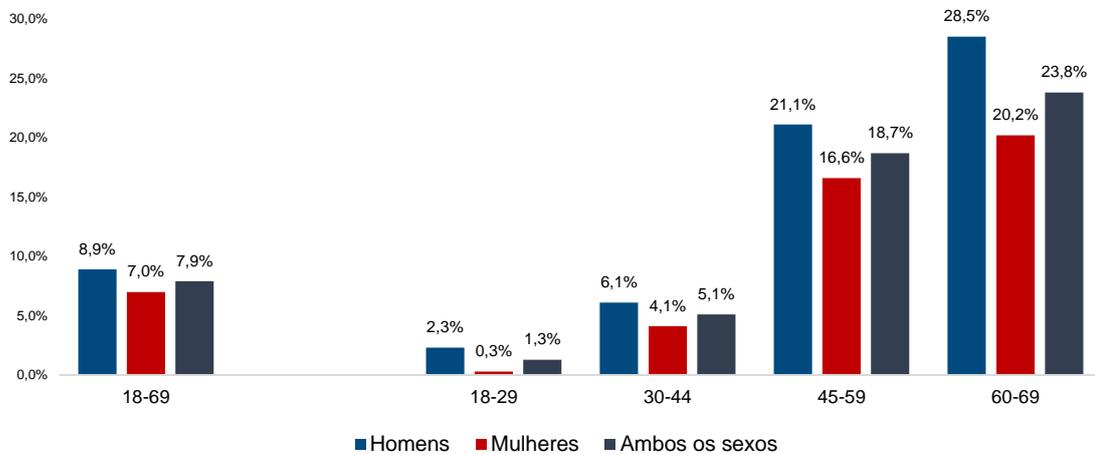


Gráfico 3.1-11: Percentagem da população adulta com tensão arterial elevada (TAS \geq 140 e/ou TAD \geq 90 mmHg), por grupo etário e sexo



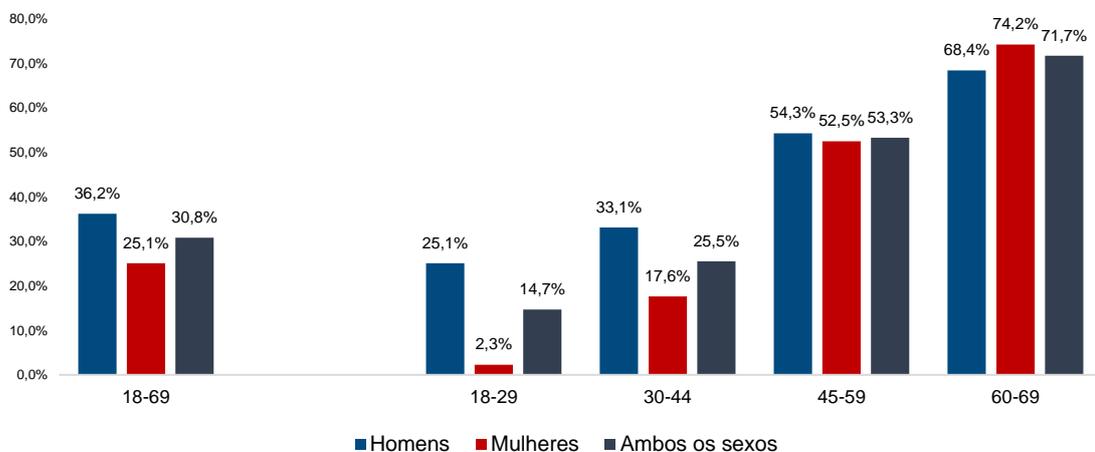
A percentagem dos adultos com tensão arterial elevada (TAS \geq 140 e/ou TAD \geq 90 mmHg) é de 27,7%, sendo 34,5% nos homens e 20,6% nas mulheres. De realçar que ela é mais expressiva no grupo etário de 60 a 69 anos (59,8% nos homens e 54,0%, nas mulheres) (Gráfico 3.1-11).

Gráfico 3.1-12: Percentagem da população adulta com tensão arterial grave (TAS ≥ 160 e/ou TAD ≥ 100 mmHg), por grupo etário e sexo



A HTA grave (TAS ≥ 160 e/ou TAD ≥ 100 mmHg) afeta 7,9% dos adultos, sendo 8,9% nos homens e 7,0% nas mulheres, sendo ela mais expressiva no grupo etário de 60 a 69 anos (seja 28,5% nos homens e 20,2%, nas mulheres) (Gráfico 3.1-12).

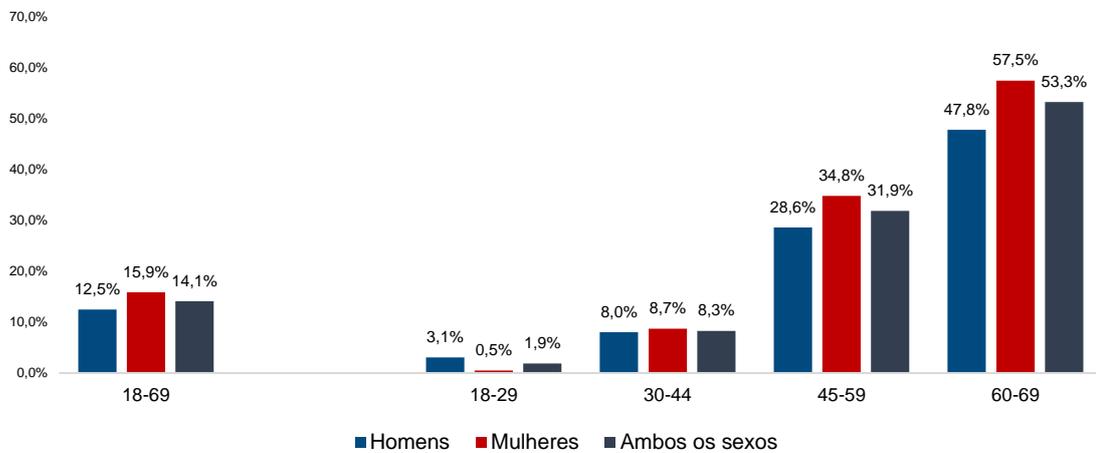
Gráfico 3.1-13: Prevalência da população adulta hipertensa com TAS ≥ 140 e/ou TAD ≥ 90 mmHg ou atualmente sob medicação para a pressão arterial elevada, por grupo etário e sexo



A prevalência da população adulta hipertensa (TAS ≥ 140 e/ou TAD ≥ 90 mmHg ou atualmente sob medicação para a tensão arterial elevada) é de 30,8%, sendo 36,2% nos homens e 25,1% nas mulheres. De realçar que ela é mais expressiva no grupo etário de 60 a 69 anos (74,2% nas mulheres e 68,4%, nos homens) (Gráfico 3.1-13)

IDNT 2007
HTA TAS ≥ 140 e/ou TAD ≥ 90 mmHg
 *Ambos: 38,7%
 *Homens: 43,8%
 *Mulheres: 35,5%

Gráfico 3.1-14: Prevalência da população adulta hipertensa com TAS ≥ 160 e/ou TAD ≥ 100 mmHg ou atualmente sob medicação para a tensão arterial grave, por grupo etário e sexo



A prevalência da população adulta com HTA grave (TAS ≥ 160 e/ou TAD ≥ 100 mmHg) é de 14,1%, sendo 12,5% nos homens e 15,9% nas mulheres (Gráfico 3.1-14). De realçar que ela é mais expressiva no grupo etário de 60 a 69 anos (seja 47,8% nos homens e 57,5%, nas mulheres).

IDNT 2007

HTA TAS ≥ 160 e/ou TAD ≥ 100 mmHg

- *Ambos: 14,7%
- *Homens: 12,3%
- *Mulheres: 17,1%

A percentagem de adultos com HTA elevada (TAS ≥ 140 e/ou TAD ≥ 90 mmHg), sem diagnóstico prévio, é de 54,1%. O grupo etário dos 18 a 29 anos apresenta a maior percentagem (87,9%), quando comparado com outros grupos (Tabela 81, Anexo A).

De realçar que 16,1% dos hipertensos não estão sob medicação, 10,1% estão sob medicação e com tensão arterial controlada e 19,7% estão sob medicação, mas sem tensão arterial controlada (Gráfico 3.1-15).

Gráfico 3.1-15: Percentagem de hipertensos sem medição, sob medicação e TA não controlada e sob medicação com TA controlada

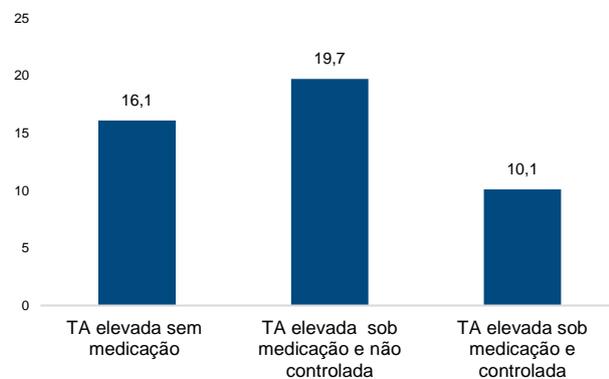
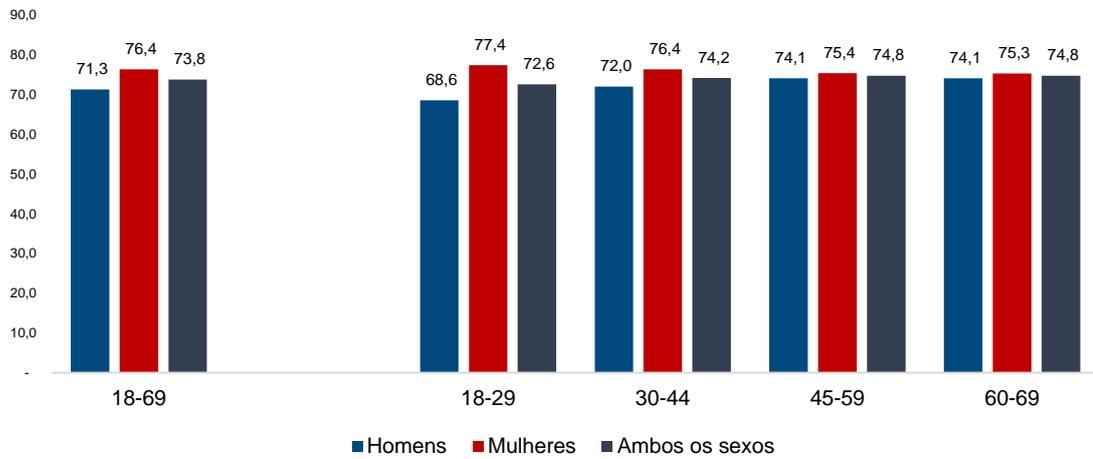


Gráfico 3.1-16: Frequência cardíaca média (batimentos por minuto), por grupo etário e sexo



A frequência cardíaca média para a população adulta cabo-verdiana é de 73,8 batimentos/minuto, sendo 71,3 batimentos/minuto nos homens e de 76,4 batimentos/minuto nas mulheres. Com o avançar da idade, a frequência cardíaca aumenta para os homens e diminui para as mulheres (Gráfico 3.1-16).

4 RESULTADOS DO STEP 3

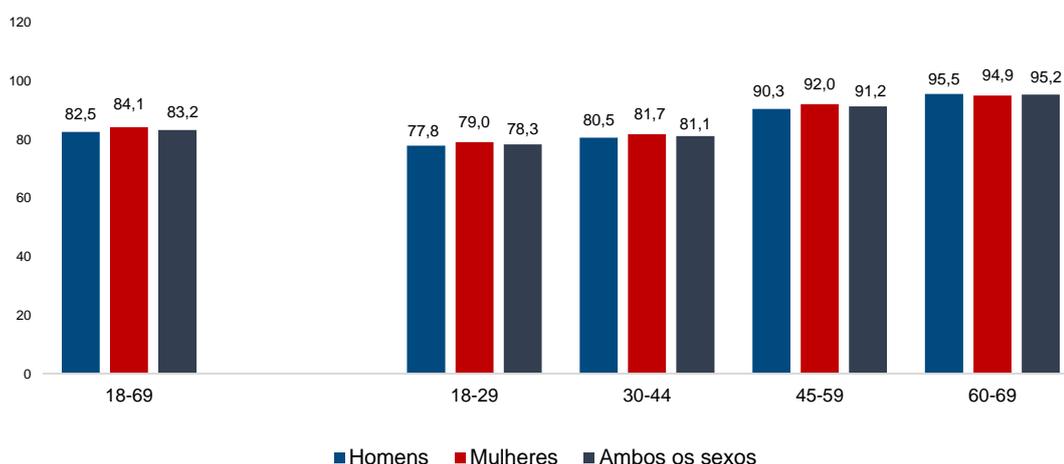
4.1 MEDIDAS BIOQUÍMICAS

As alterações bioquímicas quando detetadas permitem auxiliar na avaliação dos fatores de riscos das DNT. Assim sendo, a análise dessas alterações é indispensável na avaliação dos fatores de riscos das DNT.

Nesta etapa foram analisadas as medidas bioquímicas como glicemia em jejum, colesterol, sódio e creatinina urinária. Os resultados das prevalências foram determinados levando em conta tanto os históricos dessas doenças (antecedentes pessoais) como o resultado da medição realizada no inquérito.

4.1.1 PREVALÊNCIA DA DIABETES

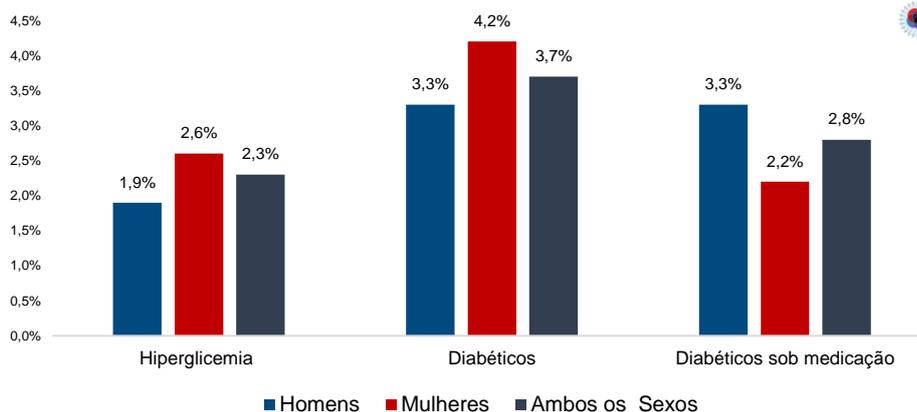
Gráfico 4.1-1: Nível médio da Glicemia em jejum (mg/dl), por grupo etário e sexo



O nível médio da glicemia em jejum é de 83,2 mg/dl, sendo 84,1 mg/dl nas mulheres e 82,5 mg/dl nos homens. Parece haver uma relação direta entre o nível da glicemia em jejum e a idade. Com efeito, conforme aumenta a idade aumenta o valor médio da glicemia em jejum (Gráfico 4.1-1).

IDNT 2007
Média da glicemia em jejum:
Ambos sexos: 97,5 mg/dl

Gráfico 4.1-2: Prevalência da população adulta com hiperglicemia, diabéticos e diabéticos sob medicação, por sexo



A prevalência da população adulta com hiperglicemia (nível da glicemia do plasma venoso: ≥ 110 mg/dl e < 126 mg/dl) é de 2,3%, sendo 2,6 % nas mulheres e 1,9 % nos homens (Gráfico 4.1-2).

Em Cabo Verde, a prevalência da diabetes é de 3,7%, sendo as mulheres mais afetadas do que os homens (4,2% e 3,3%, respetivamente). É de realçar que a prevalência aumenta com a idade atingindo maior nível na idade a partir dos 45 anos (Tabela 83, Anexo A).

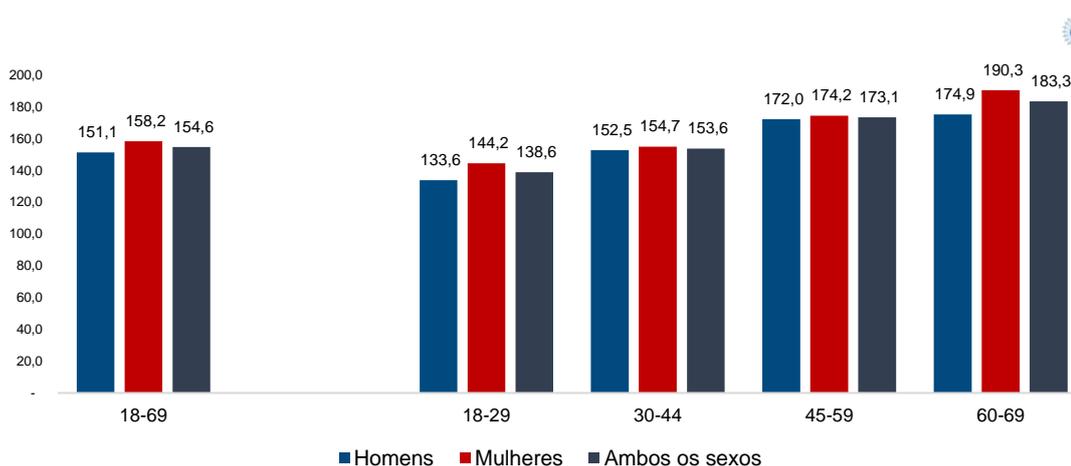
IDNT 2007

- *Ambos – 8,6%
- *Homens – 8,2%
- *Mulheres – 9,0%

Atualmente, estima-se que 2,8% da população adulta está atualmente sob medicação para diabetes, sendo 3,3% para os homens e 2,2% para as mulheres (Gráfico 4.1-2).

4.1.2 PREVALÊNCIA DE DISTÚRBIOS LIPÍDICOS

Gráfico 4.1-3: Nível médio do Colesterol total (em mg/dl), por grupo etário e sexo



O nível médio do colesterol total na população adulta cabo-verdiana é de 154,6 mg/dl, sendo 158,2 mg/dl nas mulheres e 151,1 mg/dl nos homens. Pode-se verificar que o nível médio do colesterol total aumenta com a idade (Gráfico 4.1-3).

A prevalência da hipercolesterolemia (colesterol total ≥ 190 mg/dl ou sob medicação) é de 18,8%, sendo 18,2% nos homens e 19,3% nas mulheres. E, a prevalência de adultos com hipercolesterolemia grave (colesterol total ≥ 240 mg/dl ou sob medicação) é de 4,6%, sendo 4,1% nos homens e 5,2% nas mulheres (Gráfico 4.1-4).

IDNT 2007	
Prevalência	
Colesterol total ≥ 190 mg/dl:	10,6%
Colesterol total ≥ 240 mg/dl:	3,0%

Gráfico 4.1-4: Prevalência da população adulta com hipercolesterolemia (colesterol total ≥ 190 mg/dl ou sob medicação) e com hipercolesterolemia grave (colesterol total ≥ 240 mg/dl ou sob medicação), por sexo

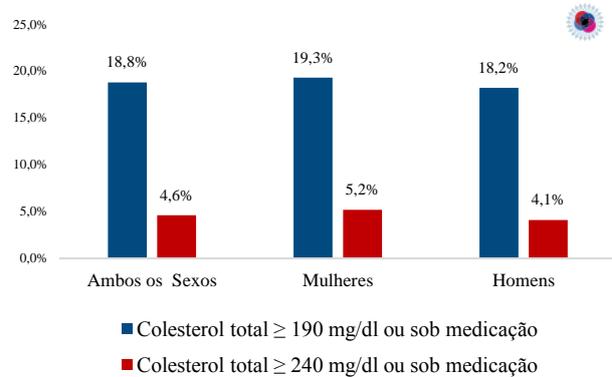
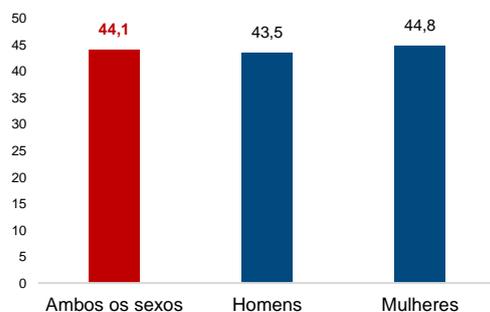


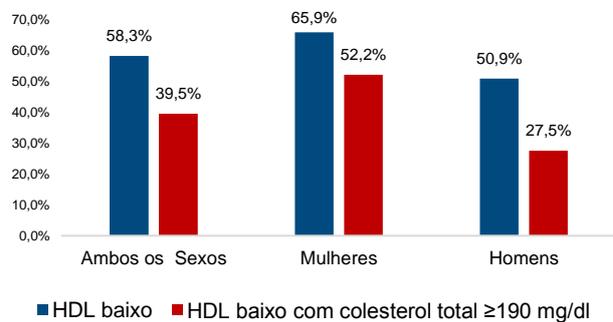
Gráfico 4.1-6: Nível médio do HDL (mg/dl) da população adulta, por sexo



Em Cabo Verde, o nível médio do HDL da população adulta é de 44,1mg/dl, sendo 43,5 mg/dl nos homens e 44,8 mg/dl nas mulheres (Gráfico 4.1-5). Outrossim, observa-se ainda que entre os homens 50,9% apresentam nível de HDL baixo

(HDL < 40 mg/dl), enquanto entre as mulheres este nível é de 65,9% (HDL < 50 mg/dl). O grupo etário de 18 a 29 anos apresenta a maior percentagem de indivíduos com HDL baixo, tanto nos homens como nas mulheres (Tabela 88, Anexo A).

Gráfico 4.1-5: Percentagem da população com HDL baixo e percentagem com colesterol total ≥ 190 mg/dl e HDL baixo, por sexo



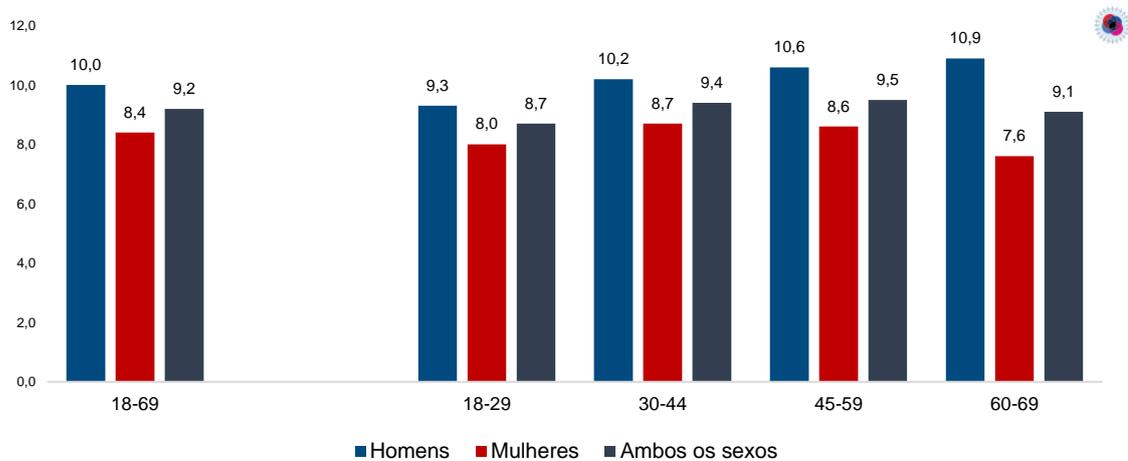
A percentagem de adultos com colesterol total ≥ 190 mg/dl e com HDL baixo é de 39,5%, sendo essa percentagem superior nas mulheres (52,2%) do que nos homens (27,5%) (Gráfico 4.1-6).

4.1.3 CONSUMO DO SAL

O consumo médio de sal por dia na população é de 9,2 g/dia, sendo este consumo maior nos homens (10,0 g/dia), representando praticamente o dobro do recomendado pela OMS (5g/dia), do que nas mulheres (8,4 g/dia) (Gráfico 4.1-7). Ainda é de realçar que nos homens este consumo é mais elevado do que nas mulheres em todos os grupos etários.

Apenas 1,1% da população adulta cabo-verdiana consome menos de 5g de sal por dia, sendo 1,7% nas mulheres e 0,5% nos homens (Tabela 90, Anexo A).

Gráfico 4.1-7: Nível de consumo médio de sal da população em gramas por dia (g/dia), por grupo etário e sexo

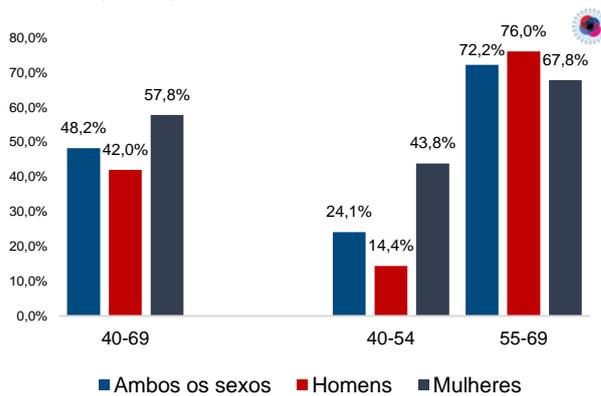


5 RISCO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES

5.1 RISCO E FATORES DE RISCOS DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES

A percentagem da população com idade compreendida entre os 40 a 69 anos com risco de doença cardiovascular (RDC) de 10 anos $\geq 30\%$ ou com RDC existente é de 6,7%, sendo 8,3% nos homens e 5,2% nas mulheres. Neste quesito, o grupo etário de 55 a 69 anos apresenta a percentagem mais elevada, tanto entre os homens como entre as mulheres (Gráfico 5.1-1).

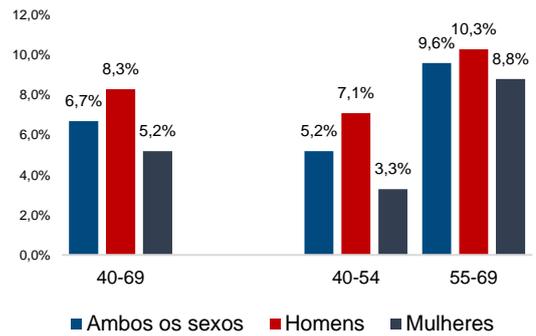
Gráfico 5.1-2: Percentagem da população com idade compreendida entre 40 e 69 anos com um risco de doença cardiovascular de 10 anos $\geq 30\%$ ou com RDC existente, que recebem terapia farmacêutica e aconselhamento* para prevenir ataques cardíacos e acidentes vasculares cerebrais (AVCs)



* aconselhamento é definido como recebendo conselhos de um médico ou outro técnico de saúde para parar de usar tabaco ou não começar, reduzir o sal na dieta, comer pelo menos cinco porções de frutas e/ou vegetais por dia, reduzir a gordura na dieta, iniciar ou fazer mais atividade física, manter um peso corporal saudável ou perder peso, fazer controlo glicémico.

grupo etário de 55 a 69 anos apresenta a percentagem mais elevada, tanto entre os homens como entre as mulheres.

Gráfico 5.1-1: Percentagem da população com idade compreendida entre 40 e 69 anos com risco de doença cardiovascular (RDC) de 10 anos $\geq 30\%$ * ou com RDC existente

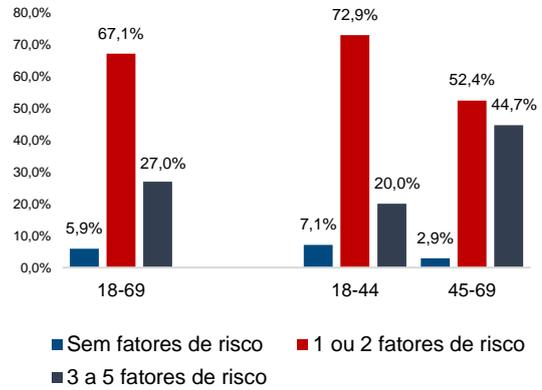


* Um risco de RDC de 10 anos $\geq 30\%$ é definido de acordo com a idade, sexo, pressão arterial, estado do tabagismo (fumadores atuais ou aqueles que deixam de fumar há menos de 1 ano antes da avaliação), colesterol total e diabetes (ou uma concentração de glicose plasmática em jejum >126 mg/dl).

A percentagem da população com idade compreendida entre 40 e 69 anos com um risco de doença cardiovascular de 10 anos $\geq 30\%$, incluindo as que têm RDC existente, que declarou ter recebido terapia farmacêutica e aconselhamento (incluindo controlo glicémico) para prevenir ataques cardíacos e acidentes vasculares cerebrais (AVCs) é de 48,2%, sendo 42,0% nos homens e 57,8% nas mulheres, representando uma diferença de 15,8 p.p. (Gráfico 5.1-2) De realçar ainda que, o

A percentagem da população com três ou mais fatores de risco é de 27,0%. Esta percentagem é de 44,7% no grupo etário dos 45 aos 69 anos. Ou seja, cerca de 4 em cada 10 pessoas deste grupo etário tem mais de três fatores de risco (Gráfico 5.1-3). De realçar que, em cada 10 adultos 6 tem um ou dois fatores de risco, sendo este mais elevado no grupo etário dos 18 aos 44 anos. Tanto nos homens como nas mulheres o comportamento é semelhante. Contudo, existem mais mulheres com três ou mais fatores de risco (30,2%), quando comparando com os homens (23,9%), sendo de maior magnitude no grupo etário de 45 a 69 anos, com 49,2% das mulheres e 39,3% dos homens (Tabela 91, Anexo A).

Gráfico 5.1-3: Percentagem da população sem fatores de risco, com 1-2 ou com 3-5 fatores de risco, por grupo etário



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Diretrizes da OMS para atividade física e comportamento sedentário: num piscar de olhos [WHO guidelines on physical activity and sedentary behavior: at a glance] ISBN 978-65-00-15021-6 (versão digital) ISBN 978-65-00-15064-3 (versão impressa)
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/337001/9789240014886-por.pdf?sequence=102&isAllowed=y>
- Instituto Nacional de Câncer (2021). Controlo do câncer do colo do útero. Detecção Precoce. Disponível em <https://www.inca.gov.br/controle-do-cancer-do-colo-do-utero/acoes-de-controle/deteccao-precoce>
- Lourenço, Alexandre & Barros, Pedro Pita (2016). NOVA: School of Business & Economics. Healthcare Initiative Research. Cuidados de Saude Oral/ universalização. Disponível em <https://www.ond.pt/content/uploads/2017/12/cuidados-saude-oral.pdf>
- Ministério da Saúde e Segurança Social (2015). Relatório Estatístico de 2015. Disponível em <https://www.minsaude.gov.cv/index.php/documentosite/-/1/428-relatorio-estatistico-2015-versao-final-24-abril-versao-corrigida2/file>
- Ministério da Saúde e Segurança Social (2016). Relatório Estatístico de 2015. Disponível em <https://www.minsaude.gov.cv/index.php/documentosite/-/1/457-relatorio-estatistico-2016-versao-final-1/file>
- Ministério da Saúde e Segurança Social (2017). Relatório Estatístico de 2015. Disponível em <https://www.minsaude.gov.cv/index.php/documentosite/-/1/485-relatorio-estatistico-2017/file>
- Ministério da Saúde e Segurança Social (2018). Relatório Estatístico de 2018. Disponível em <https://www.minsaude.gov.cv/index.php/documentosite/-/1/538-relatorio-estatistico-2018-final/file>
- Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento One United Nations Plaza, Nova York – NY, 10017, EUA. Caso de Investimento no Controlo do Tabaco em Cabo Verde. A necessidade de expandir a implementação da CQCT da OMS. Disponível em https://caboverde.un.org/sites/default/files/2020-01/CABO%20VERDE_POR_180719%20hi%20res.pdf
- Ribeiro Filho, Fernando F. et al (2006). Gordura visceral e síndrome metabólica: mais que uma simples associação. Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia [online]. 2006, v. 50, n. 2, pp. 230-238. Epub 23 Maio 2006. ISSN 1677-9487. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0004-27302006000200009>
- STEPS (2017): l'approche STEPwise de l'OMS pour la surveillance des facteurs de risque des maladies chroniques: manual de surveillance STEPS de l'OMS
- World Health Organization (2011). Waist circumference and waist-hip ratio: report of a WHO expert consultation, Geneva, 8–11 December 2008
- World Health Organization (2018). Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf>
- World Health Organization (2019). WHO REPORT ON THE GLOBAL TOBACCO EPIDEMIC, 2019. Offer help to quit tobacco use. <file:///C:/Users/teresa/Downloads/9789241516204-eng.pdf>

World Health Organization. (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. World Health Organization. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Disponível em <https://apps.who.int/iris/handle/10665/336656>

World Health Organization. (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. World Health Organization. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Disponível em <https://apps.who.int/iris/handle/10665/336656>

ANEXO A - TABELAS

USO DE TABACO

Tabela 3: Percentagem da população adulta segundo a situação do fumo do tabaco, por grupo etário

Grupo Etário (anos)	N	Fumador atual				Não fumadores			
		% diária	IC de 95%	% Não diária	IC de 95%	% Ex-fumador	IC de 95%	% Nunca fumou	IC de 95%
Homens									
18-29	463	6,3	3,6-9,0	11,3	7,5-15,1	10,5	7,0-14,0	71,9	66,5-77,4
30-44	647	8,8	6,4-11,0	6,2	3,5-9,0	13,7	10,2-17,2	71,3	66,8-75,9
45-59	515	10,5	7,3-13,7	3,4	1,1-5,7	23,6	19,0-28,4	62,4	57,0-67,7
60-69	212	12,3	7,0-17,7	1,6	0,2-3,0	25,5	17,9-33,2	60,6	51,9-69,3
18-69	1837	8,4	6,9-9,9	7,3	5,4-9,2	15,1	13,0-17,2	69,2	66,3-72,1
Mulheres									
18-29	644	0,3	0,0-0,7	3,5	1,4-5,6	2,5	1,2-3,7	93,8	91,2-96,3
30-44	961	1,5	0,6-2,4	1,4	0,5-2,3	3,3	1,8-4,8	93,8	91,8-95,7
45-59	724	1,8	0,8-2,7	0,9	0,2-1,6	5,1	3,2-6,9	92,3	90,2-94,6
60-69	397	3,6	1,6-5,6	0,4	0,0-1,0	6,1	3,2-9,1	89,8	86,1-93,5
18-69	2726	1,3	0,9-1,8	1,9	1,1-2,7	3,7	2,8-4,5	93,1	91,9-94,4
Ambos os Sexos									
18-29	1107	3,6	2,0-5,1	7,7	5,3-10,2	6,8	4,8-8,9	81,8	78,4-85,3
30-44	1608	5,2	3,9-6,5	3,9	2,4-5,4	8,7	6,8-10,6	82,2	79,5-84,8
45-59	1239	5,9	4,3-7,6	2,1	0,9-3,2	13,8	11,2-16,4	78,2	75,1-81,3
60-69	609	7,3	4,7-10,0	0,9	0,2-1,6	14,5	10,8-18,2	77,3	72,7-81,8
18-69	4563	4,9	4,1-5,8	4,7	3,6-5,7	9,5	8,3-10,7	80,9	79,2-82,6

Tabela 4: Percentagem de fumadores atuais (fumador diário e não diário) segundo o tipo de tabaco, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	Fumador diário		Fumador não diário		Outro tipo de tabaco	
		% Cigarro Manu-faturado	IC de 95%	% Cigarro enrolado à mão.	IC de 95%	% Outro tipo de tabaco	IC de 95%
Homens							
18-29	77	23,9	13,9-33,9	22,2	9,8-34,7	32,4	17,6-47,2
30-44	112	70,1	56,9-83,3	13,3	2,0-24,7	9,9	3,2-16,6
45-59	87	82,2	74,2-90,3	3,9	0,2-7,5	2,1	0,0-5,5
60-69	38	84,8	74,2-95,3	5,5	0,0-13,4	3,9	0,0-8,1
18-69	314	53,6	45,4-61,7	15,0	8,3-21,7	17,7	9,7-25,7
Mulheres							
18-29	26	15,0	0,9-29,1	0,5	0,0-1,6	31,7	6,2-57,2
30-44	32	63,2	42,7-83,6	7,2	0,0-17,4	14,5	0,4-28,6
45-59	28	69,1	48,0-90,3	1,6	0,0-5,0	17,8	2,6-33,1
60-69	19	52,8	27,4-78,1	3,5	0,0-10,5	39,4	15,0-63,7
18-69	105	44,8	31,7-57,9	3,2	0,0-6,8	24,2	12,7-35,7
Ambos os Sexos							
18-29	103	22,5	13,4-31,7	19,0	8,1-29,8	32,3	19,3-45,2
30-44	144	69,0	57,5-80,6	12,4	2,6-22,2	10,6	4,7-16,6
45-59	115	80,0	72,3-87,6	3,5	0,1-6,9	4,9	0,9-8,9
60-69	57	75,9	65,6-86,2	5,0	0,0-11,0	13,7	6,0-21,5
18-69	419	52,1	45,0-59,3	13,1	7,4-18,8	18,8	12,0-25,6

Tabela 5: Percentagem de usuários de tabaco sem fumo segundo a situação de uso (usuário atual e não usuário), por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	Usuário atual				Não Usuário			
		% diária	IC de 95%	% Não diária	IC de 95%	% Ex-Usuário	IC de 95%	% Nunca fumou	IC de 95%
Homens									
18-29	463	0,1	0,0-0,3	1,5	0,0-3,2	2,2	0,8-3,5	96,2	93,9-98,5
30-44	647	1,3	0,0-2,6	1,7	0,5-2,8	2,0	0,6-3,3	95,1	92,8-97,3
45-59	515	5,4	1,6-9,2	1,6	0,3-3,0	3,4	1,8-5,1	89,5	85,3-93,7
60-69	212	8,0	3,1-12,9	2,8	0,6-5,0	5,7	2,3-9,2	83,5	77,0-89,9
18-69	1837	2,0	1,1-3,0	1,7	0,8-2,5	2,6	1,7-3,4	93,7	92,1-95,4
Mulheres									
18-29	644	-	--	0,9	0,0-1,8	0,8	0,0-1,6	98,3	97,2-99,5
30-44	961	0,5	0,0-1,0	0,5	0,0-1,0	1,1	0,5-1,7	98,0	97,1-98,9
45-59	724	5,3	2,7-8,0	0,7	0,1-1,3	2,0	0,8-3,3	91,9	89,1-94,8
60-69	397	13,4	7,9-18,8	3,5	1,5-5,4	4,3	1,4-7,1	78,9	72,9-84,9
18-69	2726	2,5	1,7-3,3	0,9	0,5-1,3	1,5	0,9-2,0	95,1	94,1-96,2
Ambos os Sexos									
18-29	1107	0,1	0,0-0,2	1,2	0,2-2,3	1,5	0,7-2,4	97,2	95,8-98,5
30-44	1608	0,9	0,1-1,7	1,1	0,5-1,7	1,5	0,8-2,3	96,5	95,2-97,8
45-59	1239	5,4	2,9-7,8	1,1	0,4-1,9	2,7	1,6-3,8	90,8	88,2-93,4
60-69	609	11,1	7,2-14,9	3,2	1,7-4,7	4,9	2,7-7,0	80,9	76,5-85,2
18-69	4563	2,3	1,6-2,9	1,3	0,8-1,8	2,0	1,5-2,5	94,4	93,4-95,4

CONSUMO DO BEBIDAS ALCOÓLICAS

Tabela 6: Percentagem da população adulta segundo o estado/tempo de consumo de bebidas alcoólicas, por grupo etário, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Bebeu nos últimos 30 dias	IC de 95%	% bebeu nos últimos 12 meses	IC de 95%	% Não bebeu nos últimos 12 meses	IC de 95%	% Nunca bebeu	IC de 95%
Homens									
18-29	463	58,7	52,8-64,6	19,0	13,5-24,5	8,4	5,5-11,2	13,9	10,2-17,7
30-44	647	67,3	62,2-72,4	11,0	7,8-14,1	7,7	5,0-10,4	14,0	10,2-18,0
45-59	515	63,6	58,1-69,2	11,6	7,7-15,4	14,6	10,8-18,4	10,2	6,7-13,7
60-69	212	50,1	40,0-60,2	8,6	3,6-13,5	24,6	17,0-32,2	16,8	7,1-26,5
18-69	1837	62,3	59,3-65,3	14,0	11,5-16,4	10,3	8,6-12,0	13,4	11,3-15,6
Mulheres									
18-29	644	28,6	24,1-33,0	16,5	13,0-20,0	17,9	14,0-21,7	37,1	32,0-42,2
30-44	961	31,0	27,1-34,9	18,3	15,1-21,6	14,7	11,7-17,8	36,0	31,9-40,0
45-59	724	22,1	17,7-26,5	9,5	6,7-12,3	21,7	17,1-26,2	46,8	41,0-52,4
60-69	397	15,6	10,7-20,5	9,9	5,7-14,1	15,6	11,4-19,7	58,9	52,2-65,7
18-69	2726	26,9	24,5-29,3	15,1	13,3-16,8	17,4	15,3-19,4	40,7	38,0-43,4
Ambos os Sexos									
18-29	1107	45,0	41,0-48,9	17,9	14,6-21,1	12,7	10,3-15,1	24,5	21,1-27,8
30-44	1608	49,7	46,2-53,2	14,5	12,2-16,9	11,1	9,0-13,3	24,7	21,8-27,5
45-59	1239	41,7	37,9-45,5	10,5	8,1-12,9	18,3	15,3-21,3	29,5	25,7-33,3
60-69	609	30,4	24,8-36,1	9,3	6,1-12,5	19,4	15,4-23,5	40,8	35,1-46,5
18-69	4563	45,0	42,8-47,2	14,5	13,0-16,0	13,8	12,4-15,1	26,7	24,9-28,6

Tabela 7: Percentagem de população adulta segundo a frequência do consumo de bebidas alcoólicas nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Diária	IC de 95%	% 3-6 dias/semana	IC de 95%	% 1-2 dias/semana	IC de 95%	% 1-3 dias/mês	IC de 95%	% Menos de uma vez por mês	
										IC de 95%	IC de 95%
Homens											
18-29	348	1,4	0,3-2,5	9,4	5,7-13,0	22,8	17,3-28,3	27,8	21,4-34,3	38,7	31,4-46,0
30-44	491	9,0	5,7-12,3	15,4	10,5-20,3	36,6	31,1-42,0	15,9	11,8-20,0	23,1	18,1-28,1
45-59	368	14,9	9,7-20,1	21,0	15,7-26,3	22,9	17,1-28,7	20,5	15,4-25,7	20,7	15,1-26,4
60-69	128	18,1	9,4-26,7	27,6	17,6-37,5	20,0	11,6-28,5	18,2	11,0-25,5	16,1	7,8-24,4
18-69	1335	7,6	5,9-9,4	14,7	12,3-17,1	27,9	24,6-31,2	21,5	18,4-24,5	28,3	24,6-32,0
Mulheres											
18-29	298	0,3	0,0-0,9	2,6	0,5-4,7	18,8	12,7-25,0	24,4	17,7-31,0	53,9	46,3-61,4
30-44	461	0,5	0,0-1,2	3,5	1,3-5,7	19,9	15,6-24,2	27,5	22,2-32,9	48,5	42,3-54,7
45-59	227	2,9	0,1-5,7	3,8	0,8-6,8	16,8	10,4-23,3	27,9	19,8-36,0	48,6	39,2-57,9
60-69	89	1,2	0,0-3,1	4,2	0,2-8,1	8,2	1,8-14,5	17,2	6,7-27,6	69,3	57,7-81,0
18-69	1075	0,9	0,3-1,5	3,3	1,9-4,7	18,4	15,4-21,5	26,0	22,5-29,4	51,4	47,4-55,5
Ambos os sexos											
18-29	646	1,0	0,3-1,8	7,2	4,6-9,7	21,5	17,4-25,5	26,7	21,8-31,6	43,6	38,5-48,8
30-44	952	5,9	3,8-7,9	11,0	7,7-14,3	30,4	26,7-34,0	20,2	17,1-23,4	32,6	28,5-36,6
45-59	595	11,1	7,5-14,6	15,5	11,6-19,4	20,9	16,2-25,7	22,9	18,5-27,2	29,6	24,8-34,4
60-69	217	11,9	6,2-17,6	19,0	12,3-25,7	15,7	9,8-21,6	17,8	12,2-23,5	35,6	27,5-43,6
18-69	2410	5,3	4,2-6,4	10,8	9,1-12,4	24,7	22,3-27,0	23,0	20,7-25,3	36,3	33,6-38,9

Tabela 8: Número médio de ocasiões que bebeu pelo menos um copo padrão de bebida alcoólica nos últimos 30 dias, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	251	4,4	3,8-5,0	176	2,3	1,9-2,6	427	3,8	3,3-4,2
30-44	365	7,6	6,5-8,8	272	2,8	2,4-3,3	637	6,1	5,3-7,0
45-59	272	7,4	6,3-8,6	142	3,5	2,3-4,6	414	6,2	5,4-7,1
60-69	102	9,3	6,4-12,2	55	3,2	1,6-4,7	157	7,4	5,3-9,5
18-69	990	6,5	5,9-7,1	645	2,8	2,5-3,1	1635	5,4	4,9-5,8

Tabela 9: Número médio de copo padrão de bebida alcoólica consumido por ocasião entre os consumidores atuais (últimos 30 dias), por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	240	5,5	4,6-6,5	170	2,5	2,1-2,9	410	4,7	4,0-5,4
30-44	351	6,3	5,1-7,6	272	2,8	2,4-3,1	623	5,2	4,3-6,1
45-59	260	4,3	3,5-5,1	140	2,5	2,0-3,1	400	3,8	3,2-4,4
60-69	93	3,1	2,3-4,0	52	2,3	0,4-4,3	145	2,9	2,0-3,8
18-69	944	5,5	4,9-6,1	634	2,6	2,4-2,8	1578	4,6	4,2-5,1

Tabela 10: Média do número máximo de copos padrão de bebidas consumidas numa única ocasião nos últimos 30 dias, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	237	5,8	5,1-6,4	169	2,8	2,4-3,3	406	4,9	4,4-5,4
30-44	351	6,9	5,6-8,1	265	2,8	2,5-3,2	616	5,6	4,7-6,4
45-59	259	5,0	4,1-5,8	138	2,7	2,2-3,2	397	4,3	3,6-4,9
60-69	90	4,0	3,0-5,0	51	1,5	1,2-1,7	141	3,2	2,5-3,9
18-69	937	6,0	5,4-6,5	623	2,7	2,5-3,0	1560	5,0	4,6-5,4

Tabela 11: Percentagem de adultos com níveis de consumo elevado de bebidas alcoólicas (≥ 60 g de etanol nos homens e ≥ 40 g de etanol nas mulheres), por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	% ≥ 60 g	IC de 95%	N	% ≥ 40 g	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	428	20,1	15,4-24,8	626	5,1	3,2-7,0	1054	13,1	10,4-15,9
30-44	580	21,0	16,2-25,7	935	8,0	5,7-10,3	1515	14,4	11,9-16,9
45-59	459	13,4	8,6-18,2	709	4,9	2,0-7,9	1168	8,7	6,0-11,5
60-69	193	6,6	2,8-10,3	393	1,2	0,0-2,6	586	3,4	1,7-5,1
18-69	1660	18,3	15,7-20,9	2663	5,8	4,6-7,0	4323	12,0	10,5-13,5

Tabela 12: Percentagem de adultos segundo os níveis de consumo de bebidas alcoólicas, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Nível elevado (≥60g)	IC de 95%	% Nível intermédio (40-59,9g)	IC de 95%	% Nível inferior (<40g)	IC de 95%
Homens							
18-29	240	36,1	28,8-43,5	22,7	16,8-28,6	41,2	33,4-49,0
30-44	351	33,1	25,9-40,3	21,6	16,4-26,8	45,3	38,2-52,4
45-59	260	22,6	15,0-30,2	20,8	13,5-28,2	56,5	48,3-64,8
60-69	93	14,4	6,2-22,6	8,8	2,1-15,5	76,7	67,0-86,4
18-69	944	31,3	27,1-35,6	21,3	17,8-24,7	47,4	43,0-51,9
Mulheres							
18-29	170	19,6	12,6-26,6	36,3	26,9-45,7	44,1	33,9-54,3
30-44	272	27,3	20,4-34,3	34,3	27,4-41,2	38,4	31,5-45,2
45-59	140	23,8	11,7-36,0	32,6	21,8-43,4	43,6	31,3-55,9
60-69	52	7,9	0,0-17,0	13,3	3,0-23,7	78,7	65,4-92,0
18-69	634	23,1	18,6-27,6	33,6	28,7-38,5	43,3	38,1-48,5
Ambos os sexos							
18-29	410	31,3	25,6-37,1	26,7	21,6-31,7	42,0	35,7-48,4
30-44	623	31,3	26,1-36,4	25,7	21,4-30,0	43,1	37,7-48,5
45-59	400	23,0	16,3-29,7	24,4	18,2-30,5	52,6	45,8-59,5
60-69	145	12,4	6,1-18,6	10,3	4,8-15,7	77,4	69,7-85,0
18-69	1578	28,8	25,5-32,1	25,1	22,2-27,9	46,2	42,6-49,7

Tabela 13: Percentagem de consumidores atuais (últimos 30 dias) segundo a frequência do consumo de bebidas alcoólicas nos últimos 7 dias, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Diária	IC de 95%	% 5-6 dias	IC de 95%	% 3-4 dias	IC de 95%	% 1-2 dias	IC de 95%	% não bebeu	IC de 95%
Homens											
18-29	273	1,6	0,2-3,1	2,6	0,01-5,3	9,4	4,5-14,4	51,5	44,0-59,1	34,8	27,1-42,5
30-44	411	8,6	5,2-12,0	6,0	3,0-9,0	13,7	9,2-18,2	51,1	44,8-57,4	20,6	16,0-25,2
45-59	305	12,1	8,1-16,0	6,7	2,5-10,9	14,6	9,7-19,6	45,3	37,5-53,1	21,3	15,5-27,1
60-69	107	27,5	15,7-39,3	5,0	0,0-10,2	12,8	5,3-20,3	40,5	27,2-53,9	14,2	6,9-21,4
18-69	1096	7,6	5,8-9,4	4,9	3,1-6,6	12,3	9,7-14,9	49,7	45,6-53,7	25,5	21,7-29,3
Mulheres											
18-29	185	0,3	0,0-0,6	0,0	0,0-0,1	3,2	0,0-6,6	59,7	49,8-69,6	36,8	27,1-46,6
30-44	294	0,9	0,0-2,2	2,0	0,0-4,8	3,6	0,7-6,5	58,9	51,8-66,1	34,5	27,7-41,4
45-59	150	5,3	0,7-9,8	0,1	0,0-0,3	4,5	0,0-9,1	61,7	51,6-71,9	28,4	19,4-37,4
60-69	56	9,8	1,1-18,5	-	--	3,7	0,0-8,5	36,4	21,1-51,6	50,2	34,9-65,5
18-69	685	1,9	0,8-3,0	0,9	0,0-2,1	3,6	1,7-5,5	58,6	54,0-63,3	35,0	30,4-39,6
Ambos os sexos											
18-29	458	1,2	0,2-2,3	1,8	0,0-3,8	7,6	4,0-11,3	53,9	47,7-60,1	35,4	29,1-41,6
30-44	705	6,2	3,8-8,6	4,8	2,6-7,0	10,6	7,4-13,9	53,5	48,9-58,0	24,8	21,0-28,6
45-59	455	10,2	7,0-13,4	4,9	1,8-7,9	11,8	8,1-15,6	49,9	43,7-56,0	23,3	18,5-28,0
60-69	163	22,1	13,1-31,1	3,5	0,0-7,2	10,0	4,7-15,3	39,2	29,1-49,4	25,1	17,4-32,9
18-69	1781	6,0	4,6-7,3	3,7	2,4-5,0	9,8	7,9-11,7	52,3	49,1-55,4	28,3	25,2-31,5

Tabela 14: Percentagem de bebidas alcoólicas não declarado consumido nos últimos 7 dias, por tipo, entre todas as bebidas alcoólicas não declaradas consumidas nos últimos 30 dias, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Licor/ ponche produzido em casa	% cerveja ou vinho produzido em casa	% importado não declarado/ não destinado ao consumo	% Grogue e/ou aguardente
Homens					
18-29	16	56,3	6,6	0,4	36,7
30-44	28	5,2	14,3	3,1	77,4
45-59	28	11,9	5,2	3,3	79,7
60-69	15	1,1	14,5	1,0	83,4
18-69	87	17,1	10,7	2,4	69,8
Mulheres					
18-29	18	77,7	18,4	1,5	2,5
30-44	17	69,9	21,6	6,8	1,6
45-59	8	89,6	2,6	1,2	6,6
60-69	3	16,2	3,5	80,3	0,0
18-69	46	73,9	15,7	7,6	2,8
Ambos os sexos					
18-29	34	61,8	9,7	0,7	27,9
30-44	45	10,7	14,9	3,4	71,0
45-59	36	20,8	4,9	3,0	71,3
60-69	18	2,5	13,5	8,4	75,6
18-69	133	24,8	11,4	3,1	60,7

Tabela 15: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, uma vez ou mais por mês, não conseguiram parar de beber depois de ter começado, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	348	6,2	3,1-9,4	298	0,3	0,0-0,6	646	4,3	2,2-6,4
30-44	491	6,4	3,7-9,2	461	1,8	0,5-3,0	952	4,7	2,9-6,5
45-59	368	13,4	8,2-18,6	227	3,4	0,9-5,8	595	10,2	6,5-13,8
60-69	128	4,5	0,2-8,7	89	1,5	0,0-3,7	217	3,4	0,6-6,2
18-69	1335	7,6	5,6-9,6	1075	1,5	0,8-2,2	2410	5,5	4,1-6,9

Tabela 16: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, uma vez ou mais por mês, não conseguiram realizar o que era normalmente esperado por causa da bebida, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	348	5,6	2,3-8,8	298	1,1	0,0-2,2	646	4,1	1,9-6,3
30-44	491	8,5	5,4-11,7	461	0,9	0,0-2,1	952	5,7	3,6-7,7
45-59	368	12,7	7,4-18,0	227	4,4	0,2-8,6	595	10,1	6,2-13,9
60-69	128	3,8	0,0-7,5	89	0,5	0,0-1,6	217	2,6	0,2-5,0
18-69	1335	8,0	6,0-10,0	1075	1,6	0,6-2,5	2410	5,8	4,4-7,1

Tabela 17: Percentagem de adultos que, nos últimos 12 meses, uma vez ou mais por mês, precisou beber pela manhã para voltar ao normal depois de ter bebido, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	348	3,5	1,2-5,7	298	1,0	0,0-2,3	646	2,7	1,1-4,2
30-44	491	12,3	8,1-16,6	461	1,3	0,0-2,6	952	8,2	5,5-10,9
45-59	368	12,3	7,4-17,2	227	1,4	0,0-2,9	595	8,8	5,4-12,2
60-69	128	12,2	4,5-19,8	89	-	--	217	7,7	2,7-12,8
18-69	1335	8,9	6,7-11,2	1075	1,1	0,3-1,9	2410	6,2	4,8-7,7

Tabela 18: Percentagem de adultos que, uma vez ou mais por mês, teve problemas com a família ou parceiro devido ao consumo de bebidas alcoólicas de outra pessoa, nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	463	2,0	0,4-3,5	644	1,3	0,2-2,5	1107	1,7	0,7-2,7
30-44	647	2,5	1,0-4,1	961	1,2	0,4-1,9	1608	1,9	1,0-2,8
45-59	515	4,5	2,0-7,0	724	2,5	1,0-4,0	1239	3,4	2,0-4,9
60-69	212	1,8	0,0-5,2	397	1,9	0,0-3,8	609	1,8	0,0-3,7
18-69	1837	2,7	1,7-3,6	2726	1,6	1,0-2,2	4563	2,1	1,6-2,7

CONSUMO ALIMENTAR

Tabela 19: Número médio de dias de consumo de fruta numa semana, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	417	3,5	3,2-3,8	581	3,9	3,7-4,2	998	3,7	3,5-3,9
30-44	578	3,9	3,7-4,2	874	4,5	4,2-4,7	1452	4,2	4,0-4,4
45-59	438	4,0	3,7-4,3	635	4,1	3,8-4,3	1073	4,0	3,8-4,2
60-69	184	4,1	3,5-4,6	349	3,8	3,4-4,1	533	3,9	3,6-4,2
18-69	1617	3,8	3,6-3,9	2439	4,1	4,0-4,3	4056	4,0	3,8-4,1

Tabela 20: Número médio de dias de consumo de legumes e verduras numa semana, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	422	4,1	3,8-4,4	598	4,3	4,0-4,5	1020	4,2	4,0-4,3
30-44	595	4,1	3,9-4,4	899	4,7	4,5-4,9	1494	4,4	4,3-4,6
45-59	455	4,3	4,1-4,6	662	4,7	4,5-4,9	1117	4,5	4,4-4,7
60-69	187	4,7	4,3-5,0	365	4,4	4,1-4,7	552	4,5	4,3-4,8
18-69	1659	4,2	4,0-4,3	2524	4,5	4,4-4,6	4183	4,4	4,3-4,5

Tabela 21: Número médio de porções de fruta consumido por dia, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	412	1,2	1,1-1,4	576	1,2	1,0-1,3	988	1,2	1,1-1,3
30-44	574	1,4	1,3-1,6	866	1,5	1,4-1,7	1440	1,5	1,4-1,6
45-59	429	1,5	1,1-1,9	625	1,5	1,3-1,6	1054	1,5	1,3-1,7
60-69	182	1,4	1,1-1,7	347	1,3	1,1-1,5	529	1,3	1,1-1,5
18-69	1597	1,4	1,3-1,5	2414	1,4	1,3-1,5	4011	1,4	1,3-1,5

Tabela 22: Número médio de porções de legumes e verduras consumido por dia, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	402	2,2	2,0-2,5	561	1,9	1,7-2,0	963	2,1	1,9-2,2
30-44	561	2,0	1,8-2,2	863	2,4	2,2-2,6	1424	2,2	2,0-2,3
45-59	429	2,2	1,9-2,4	632	2,5	2,3-2,8	1061	2,4	2,2-2,5
60-69	172	2,4	2,0-2,8	351	2,4	2,1-2,8	523	2,4	2,2-2,7
18-69	1564	2,1	2,0-2,3	2407	2,3	2,1-2,4	3971	2,2	2,1-2,3

Tabela 23: Número médio de porções de frutas e/ou legumes e verduras consumidos, por dia, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	434	3,3	3,0-3,6	610	2,9	2,6-3,1	1044	3,1	2,9-3,3
30-44	605	3,3	3,0-3,5	910	3,8	3,5-4,0	1515	3,5	3,3-3,7
45-59	462	3,5	3,0-3,9	664	3,8	3,4-4,2	1126	3,7	3,4-4,0
60-69	193	3,5	3,0-4,1	365	3,5	3,0-3,9	558	3,5	3,1-3,9
18-69	1694	3,3	3,1-3,5	2549	3,5	3,3-3,6	4243	3,4	3,2-3,5

Tabela 24: Percentagem de adultos segundo a quantidade de porções de frutas e/ou legumes e verduras consumido em média, por dia, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% não consome	IC de 95%	% 1-2 porções	IC de 95%	% 3-4 porções	IC de 95%	% ≥5 porções	IC de 95%
Homens									
18-29	434	16,5	12,0-21,0	39,8	33,9-45,8	23,2	18,1-28,4	20,5	15,6-25,3
30-44	605	17,1	13,1-21,0	40,7	36,1-45,3	22,7	18,4-26,9	19,6	15,5-23,6
45-59	462	14,2	10,5-18,0	43,1	37,1-49,0	22,6	17,4-27,7	20,1	14,7-25,5
60-69	193	18,4	10,9-25,9	38,4	28,9-47,8	20,1	9,4-30,7	23,2	15,7-30,7
18-69	1694	16,4	14,0-18,8	40,7	37,6-43,8	22,7	20,0-25,5	20,2	17,5-23,0
Mulheres									
18-29	610	15,8	11,8-19,8	46,9	41,1-52,7	22,1	17,8-26,5	15,1	11,7-18,6
30-44	910	10,6	7,8-13,5	37,6	33,4-41,8	26,3	22,1-30,5	25,5	21,7-29,3
45-59	664	13,9	9,9-17,8	35,7	30,7-40,8	23,8	19,7-27,9	26,6	21,8-31,3
60-69	365	19,5	13,7-25,3	32,6	26,5-38,7	28,3	22,4-34,3	19,5	13,8-25,2
18-69	2549	13,8	11,8-15,7	39,8	36,9-42,7	24,5	22,0-27,1	21,9	19,5-24,2
Ambos os Sexos									
18-29	1044	16,2	13,2-19,2	43,0	39,0-47,1	22,7	19,3-26,1	18,1	14,9-21,2
30-44	1515	13,9	11,2-16,6	39,2	36,0-42,3	24,4	21,5-27,4	22,5	19,7-25,3
45-59	1126	14,1	11,3-16,8	39,2	35,3-43,2	23,2	20,0-26,5	23,5	20,1-26,9
60-69	558	19,0	14,2-23,8	35,1	29,4-40,9	24,7	19,1-30,4	21,1	16,1-26,1
18-69	4243	15,1	13,5-16,7	40,3	38,0-42,5	23,6	21,7-25,5	21,0	19,1-22,9

Tabela 25: Percentagem de população adulta que consome, em média, menos de cinco porções de fruta e/ou legumes ou verduras, por dia, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	434	79,5	74,7-84,4	610	84,9	81,4-88,3	1044	81,9	78,8-85,1
30-44	605	80,4	76,4-84,5	910	74,5	70,7-78,3	1515	77,5	74,7-80,3
45-59	462	79,9	74,5-85,3	664	73,4	68,7-78,2	1126	76,5	73,1-79,9
60-69	193	76,8	69,3-84,3	365	80,5	74,8-86,2	558	78,9	73,9-83,9
18-69	1694	79,8	77,0-82,5	2549	78,1	75,8-80,5	4243	79,0	77,1-80,9

Tabela 26: Percentagem da população adulta que sempre ou frequentemente adicionam sal ou molho salgado aos seus alimentos antes de comer ou ao comerem, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	454	10,3	6,4-14,3	642	11,6	8,0-15,2	1096	10,9	8,2-13,6
30-44	640	5,8	3,8-7,9	956	9,3	6,5-12,0	1596	7,5	5,7-9,3
45-59	503	9,9	6,3-13,4	718	6,0	3,8-8,2	1221	7,8	5,8-9,9
60-69	205	5,4	1,5-9,4	391	3,4	1,5-5,2	596	4,2	2,1-6,3
18-69	1802	8,3	6,3-10,2	2707	8,8	7,2-10,5	4509	8,5	7,2-9,9

Tabela 27: Percentagem da população adulta que comem sempre ou frequentemente alimentos processados ricos em sal, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	459	15,9	11,7-20,2	643	14,1	10,7-17,5	1102	15,1	12,3-18,0
30-44	641	8,5	5,3-11,6	960	10,8	7,9-13,7	1601	9,6	7,4-11,8
45-59	510	5,5	3,2-7,9	723	5,2	3,1-7,3	1233	5,3	3,6-7,1
60-69	209	4,5	0,6-8,5	396	2,2	0,0-5,0	605	3,2	0,9-5,5
18-69	1819	10,5	8,5-12,4	2722	9,9	8,2-11,6	4541	10,2	8,8-11,6

Tabela 28: Percentagem da população adulta segundo a percepção da quantidade de sal consumida, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Muito/demasiado	IC de 95%	% Quantidade necessária		% Pouco /muito	IC de 95%
				%	IC de 95%		
Homens							
18-29	457	8,3	5,1-11,6	61,4	55,7-67,0	30,3	24,9-35,8
30-44	646	4,9	2,9-6,9	62,4	57,2-67,6	32,7	27,5-37,8
45-59	510	6,8	3,9-9,7	57,8	52,3-63,3	35,5	30,0-40,9
60-69	205	4,3	0,8-7,8	58,6	49,6-67,6	37,1	28,3-46,0
18-69	1818	6,5	5,1-7,9	60,9	57,7-64,1	32,6	29,4-35,8
Mulheres							
18-29	641	8,3	5,7-10,9	62,4	57,8-67,0	29,3	25,0-33,6
30-44	955	5,8	3,6-8,0	57,0	52,9-61,1	37,2	33,1-41,3
45-59	723	3,7	1,9-5,5	49,2	44,5-53,9	47,1	42,2-52,0
60-69	396	4,1	1,2-7,1	40,0	33,5-46,6	55,8	49,3-62,4
18-69	2715	6,0	4,7-7,3	55,6	53,2-58,0	38,4	35,9-40,9
Ambos os Sexos							
18-29	1098	8,3	6,2-10,4	61,8	58,1-65,5	29,8	26,5-33,2
30-44	1601	5,3	3,7-6,9	59,8	56,4-63,2	34,9	31,6-38,1
45-59	1233	5,1	3,5-6,8	53,2	49,7-56,7	41,6	37,9-45,3
60-69	601	4,2	1,9-6,4	47,9	42,3-53,5	47,9	42,4-53,5
18-69	4533	6,3	5,3-7,2	58,3	56,4-60,2	35,4	33,6-37,3

Tabela 29: Percentagem da população adulta que declara que consumir demasiado sal pode causar um grave problema de saúde, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	463	96,2	94,2-98,1	644	94,7	92,3-97,1	1107	95,5	94,0-97,0
30-44	647	95,3	92,9-97,7	961	97,3	95,7-98,8	1608	96,2	94,8-97,7
45-59	515	98,1	97,1-99,2	724	98,4	97,6-99,2	1239	98,3	97,6-99,0
60-69	212	97,0	94,9-99,2	397	96,6	94,3-98,8	609	96,8	95,2-98,4
18-69	1837	96,3	95,1-97,5	2726	96,6	95,6-97,7	4563	96,5	95,6-97,3

Tabela 30: Percentagem da população adulta que limita ao consumo de pratos salgados, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	463	81,6	77,0-86,1	644	86,6	83,6-89,6	1107	83,9	81,0-86,8
30-44	647	81,5	77,6-85,4	961	89,4	86,5-92,3	1608	85,3	82,8-87,9
45-59	515	82,6	78,2-87,0	724	88,6	85,7-91,6	1239	85,8	83,2-88,4
60-69	212	87,7	82,9-92,5	397	90,6	86,2-94,9	609	89,3	86,1-92,5
18-69	1837	82,1	79,7-84,5	2726	88,4	86,8-90,0	4563	85,2	83,7-86,7

Tabela 31: Percentagem da população que verifica o teor de sal ou sódio nos rótulos dos alimentos, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	463	15,6	11,2-19,9	644	25,0	20,7-29,4	1107	19,9	16,7-23,1
30-44	647	22,3	17,8-26,8	961	32,9	28,6-37,2	1608	27,5	24,2-30,7
45-59	515	22,3	17,4-27,3	724	26,6	22,1-31,0	1239	24,6	21,2-27,9
60-69	212	16,8	10,0-23,6	397	19,5	14,7-24,2	609	18,3	14,4-22,3
18-69	1837	19,5	17,0-21,9	2726	27,8	25,3-30,4	4563	23,5	21,7-25,4

Tabela 32: Percentagem da população adulta que utiliza especiarias, em substituição do sal, ao cozinhar, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	463	59,4	53,7-65,0	644	69,8	65,4-74,1	1107	64,1	60,6-67,6
30-44	647	61,6	56,2-67,0	961	70,5	66,6-74,4	1608	65,9	62,7-69,2
45-59	515	56,1	50,1-62,0	724	67,6	62,8-72,4	1239	62,1	58,4-65,9
60-69	212	63,6	53,4-73,7	397	61,2	54,2-68,3	609	62,2	56,1-68,4
18-69	1837	59,8	56,4-63,2	2726	68,8	66,2-71,5	4563	64,2	62,2-66,2

Tabela 33: Percentagem da população adulta que evita comer alimentos preparados fora de casa, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	463	39,9	34,1-45,7	644	52,4	47,8-57,0	1107	45,6	41,6-49,6
30-44	647	44,0	38,7-49,3	961	61,6	57,3-65,9	1608	52,5	49,2-55,9
45-59	515	48,1	42,0-54,2	724	63,8	59,2-68,4	1239	56,4	52,8-60,0
60-69	212	46,1	36,8-55,4	397	55,8	48,8-62,8	609	51,6	45,6-57,7
18-69	1837	43,4	40,1-46,6	2726	58,6	55,9-61,4	4563	50,8	48,6-53,1

Tabela 34: Percentagem da população adulta segundo o tipo de gordura utilizada com mais frequência, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Óleo vegetal/Azeites/	95% CI	% Banha ou tocinho	95% CI	% Outro	95% CI	% Não utiliza	95% CI
Homens									
18-29	456	96,9	94,8-99,1	2,9	0,8-5,0	0,0	0,0-0,0	0,2	0,0-0,5
30-44	640	96,1	93,9-98,3	2,8	0,7-4,8	0,8	0,1-1,5	0,3	0,0-0,6
45-59	498	98,2	96,8-99,6	1,6	0,3-3,0	0,1	0,0-0,4	0,0	0,0-0,1
60-69	206	99,5	98,6-100,0	0,0	0,0-0,0	0,5	0,0-1,4	0,0	0,0-0,0
18-69	1800	97,0	95,7-98,4	2,4	1,1-3,8	0,3	0,1-0,6	0,2	0,0-0,4
Mulheres									
18-29	643	98,3	96,8-99,8	0,9	0,0-1,9	0,8	0,0-1,9	0,0	0,0-0,0
30-44	961	96,3	94,0-98,5	2,5	0,6-4,5	1,2	0,3-2,1	0,0	0,0-0,0
45-59	724	94,5	91,5-97,4	4,7	1,9-7,5	0,7	0,0-1,5	0,2	0,0-0,7
60-69	397	94,1	90,0-98,3	5,6	1,5-9,8	0,2	0,0-0,7	0,0	0,0-0,0
18-69	2725	96,3	95,0-97,7	2,7	1,5-4,0	0,9	0,3-1,4	0,1	0,0-0,1
Ambos os Sexos									
18-29	1099	97,6	96,2-98,9	2,0	0,8-3,2	0,4	0,0-0,9	0,1	0,0-0,2
30-44	1601	96,2	94,3-98,1	2,6	0,9-4,4	1,0	0,4-1,6	0,2	0,0-0,3
45-59	1222	96,2	94,4-97,9	3,3	1,6-5,0	0,4	0,0-0,9	0,1	0,0-0,4
60-69	603	96,4	93,9-98,9	3,3	0,8-5,8	0,3	0,0-0,8	0,0	0,0-0,0
18-69	4525	96,7	95,5-97,9	2,6	1,4-3,8	0,6	0,3-0,9	0,1	0,0-0,2

Tabela 35: Percentagem da população adulta que consome alimentos gordurosos sempre/freqüentemente, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	95% CI	N	%	95% CI	N	%	95% CI
18-29	463	23,8	18,8-28,9	644	21,5	17,5-25,5	1107	22,8	19,5-26,0
30-44	647	15,9	12,3-19,4	961	14,3	11,3-17,4	1608	15,1	12,8-17,4
45-59	515	8,7	5,7-11,7	724	6,1	3,8-8,3	1239	7,3	5,5-9,2
60-69	212	4,7	1,4-7,9	397	6,3	3,1-9,6	609	5,6	3,3-7,9
Total	1837	16,8	14,4-19,2	2726	14,2	12,2-16,1	4563	15,5	13,9-17,1

Tabela 36: Percentagem da população adulta segundo a percepção de consumo de gordura,

Grupo Etário (anos)	N	% Muito/ demasiado	IC de 95%	% Quantidade necessária	IC de 95%	% Pouco /muito pouco	IC de 95%
Homens							
18-29	455	18,9	14,3-23,6	46,8	40,7-52,9	34,2	28,7-39,8
30-44	639	9,5	6,6-12,3	53,3	47,9-58,7	37,2	31,8-42,6
45-59	504	6,5	3,9-9,1	50,6	45,0-56,2	42,9	37,4-48,3
60-69	208	4,3	1,0-7,5	48,8	39,0-58,7	46,9	36,9-56,9
18-69	1806	12,1	10,0-14,2	50,1	46,7-53,5	37,8	34,6-40,9
Mulheres							
18-29	635	15,6	12,1-19,1	45,3	40,4-50,3	39,1	34,0-44,2
30-44	951	9,6	7,3-11,9	48,9	44,6-53,2	41,6	37,3-45,8
45-59	718	7,0	4,3-9,7	40,6	35,4-45,8	52,4	47,1-57,7
60-69	396	6,8	3,4-10,2	32,8	26,4-39,2	60,4	53,9-67,0
18-69	2700	10,7	9,0-12,4	44,5	41,9-47,2	44,8	42,0-47,5
Ambos os Sexos							
18-29	1090	17,4	14,5-20,3	46,1	42,2-50,1	36,5	32,5-40,4
30-44	1590	9,5	7,7-11,4	51,1	47,7-54,6	39,3	35,9-42,7
45-59	1222	6,8	5,0-8,6	45,3	41,6-49,0	47,9	44,2-51,6
60-69	604	5,7	3,3-8,1	39,6	34,0-45,2	54,6	48,9-60,3
18-69	4506	11,4	10,1-12,8	47,3	45,1-49,6	41,2	39,1-43,4

Tabela 37: Percentagem de população adulta que consome sempre/freqüentemente alimentos e/ou bebidas açucaradas, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os sexos		
	N	%	95% CI	N	%	95% CI	N	%	95% CI
18-29	463	34,0	28,7-39,4	644	38,9	33,9-44,0	1107	36,3	32,2-40,3
30-44	647	28,3	23,6-33,0	961	28,7	24,8-32,6	1608	28,5	25,4-31,6
45-59	515	31,2	25,6-36,8	724	23,1	18,9-27,2	1239	26,9	23,5-30,3
60-69	212	26,9	19,5-34,3	397	22,1	16,7-27,5	609	24,1	19,7-28,6
Total	1837	30,9	28,2-33,7	2726	30,2	27,8-32,7	4563	30,6	28,7-32,5

Tabela 38: Percentagem de população adulta segundo a perceção de consumo de açúcar, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Muito/demasiado	IC de 95%	% Quantidade necessária	IC de 95%	% Pouco /muito pouco	IC de 95%
Homens							
18-29	460	25,1	20,1-30,0	39,6	33,9-45,4	35,3	29,4-41,1
30-44	645	13,2	10,0-16,4	40,0	34,6-45,5	46,7	41,3-52,2
45-59	508	11,2	7,6-14,9	38,7	32,8-44,5	50,1	44,2-56,0
60-69	212	9,0	4,0-14,1	46,2	37,0-55,4	44,8	35,6-54,0
18-69	1825	17,0	14,6-19,5	40,0	36,9-43,1	43,0	39,7-46,2
Mulheres							
18-29	641	22,0	17,7-26,4	36,8	31,8-41,7	41,2	36,0-46,4
30-44	956	13,8	10,9-16,8	40,0	35,8-44,2	46,2	41,7-50,6
45-59	724	11,2	7,7-14,8	35,8	31,0-40,7	53,0	48,1-57,8
60-69	395	11,4	6,6-16,2	30,6	24,6-36,6	58,0	52,0-64,1
18-69	2716	15,7	13,6-17,8	37,2	34,8-39,7	47,1	44,4-49,7
Ambos os Sexos							
18-29	1101	23,7	20,3-27,1	38,3	34,3-42,4	38,0	33,8-42,1
30-44	1601	13,5	11,4-15,6	40,0	36,6-43,4	46,5	42,8-50,1
45-59	1232	11,2	8,7-13,7	37,2	33,4-40,9	51,6	48,0-55,3
60-69	607	10,4	6,9-13,8	37,3	31,9-42,7	52,3	46,8-57,8
18-69	4541	16,4	14,8-18,0	38,6	36,6-40,6	45,0	42,8-47,1

ATIVIDADE FÍSICA

Tabela 39: Percentagem da população segundo os níveis de classificação da atividade física (vigoroso, moderado e baixo), por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% baixo	IC de 95%	% Moderado	IC de 95%	% Vigoroso	IC de 95%
Homens							
18-29	445	18,4	13,7-23,1	15,0	10,8-19,1	66,6	61,2-72,0
30-44	592	26,3	21,6-30,9	16,8	12,9-20,7	56,9	51,6-62,3
45-59	471	29,5	23,8-35,2	18,3	13,5-23,1	52,2	46,3-58,1
60-69	200	39,2	30,0-48,4	20,6	12,9-28,3	40,2	30,3-50,1
18-69	1708	24,6	21,8-27,5	16,6	14,4-18,8	58,7	55,7-61,8
Mulheres							
18-29	616	52,2	47,4-57,1	21,9	17,7-26,1	25,9	21,2-30,5
30-44	910	43,7	39,2-48,1	21,3	17,5-25,1	35,0	30,5-39,5
45-59	677	41,9	37,2-46,7	20,7	15,9-25,4	37,4	32,2-42,6
60-69	373	54,0	47,2-60,7	19,1	14,1-24,1	26,9	20,4-33,4
18-69	2576	46,9	44,2-49,7	21,2	19,0-23,4	31,9	29,1-34,7
Ambos os Sexos							
18-29	1061	33,8	30,3-37,3	18,1	15,1-21,1	48,1	44,1-52,1
30-44	1502	35,0	31,7-38,3	19,1	16,5-21,6	46,0	42,6-49,4
45-59	1148	36,1	32,4-39,8	19,6	16,3-22,8	44,3	40,6-48,1
60-69	573	47,6	41,8-53,4	19,8	15,1-24,4	32,7	26,9-38,4
18-69	4284	35,7	33,6-37,8	18,9	17,4-20,4	45,4	43,2-47,7

Tabela 40: Percentagem da população que não faz atividade física relacionada com trabalho por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	445	57,4	51,3-63,5	616	73,4	68,5-78,3	1061	64,7	60,5-68,9
30-44	592	55,7	50,1-61,3	910	64,8	60,5-69,0	1502	60,2	56,6-63,9
45-59	471	57,6	51,4-63,7	677	61,9	56,6-67,3	1148	59,9	55,6-64,2
60-69	200	72,7	64,9-80,5	373	66,6	59,4-73,8	573	69,2	63,8-74,6
18-69	1708	57,7	54,4-61,1	2576	67,1	64,2-70,0	4284	62,4	59,9-64,8

Tabela 41: Percentagem da população que não faz atividade física relacionada com a deslocação por grupo etário segundo o sexo.

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	445	29,7	24,4-35,0	616	33,1	28,3-37,9	1061	31,3	27,9-34,6
30-44	592	28,5	23,6-33,5	910	33,3	28,9-37,8	1502	30,9	27,6-34,3
45-59	471	31,4	25,4-37,3	677	28,6	24,5-32,6	1148	29,9	26,4-33,4
60-69	200	31,0	23,0-39,1	373	38,9	32,4-45,4	573	35,5	30,5-40,5
18-69	1708	29,7	26,6-32,7	2576	32,6	30,1-35,1	4284	31,1	29,2-33,1

Tabela 42: Percentagem da população que não faz atividade física relacionada com lazer por grupo etário segundo o sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	445	27,8	22,8-32,7	616	75,5	70,8-80,1	1061	49,4	45,4-53,5
30-44	592	56,7	51,7-61,7	910	78,0	74,3-81,6	1502	67,3	64,1-70,6
45-59	471	65,2	59,5-70,9	677	80,8	77,1-84,5	1148	73,5	70,0-77,0
60-69	200	69,5	59,2-79,8	373	82,4	77,8-87,0	573	76,8	71,4-82,2
18-69	1708	48,0	44,8-51,1	2576	78,2	75,8-80,5	4284	62,9	60,7-65,1

ANTECEDENTES

Tabela 43: Percentagem da população adulta que declara nunca ter sido medida a TA, medido não diagnosticado e diagnosticado HTA, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Nunca medido	IC de 95%	% medido, não diagnosticado	IC de 95%	% diagnosticado, mas não nos últimos 12 meses	IC de 95%	% diagnosticado nos últimos 12 meses	IC de 95%	
Homens										
18-29	463	31,4	25,8-37,0	61,5	56,0-67,0	4,5	2,0-7,0	2,7	1,1-4,2	
30-44	647	13,1	10,2-16,0	75,2	71,4-79,1	6,2	3,8-8,6	5,5	3,5-7,5	
45-59	515	9,6	6,4-12,7	59,5	53,8-65,2	13,7	9,9-17,4	17,3	12,3-22,3	
60-69	212	4,8	1,0-8,6	49,9	40,8-59,0	15,1	8,4-21,7	30,3	22,4-38,2	
18-69	1837	18,8	16,2-21,3	65,5	62,8-68,3	7,5	6,0-9,0	8,2	6,6-9,7	
Mulheres										
18-29	644	7,0	4,4-9,5	85,3	81,9-88,7	6,0	3,7-8,3	1,7	0,8-2,6	
30-44	961	3,0	1,6-4,5	76,4	72,9-79,8	11,8	8,6-14,9	8,8	6,8-10,9	
45-59	724	1,5	0,6-2,4	56,4	51,6-61,2	11,7	8,4-15,0	30,4	25,9-34,8	
60-69	397	2,2	0,6-3,8	35,8	30,0-41,5	18,3	13,9-22,8	43,7	37,2-50,2	
18-69	2726	3,9	2,9-4,9	71,4	69,2-73,6	10,4	8,8-12,0	14,3	12,6-15,9	
Ambos os sexos										
18-29	1107	20,3	16,8-23,8	72,3	68,6-76,0	5,2	3,5-6,8	2,2	1,3-3,2	
30-44	1608	8,2	6,6-9,9	75,8	73,2-78,3	8,9	7,0-10,8	7,1	5,7-8,5	
45-59	1239	5,3	3,7-6,9	57,9	53,9-61,8	12,6	10,2-15,1	24,2	20,7-27,7	
60-69	609	3,3	1,4-5,2	41,9	36,7-47,0	16,9	13,1-20,8	37,9	32,7-43,2	
18-69	4563	11,5	10,0-12,9	68,4	66,5-70,3	8,9	7,8-10,0	11,2	9,9-12,4	

Tabela 44: Percentagem da população adulta que declara ter sido medida, medida não diagnosticada e diagnosticada glucose no sangue, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Nunca medido	IC de 95%	% medido, não diagnosticado	IC de 95%	% diagnosticado, mas não nos últimos 12 meses	IC de 95%	% diagnosticado nos últimos 12 meses	IC de 95%
Homens									
18-29	433	64,9	58,9-70,9	33,6	27,7-39,5	0,4	0,0-1,1	1,0	0,0-3,0
30-44	616	48,6	43,3-53,9	49,9	44,4-55,4	0,3	0,0-0,8	1,1	0,2-2,1
45-59	486	37,2	31,5-42,9	54,8	48,9-60,7	2,6	0,8-4,5	5,3	2,5-8,2
60-69	205	19,9	13,7-26,2	63,8	55,7-71,9	5,5	1,1-9,8	10,8	5,4-16,2
18-69	1740	50,5	47,3-53,7	45,8	42,6-49,1	1,1	0,6-1,7	2,5	1,5-3,5
Mulheres									
18-29	605	42,0	37,0-47,0	57,4	52,4-62,4	0,4	0,0-1,2	0,2	0,0-0,5
30-44	921	28,1	24,0-32,2	70,1	66,0-74,3	0,9	0,3-1,5	0,9	0,3-1,5
45-59	704	25,2	20,7-29,7	67,1	62,3-71,9	1,9	0,6-3,2	5,8	3,5-8,1
60-69	390	18,2	13,7-22,7	65,0	58,9-71,1	4,2	2,2-6,2	12,6	7,8-17,5
18-69	2620	31,0	28,4-33,7	64,9	62,2-67,6	1,3	0,8-1,7	2,8	2,1-3,5
Ambos os sexos									
18-29	1038	54,2	50,1-58,4	44,7	40,6-48,8	0,4	0,0-1,0	0,6	0,0-1,7
30-44	1537	38,6	35,2-42,0	59,7	56,2-63,2	0,6	0,2-1,0	1,0	0,4-1,6
45-59	1190	30,8	27,2-34,4	61,4	57,6-65,1	2,2	1,2-3,3	5,6	3,7-7,5
60-69	595	18,9	15,2-22,7	64,5	59,5-69,4	4,7	2,4-7,0	11,9	8,3-15,4
18-69	4360	40,9	38,6-43,1	55,3	53,1-57,5	1,2	0,8-1,6	2,7	2,0-3,3

Tabela 45: Percentagem da população adulta que declara ter sido medida e diagnosticada o colesterol, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Nunca medido	IC de 95%	% medido, não diagnosticado	IC de 95%	% diagnosticado, mas não nos últimos 12 meses	IC de 95%	% diagnosticado nos últimos 12 meses	IC de 95%
Homens									
18-29	421	83,0	77,7-88,2	16,7	11,6-21,9	0,3	0,0-0,8	0,0	0,0-0,0
30-44	598	66,1	61,0-71,1	30,2	25,2-35,2	2,1	0,6-3,6	1,6	0,5-2,7
45-59	465	50,1	43,8-56,4	38,1	31,8-44,3	5,8	2,8-8,8	6,0	3,2-8,7
60-69	196	30,1	22,4-37,8	53,2	43,8-62,6	8,1	2,7-13,5	8,6	3,7-13,5
18-69	1680	67,1	63,7-70,5	28,1	24,8-31,4	2,5	1,7-3,4	2,3	1,5-3,1
Mulheres									
18-29	576	65,1	59,9-70,3	32,7	27,7-37,7	0,6	0,1-1,0	1,7	0,0-3,5
30-44	899	46,1	41,7-50,5	45,3	40,8-49,7	4,6	2,8-6,4	4,0	2,4-5,6
45-59	689	35,5	30,6-40,3	41,6	36,2-47,0	10,8	7,6-13,9	12,2	9,1-15,3
60-69	380	26,8	21,4-32,2	40,1	33,2-47,0	12,3	7,5-17,1	20,8	15,2-26,5
18-69	2544	48,0	45,2-50,8	40,0	37,2-42,8	5,4	4,3-6,5	6,6	5,4-7,7
Ambos os sexos									
18-29	997	74,9	71,2-78,6	23,9	20,4-27,5	0,4	0,1-0,8	0,7	0,0-1,6
30-44	1497	56,3	52,7-59,9	37,6	34,1-41,1	3,4	2,2-4,5	2,8	1,7-3,8
45-59	1154	42,2	38,2-46,3	40,0	35,9-44,1	8,5	6,4-10,6	9,3	7,3-11,3
60-69	576	28,2	23,7-32,8	45,7	39,7-51,7	10,5	6,9-14,1	15,6	11,6-19,6
18-69	4224	57,7	55,4-60,0	34,0	31,8-36,2	3,9	3,2-4,7	4,4	3,7-5,1

Tabela 46: Percentagem da população adulta diagnosticado diabetes que declara tomar medicamentos orientado por um médico ou outro profissional de saúde segundo o tipo de medicamento, por sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Antidiabéticos orais		% insulina		% Antidiabéticos orais e insulina	
		IC de 95%		IC de 95%		IC de 95%	
Homens							
18-29	1	0,0	0,0-0,0	100,0	100,0-100,0	0,0	0,0-0,0
30-44	4	81,9	46,7-100,0	18,1	0,0-53,3	0,0	0,0-0,0
45-59	21	74,0	47,4-100,0	17,9	0,0-40,9	8,1	0,0-24,1
60-69	25	85,6	70,5-100,0	11,8	0,0-26,1	2,6	0,0-7,9
18-69	51	68,2	45,1-91,4	27,6	4,3-50,8	4,2	0,0-11,2
Mulheres							
18-29	1	0,0	0,0-0,0	100,0	100,0-100,0	0,0	0,0-0,0
30-44	12	68,4	45,5-91,2	22,5	0,0-46,3	9,1	0,0-22,7
45-59	43	84,1	72,6-95,6	6,9	0,0-14,7	9,0	0,1-18,0
60-69	46	85,1	74,2-96,1	5,7	0,0-13,3	9,1	0,9-17,3
18-69	102	80,6	72,5-88,7	10,5	3,3-17,6	8,9	3,3-14,6
Ambos os Sexos							
18-29	2	0,0	0,0-0,0	100,0	100,0-100,0	0,0	0,0-0,0
30-44	16	73,1	51,9-94,3	21,0	0,4-41,5	5,9	0,0-14,7
45-59	64	79,7	66,8-92,6	11,7	1,0-22,4	8,6	0,3-17,0
60-69	71	85,4	76,2-94,6	8,7	0,8-16,7	5,9	1,0-10,7
18-69	153	74,7	62,2-87,1	18,7	6,0-31,3	6,7	2,3-11,1

Tabela 47: Percentagem da população adulta que já teve doenças cardiovasculares (ataque cardíaco ou dor no peito por doença cardíaca (angina) ou um AVC), por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	463	2,4	0,7-4,0	644	3,8	1,7-5,9	1107	3,0	1,6-4,4
30-44	647	2,4	0,6-4,2	961	2,9	1,7-4,2	1608	2,7	1,6-3,7
45-59	515	4,4	2,0-6,8	724	3,4	1,9-4,9	1239	3,9	2,5-5,2
60-69	212	9,0	3,9-14,2	397	8,5	4,8-12,2	609	8,7	5,8-11,7
Total	1837	3,2	2,1-4,2	2726	3,8	2,8-4,8	4563	3,5	2,7-4,2

Tabela 48: Percentagem da população adulta com três ou mais diagnóstico de doenças crônicas, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	441	0,2	0,0-0,5	613	0,5	0,0-1,3	1054	0,3	0,0-0,7
30-44	605	0,3	0,0-0,8	931	1,4	0,6-2,2	1536	0,9	0,4-1,4
45-59	483	3,0	0,5-5,4	700	3,5	2,0-5,0	1183	3,2	1,8-4,7
60-69	190	7,8	2,8-12,8	379	10,5	6,3-14,7	569	9,4	6,1-12,6
Total	1719	1,2	0,6-1,8	2623	2,3	1,7-2,9	4342	1,8	1,3-2,2

Tabela 49: Percentagem da população adulta que toma aspirina regularmente para prevenir ou tratar doenças cardíacas, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (ano)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	463	0,1	0,0-0,3	644	0,3	0,0-0,7	1107	0,2	0,0-0,4
30-44	647	1,2	0,0-2,5	961	2,3	1,1-3,4	1608	1,7	0,9-2,5
45-59	515	3,3	0,8-5,9	724	11,5	8,5-14,6	1239	7,6	5,5-9,8
60-69	212	7,9	3,3-12,5	397	23,8	17,9-29,7	609	17,0	13,1-20,8
Total	1837	1,6	0,8-2,4	2726	5,5	4,4-6,6	4563	3,5	2,8-4,2

Tabela 50: Percentagem da população adulta que toma estatinas regularmente para prevenir ou tratar doenças cardíacas, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	463	0,2	0,0-0,5	644	0,0	0,0-0,0	1107	0,1	0,0-0,3
30-44	647	1,0	0,1-2,0	961	1,3	0,3-2,3	1608	1,2	0,5-1,8
45-59	515	3,6	1,0-6,2	724	7,4	5,1-9,6	1239	5,6	4,0-7,2
60-69	212	8,3	3,4-13,1	397	13,7	8,8-18,6	609	11,4	7,9-14,8
Total	1837	1,7	0,9-2,4	2726	3,3	2,5-4,0	4563	2,4	2,0-2,9

CONSELHOS DE ESTILO DE VIDA

Tabela 51: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a deixar de usar tabaco ou a não começar, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	180	19,8	11,9-27,7	407	16,8	12,1-21,5	587	18,1	13,9-22,3
30-44	287	19,9	14,2-25,7	653	23,2	18,5-27,8	940	21,8	18,1-25,5
45-59	266	31,0	23,9-38,1	507	19,3	14,4-24,3	773	24,2	20,2-28,2
60-69	116	27,9	17,2-38,5	288	17,6	12,4-22,9	404	21,5	16,1-26,8
18-69	849	23,0	19,2-26,9	1855	19,8	17,0-22,7	2704	21,2	18,9-23,5

Tabela 52: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a reduzir o sal na dieta, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	180	24,8	16,5-33,2	407	32,6	26,6-38,6	587	29,2	24,3-34,0
30-44	287	33,0	25,7-40,3	653	42,6	37,6-47,7	940	38,5	34,2-42,9
45-59	266	57,2	49,9-64,4	507	59,8	54,0-65,6	773	58,7	54,4-63,0
60-69	116	66,5	55,5-77,4	288	68,8	61,7-76,0	404	67,9	61,8-74,1
18-69	849	38,5	34,0-42,9	1855	46,1	42,8-49,4	2704	42,9	40,2-45,6

Tabela 53: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a comer pelo menos cinco porções de fruta e/ou legumes e verduras por dia, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	180	31,9	23,0-40,8	407	36,8	30,5-43,1	587	34,6	29,6-39,7
30-44	287	36,5	29,1-43,8	653	46,6	41,3-51,8	940	42,3	37,7-46,8
45-59	266	49,2	41,5-56,8	507	54,2	48,6-59,8	773	52,1	47,7-56,4
60-69	116	67,9	57,6-78,1	288	58,7	51,2-66,1	404	62,1	55,8-68,4
18-69	849	40,2	35,7-44,8	1855	46,6	43,2-50,0	2704	43,9	41,3-46,5

Tabela 54: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a reduzir a gordura, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	180	25,2	17,0-33,5	407	36,7	30,7-42,7	587	31,6	26,6-36,6
30-44	287	36,2	28,8-43,5	653	48,6	43,3-53,9	940	43,3	38,9-47,7
45-59	266	52,3	44,9-59,7	507	61,8	56,1-67,6	773	57,8	53,3-62,3
60-69	116	67,1	56,4-77,9	288	64,4	56,5-72,3	404	65,4	59,1-71,7
18-69	849	38,7	34,1-43,3	1855	49,6	46,4-52,8	2704	45,0	42,3-47,6

Tabela 55: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a iniciar ou fazer mais atividade física, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	180	32,8	23,6-42,0	407	35,4	29,4-41,4	587	34,2	28,9-39,6
30-44	287	39,7	32,1-47,4	653	49,3	44,3-54,3	940	45,2	41,0-49,4
45-59	266	51,0	43,1-58,9	507	61,0	55,3-66,7	773	56,8	52,0-61,7
60-69	116	62,0	50,5-73,4	288	59,6	51,7-67,4	404	60,4	53,8-67,1
18-69	849	41,8	37,1-46,4	1855	48,9	45,9-51,9	2704	45,9	43,2-48,5

Tabela 56: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a manter um peso corporal saudável ou a perder peso, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	180	24,7	16,5-32,9	407	33,1	27,0-39,1	587	29,4	24,2-34,5
30-44	287	35,8	28,3-43,3	653	44,3	39,3-49,3	940	40,7	36,4-44,9
45-59	266	43,0	35,0-51,0	507	50,1	43,8-56,4	773	47,1	41,8-52,5
60-69	116	60,9	49,6-72,3	288	48,1	39,9-56,2	404	52,9	46,1-59,6
18-69	849	35,7	31,2-40,3	1855	42,7	39,6-45,7	2704	39,7	37,0-42,4

Tabela 57: Percentagem da população adulta aconselhado por médico ou outro profissional de saúde a reduzir bebidas açucaradas, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	180	27,5	17,7-37,3	407	34,1	28,1-40,2	587	31,2	26,0-36,4
30-44	287	31,0	23,4-38,6	653	38,1	33,4-42,7	940	35,1	30,8-39,3
45-59	266	45,0	37,4-52,5	507	46,5	40,7-52,4	773	45,9	41,2-50,5
60-69	116	55,6	42,3-68,9	288	50,7	43,1-58,2	404	52,5	45,8-59,3
18-69	849	34,9	30,3-39,6	1855	40,1	36,9-43,2	2704	37,9	35,2-40,5

RASTREIO DE CANCRO COLO DE ÚTERO

Tabela 58: Percentagem de mulheres segundo o resultado do último teste de cancro do colo do útero, por grupo etário

Grupo Etário (anos)	N	% não recebeu	IC de 95%	% Normal/negativo	IC de 95%	% Anormal/positivo	IC de 95%	% Inconclusivo	IC de 95%
18-29	145	3,2	0,5-6,0	96,3	93,5-99,2	0,4	0,0-1,0	0,0	0,0-0,0
30-44	494	4,9	2,8-7,0	92,5	89,5-95,5	1,9	0,0-3,9	0,7	0,0-1,6
45-59	408	4,5	2,4-6,7	91,6	88,6-94,6	3,3	1,2-5,4	0,6	0,0-1,4
60-69	182	4,3	0,2-8,3	90,7	85,7-95,8	5,0	1,5-8,5	0,0	0,0-0,0
18-69	1229	4,4	3,2-5,7	92,8	91,0-94,5	2,3	1,3-3,4	0,5	0,0-0,9

Tabela 59: Percentagem de mulheres segundo o principal motivo para nunca ter feito um teste de cancro do colo do útero, por grupo etário

Grupo Etário (anos)	N	% não sabe onde fazer o teste	IC de 95%	% Vergonha/medo/Crenças culturais	IC de 95%	% Muito caro	IC de 95%
18-29	481	37,8	31,7-43,8	8,9	5,4-12,4	9,6	5,8-13,5
30-44	439	29,7	23,6-35,8	6,7	4,1-9,3	14,7	10,6-18,9
45-59	273	39,2	31,2-47,2	6,7	2,7-10,8	16,9	11,0-22,8
60-69	183	46,8	36,5-57,0	3,5	1,1-6,0	16,2	8,8-23,7
18-69	1376	36,0	32,4-39,7	7,4	5,4-9,5	13,0	10,6-15,3

Continuação

Grupo Etário (anos)	N	% Não teve tempo	IC de 95%	% Outros*	IC de 95%	% Não sabe/recusou	IC de 95%
18-29	481	6,5	3,4-9,6	1,0	0,2-1,8	36,2	30,8-41,6
30-44	439	10,4	6,3-14,6	2,8	0,6-5,0	35,7	29,0-42,5
45-59	273	6,9	3,0-10,7	3,6	0,1-7,0	26,8	19,6-33,9
60-69	183	3,6	0,0-7,4	0,7	0,0-1,4	29,2	20,7-37,8
18-69	1376	7,6	5,5-9,8	2,0	1,0-3,0	34,0	30,5-37,5

*Má qualidade de serviço/ Clínica muito longe/ Membro da família não permitiria

SAÚDE ORAL

Tabela 60: Percentagem da população que não têm dentes naturais, 1-9 dentes naturais, 10-19 dentes naturais ou com 20 ou mais dentes naturais, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Sem dentes naturais	IC de 95%	% 1 - 9 dentes naturais	IC de 95%	% 10 - 19 dentes naturais	IC de 95%	% ≥ 20 dentes naturais	IC de 95%
Homens									
18-29	457	0,0	0,0-0,0	0,0	0,0-0,0	1,0	0,0-2,0	99,0	98,0-100,0
30-44	628	0,0	0,0-0,0	0,4	0,0-0,9	3,9	1,8-5,9	95,8	93,7-97,9
45-59	496	0,9	0,2-1,7	2,9	0,8-5,0	13,0	9,3-16,6	83,2	78,8-87,6
60-69	204	3,6	0,9-6,4	12,0	7,5-16,4	20,9	13,7-28,2	63,5	55,0-72,0
18-69	1785	0,4	0,2-0,6	1,4	0,9-1,9	5,5	4,2-6,7	92,7	91,3-94,1
Mulheres									
18-29	628	0,0	0,0-0,0	0,2	0,0-0,6	1,7	0,5-2,9	98,1	96,8-99,3
30-44	932	0,2	0,0-0,5	1,0	0,4-1,6	9,2	6,9-11,4	89,6	87,3-91,9
45-59	687	3,8	2,3-5,4	6,6	4,5-8,8	25,8	21,0-30,6	63,8	58,6-68,9
60-69	378	13,8	8,9-18,8	17,4	12,1-22,7	32,6	26,8-38,4	36,1	29,6-42,7
18-69	2625	2,0	1,5-2,6	3,3	2,6-4,0	12,3	10,8-13,8	82,3	80,6-84,0
Ambos os sexos									
18-29	1085	0,0	0,0-0,0	0,1	0,0-0,3	1,3	0,5-2,1	98,6	97,8-99,4
30-44	1560	0,1	0,0-0,2	0,7	0,3-1,1	6,4	4,8-8,0	92,8	91,1-94,4
45-59	1183	2,5	1,5-3,4	4,9	3,4-6,4	19,7	16,6-22,8	73,0	69,5-76,4
60-69	582	9,4	6,2-12,6	15,0	11,4-18,6	27,5	23,0-32,0	48,1	42,3-53,9
18-69	4410	1,2	0,9-1,5	2,3	1,9-2,8	8,8	7,8-9,8	87,7	86,5-88,8

Tabela 61: Percentagem da população adulta que considera ter mau ou muito mau estado dos dentes, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	458	10,0	6,4-13,5	636	15,2	11,5-18,9	1094	12,4	9,7-15,0
30-44	640	9,7	7,2-12,3	943	22,2	18,2-26,3	1583	15,8	13,4-18,1
45-59	506	21,1	16,3-25,9	686	31,6	26,4-36,8	1192	26,6	23,0-30,2
60-69	200	26,2	18,8-33,7	341	48,2	41,1-55,2	541	38,1	32,8-43,5
18-69	1804	13,0	10,8-15,1	2606	23,9	21,5-26,2	4410	18,2	16,6-19,8

Tabela 62: Percentagem da população adulta que considera ter mau ou muito mau estado das gengivas, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	461	5,1	2,8-7,4	636	9,5	6,2-12,9	1097	7,1	5,1-9,1
30-44	641	5,4	3,5-7,3	943	7,3	5,6-9,0	1584	6,3	5,1-7,5
45-59	510	10,3	6,5-14,1	714	11,7	8,3-15,2	1224	11,1	8,5-13,6
60-69	210	7,5	3,2-11,8	391	25,8	19,8-31,9	601	18,0	13,9-22,1
18-69	1822	6,4	4,9-7,8	2684	10,6	8,8-12,4	4506	8,4	7,3-9,6

Tabela 63: Percentagem da população adulta que considera ter mau ou muito mau estado da boca (mucosa), por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	459	2,5	1,0-4,0	637	3,4	1,5-5,4	1096	2,9	1,6-4,2
30-44	641	2,4	1,2-3,6	947	4,7	2,7-6,7	1588	3,5	2,4-4,6
45-59	508	4,9	2,9-6,9	714	7,3	4,8-9,8	1222	6,2	4,5-7,8
60-69	209	9,8	4,8-14,8	395	19,9	13,9-25,9	604	15,6	11,5-19,6
18-69	1817	3,3	2,4-4,3	2693	6,1	4,8-7,4	4510	4,7	3,9-5,5

Tabela 64: Percentagem da população adulta com próteses removíveis, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	52	33,4	18,7-48,1	42	35,2	19,7-50,7	94	34,0	23,4-44,5
30-44	49	43,3	22,6-64,1	55	38,2	21,1-55,2	104	41,1	26,0-56,3
45-59	21	33,8	10,7-56,9	37	52,2	29,8-74,7	58	42,8	26,4-59,3
60-69	12	48,4	11,6-85,1	8	24,7	0,0-60,4	20	36,4	9,6-63,1
18-69	134	37,2	25,9-48,5	142	39,1	27,9-50,2	276	37,9	29,4-46,5

Tabela 65: Percentagem da população adulta que teve dor ou desconforto na cavidade oral, nos últimos 12 meses, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	463	30,0	24,1-35,8	644	39,7	34,8-44,6	1107	34,4	30,7-38,1
30-44	647	20,2	16,3-24,0	961	33,2	29,5-36,9	1608	26,5	23,9-29,1
45-59	515	23,8	19,3-28,3	724	36,2	31,0-41,4	1239	30,4	26,7-34,0
60-69	212	24,9	17,5-32,3	397	32,0	25,6-38,4	609	28,9	23,9-33,9
18-69	1837	24,8	21,9-27,8	2726	35,9	33,4-38,4	4563	30,2	28,4-32,1

Tabela 66: Percentagem da população adulta segundo o principal motivo da última consulta ao dentista, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Sem dentes naturais	IC de 95%	% 1 - 9 dentes naturais	IC de 95%	% 10 - 19 dentes naturais	IC de 95%	% ≥ 20 dentes naturais	IC de 95%
Homens									
18-29	463	14,3	9,4-19,3	25,0	19,6-30,4	33,7	28,5-38,9	27,0	21,6-32,4
30-44	647	10,1	7,2-13,1	22,6	18,3-26,9	46,4	41,1-51,8	20,8	16,1-25,5
45-59	515	9,4	5,8-13,0	25,5	20,2-30,7	44,6	38,7-50,6	20,5	15,4-25,6
60-69	212	19,7	9,2-30,2	22,4	15,5-29,3	45,2	36,0-54,3	12,8	7,6-18,0
18-69	1837	12,1	9,8-14,4	24,0	21,3-26,8	41,2	38,2-44,3	22,6	19,7-25,5
Mulheres									
18-29	644	10,6	7,6-13,7	28,4	23,6-33,2	36,6	31,8-41,4	24,4	20,0-28,8
30-44	961	19,7	16,2-23,1	33,2	29,0-37,3	38,0	34,0-42,0	9,2	6,8-11,6
45-59	724	15,7	12,2-19,2	28,8	24,5-33,2	44,7	40,0-49,4	10,7	7,3-14,1
60-69	397	7,0	4,2-9,8	25,8	20,1-31,5	54,0	47,8-60,2	13,2	8,7-17,7
18-69	2726	14,8	12,9-16,7	30,0	27,6-32,4	40,4	38,0-42,8	14,8	12,8-16,8
Ambos os sexos									
18-29	1107	12,6	9,6-15,6	26,5	22,9-30,2	35,0	31,3-38,7	25,8	22,2-29,4
30-44	1608	14,8	12,2-17,3	27,7	24,6-30,8	42,3	38,8-45,9	15,2	12,4-18,0
45-59	1239	12,8	10,2-15,4	27,2	23,8-30,7	44,7	41,0-48,4	15,3	12,2-18,5
60-69	609	12,5	7,4-17,5	24,3	19,8-28,9	50,2	45,0-55,4	13,0	9,6-16,4
18-69	4563	13,4	11,9-15,0	27,0	25,1-28,8	40,8	38,8-42,8	18,8	16,9-20,7

Tabela 67: Percentagem da população adulta que limpa os dentes pelo menos duas vezes ao dia, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	463	89,7	86,1-93,4	644	92,2	89,5-94,9	1107	90,9	88,6-93,2
30-44	647	89,5	86,0-93,0	959	95,3	93,7-97,0	1606	92,3	90,3-94,3
45-59	508	90,4	87,2-93,7	694	89,8	86,2-93,5	1202	90,1	87,6-92,7
60-69	202	87,8	82,5-93,0	347	85,7	81,1-90,3	549	86,6	83,2-90,1
18-69	1820	89,7	87,6-91,7	2644	92,4	90,8-93,9	4464	91,0	89,6-92,4

Tabela 68: Percentagem da população que usam pasta de dentes, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	463	99,3	98,5-100,0	642	99,5	99,0-100,0	1105	99,4	98,9-99,9
30-44	645	99,1	98,3-99,9	960	99,3	98,8-99,7	1605	99,2	98,7-99,7
45-59	513	98,9	97,6-100,0	724	98,7	97,6-99,7	1237	98,8	97,9-99,6
60-69	212	96,4	92,9-99,8	397	96,8	94,8-98,8	609	96,6	94,7-98,5
18-69	1833	99,0	98,5-99,5	2723	99,0	98,6-99,4	4556	99,0	98,7-99,3

Tabela 69: Percentagem da população que usam pasta de dentes com flúor, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	194	75,0	68,1-82,0	275	75,9	69,3-82,4	469	75,4	70,6-80,2
30-44	322	71,9	64,9-79,0	464	81,6	77,2-86,0	786	76,5	72,2-80,8
45-59	216	78,6	71,1-86,0	302	65,9	58,5-73,3	518	72,4	67,1-77,7
60-69	93	73,6	61,6-85,7	145	58,1	47,5-68,7	238	65,7	57,3-74,2
18-69	825	74,4	70,3-78,5	1186	75,0	71,8-78,2	2011	74,7	71,9-77,4

SAÚDE MENTAL/SUICÍDIO

Tabela 70: Percentagem de adultos que já tentou o suicídio segundo os métodos utilizados na última tentativa de suicídio, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% navalha, faca ou outro instrumento afiado	IC de 95%	% overdose de medicamento	IC de 95%	% overdoses e de outra substância	IC de 95%	% envenenamento com pesticidas	IC de 95%	% Enforcamento	IC de 95%	% outros	IC de 95%
Homens													
18-29	2	0,0	0,0-0,0	94,7	78,7-100,0	0,0	0,0-0,0	--	-	0,0	0,0-0,0	5,3	0,0-21,3
30-44	5	0,0	0,0-0,0	22,3	0,0-70,9	0,0	0,0-0,0	--	-	77,7	29,1-100,0	0,0	0,0-0,0
45-59	6	21,5	0,0-75,8	0,0	0,0-0,0	50,2	0,0-100,0	--	-	17,2	0,0-44,9	11,0	0,0-31,1
60-69	2	0,0	0,0-0,0	0,0	0,0-0,0	0,0	0,0-0,0	--	-	100,0	100,0-100,0	0,0	0,0-0,0
Total	15	4,8	0,0-17,9	43,8	0,0-100,0	11,3	0,0-39,7	--	-	35,6	5,4-65,8	4,5	0,0-11,0
Mulheres													
18-29	18	9,3	0,0-23,8	27,3	3,4-51,3	10,0	0,0-29,4	0,0	0,0-0,0	39,3	8,7-70,0	19,3	0,0-52,3
30-44	23	3,9	0,0-12,0	16,6	0,4-32,8	4,6	0,0-14,2	9,5	0,0-23,7	39,4	7,8-70,9	26,0	0,0-52,3
45-59	11	9,3	0,0-28,0	18,3	0,0-42,7	0,0	0,0-0,0	15,9	0,0-45,4	8,9	0,0-32,0	17,2	0,0-39,8
60-69	2	0,0	0,0-0,0	0,0	0,0-0,0	0,0	0,0-0,0	0,0	0,0-0,0	36,1	18,5-53,7	91,1	68,0-100,0
Total	54	6,9	0,0-14,7	21,4	8,4-34,4	6,6	0,0-16,5	5,5	0,0-12,0	39,3	8,7-70,0	23,5	4,5-42,4
Ambos os sexos													
18-29	20	7,5	0,0-19,5	39,9	10,1-69,7	8,2	0,0-24,2	0,0	0,0-0,0	27,7	5,3-50,1	16,7	0,0-44,5
30-44	28	3,2	0,0-9,7	17,7	2,2-33,2	3,8	0,0-11,4	7,7	0,0-18,9	46,6	21,0-72,2	21,1	0,0-42,7
45-59	17	13,9	0,0-33,5	11,3	0,0-27,0	19,1	0,0-51,4	9,8	0,0-28,8	31,0	4,7-57,2	14,9	0,0-31,2
60-69	4	0,0	0,0-0,0	0,0	0,0-0,0	0,0	0,0-0,0	0,0	0,0-0,0	46,5	0,0-100,0	53,5	0,0-100,0
Total	69	6,5	0,0-12,9	26,4	10,3-42,4	7,6	0,0-16,6	4,3	0,0-9,4	36,0	20,8-51,2	19,3	3,9-34,7

MEDIDAS FÍSICAS

Tabela 71: Média da altura (em centímetro) da população adulta, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	463	176,8	176,0-177,7	609	163,7	162,9-164,4
30-44	645	175,4	174,3-176,4	914	162,7	162,2-163,2
45-59	509	172,7	171,8-173,6	718	160,2	159,2-161,1
60-69	207	171,3	169,9-172,6	394	159,7	158,7-160,7
18-69	1824	175,2	174,6-175,7	2635	162,2	161,7-162,6

Tabela 72: Média do peso (em quilograma) da população adulta, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	461	69,7	68,6-70,7	610	63,3	62,0-64,7
30-44	646	75,8	73,9-77,7	916	72,6	71,5-73,8
45-59	508	74,8	73,2-76,5	722	72,0	70,5-73,4
60-69	207	74,8	71,7-78,0	396	69,4	67,3-71,5
18-69	1822	73,3	72,2-74,3	2644	69,2	68,4-70,0

Tabela 73: Índice de massa corporal (IMC) médio (kg/m²) da população adulta, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	461	22,3	22,0-22,6	609	23,6	23,1-24,0	1070	22,9	22,6-23,1
30-44	645	24,7	24,1-25,3	914	27,4	27,0-27,8	1559	25,9	25,6-26,3
45-59	507	25,1	24,6-25,6	718	28,1	27,5-28,8	1225	26,7	26,2-27,1
60-69	205	25,2	24,4-26,1	394	27,3	26,6-28,0	599	26,4	25,8-27,0
18-69	1818	23,9	23,6-24,2	2635	26,3	26,0-26,6	4453	25,1	24,8-25,3

Tabela 74: Percentagem da população segundo a categoria de IMC (magra, peso normal, sobrepeso, obeso), por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% Magra <18,5	IC de 95%	% Peso Normal 18,5-24,9	IC de 95%	% sobrepeso 25,0-29,9	IC de 95%	% Obeso ≥30,0	IC de 95%
Homens									
18-29	461	6,7	4,1-9,4	76,3	71,6-81,0	15,4	11,1-19,7	1,5	0,3-2,8
30-44	645	2,4	1,0-3,7	55,6	49,9-61,3	33,8	28,6-39,0	8,2	4,8-11,7
45-59	507	3,0	1,3-4,7	49,3	43,4-55,1	35,7	30,3-41,2	12,0	7,6-16,3
60-69	205	4,7	1,0-8,3	43,9	33,8-53,9	39,4	29,8-49,0	12,1	6,5-17,6
18-69	1818	4,3	2,9-5,6	61,5	58,1-64,9	27,6	24,7-30,5	6,7	5,0-8,4
Mulheres									
18-29	609	9,5	6,4-12,6	57,7	52,3-63,1	23,4	18,9-27,89	9,4	6,9-12,0
30-44	914	1,0	0,3-1,6	35,3	31,0-39,7	37,1	32,8-41,49	26,7	23,2-30,1
45-59	718	1,6	0,6-2,6	30,4	26,1-34,7	35,1	30,6-39,6	33,0	28,6-37,4
60-69	394	2,9	1,0-4,8	32,8	25,9-39,6	39,4	33,3-45,5	24,9	19,4-30,5
18-69	2635	4,0	2,9-5,1	41,1	38,4-43,8	32,4	30,1-34,7	22,5	20,4-24,5
Ambos os sexos									
18-29	1070	7,9	6,0-9,9	68,1	64,4-71,9	18,9	15,6-22,2	5,0	3,7-6,3
30-44	1559	1,7	0,9-2,5	46,0	42,3-49,7	35,3	31,9-38,8	17,0	14,4-19,5
45-59	1225	2,3	1,3-3,2	39,3	35,8-42,7	35,4	31,9-38,9	23,1	19,9-26,3
60-69	599	3,6	1,7-5,5	37,5	31,5-43,5	39,4	34,0-44,8	19,5	15,4-23,6
18-69	4453	4,1	3,3-5,0	51,7	49,3-54,0	29,9	28,0-31,8	14,3	12,9-15,7

Tabela 75: Percentagem da população adulta obesa segundo o meio de residência, por grupo etário

Grupo Etário (anos)	Urbano			Rural		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	624	6,0	4,2-7,7	446	3,3	1,6-5,1
30-44	939	16,9	13,9-20,0	620	17,0	12,4-21,6
45-59	696	27,0	22,8-31,2	529	15,9	11,2-20,6
60-69	304	24,1	18,2-30,0	295	13,4	8,1-18,7
18-69	2563	15,8	14,0-17,5	1890	11,4	9,1-13,7

Tabela 76: Média de Perímetro abdominal da população adulta, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	463	76,2	75,3-77,0	610	76,3	74,8-77,8
30-44	645	84,3	82,8-85,7	920	84,8	83,8-85,8
45-59	510	86,8	85,5-88,1	722	88,4	87,2-89,7
60-69	208	91,7	88,2-95,1	396	89,8	87,8-91,7
18-69	1826	82,1	81,3-83,0	2648	83,4	82,6-84,1

Tabela 77: Média de circunferência do quadril, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	463	95,5	94,7-96,3	610	98,4	97,3-99,5
30-44	645	99,4	98,4-100,5	920	104,5	103,5-105,5
45-59	510	99,4	98,0-100,8	722	104,5	103,4-105,6
60-69	207	99,0	97,2-100,7	396	103,0	101,4-104,5
18-69	1825	97,9	97,3-98,5	2648	102,4	101,8-103,1

Tabela 78: Média de relação cintura-quadril, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	463	0,8	0,8-0,8	610	0,8	0,8-0,8
30-44	645	0,8	0,8-0,9	920	0,8	0,8-0,8
45-59	510	0,9	0,9-0,9	722	0,8	0,8-0,9
60-69	207	0,9	0,9-1,0	396	0,9	0,9-0,9
18-69	1825	0,8	0,8-0,8	2648	0,8	0,8-0,8

Tabela 79: Pressão arterial sistólica (PAS) média (mmHg), incluindo os que estão sob medicação para a HTA, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	462	129,9	128,4-131,4	643	114,4	113,4-115,4	1105	122,9	121,8-123,9
30-44	647	131,7	130,0-133,3	959	120,1	118,6-121,5	1606	126,1	124,9-127,2
45-59	513	140,5	137,7-143,4	721	135,9	133,9-137,9	1234	138,1	136,3-139,9
60-69	209	147,3	143,8-150,8	396	142,8	140,4-145,2	605	144,7	142,6-146,8
18-69	1831	133,7	132,6-134,8	2719	123,7	122,8-124,6	4550	128,8	128,0-129,5

Tabela 80: Pressão arterial diastólica (PAD) média (mmHg), incluindo os que estão sob medicação para a HTA, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	462	75,2	74,2-76,3	643	72,1	71,3-73,0	1105	73,8	73,2-74,5
30-44	647	81,5	80,4-82,7	959	77,8	76,7-78,8	1606	79,7	78,9-80,5
45-59	513	85,9	84,5-87,4	721	84,8	83,6-86,0	1234	85,4	84,4-86,3
60-69	209	85,5	83,6-87,4	396	82,7	81,5-83,9	605	83,9	82,8-85,0
18-69	1831	80,3	79,6-81,0	2719	77,9	77,3-78,5	4550	79,1	78,7-79,6

Tabela 81: Percentagem da população adulta com pressão arterial elevada (TAS \geq 140 e/ou TAD \geq 90 mmHg) ou sob medicação, segundo o diagnóstico da tensão arterial, tratamento e controlo, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% PA elevada, não diagnosticada (IC de 95%)		% PA elevada diagnosticada, sem medicação (IC de 95%)		% PA elevada diagnosticada, sob medicação e PA não controlada (IC de 95%)		% PA elevada diagnosticada, sob medicação e PA controlada (IC de 95%)	
		Homens							
18-29	107	89,5	83,8-95,2	4,9	1,7-8,1	3,2	0,0-6,8	2,4	0,0-5,7
30-44	195	75,6	68,4-82,8	17,2	10,9-23,5	5,4	1,7-9,2	1,8	0,3-3,2
45-59	258	51,9	43,3-60,6	22,6	15,9-29,2	17,7	11,0-24,4	7,9	2,2-13,5
60-69	144	40,9	31,9-49,9	11,5	5,8-17,3	35,1	24,9-45,2	12,5	6,7-18,3
18-69	704	68,5	64,0-73,0	14,9	11,8-17,9	11,7	8,8-14,7	4,9	2,8-7,0
Mulheres									
18-29	19	66,6	40,2-93,0	23,1	1,2-45,1	2,3	0,0-6,8	8,0	0,0-18,2
30-44	169	38,2	29,0-47,3	26,8	18,2-35,5	18,6	10,7-26,5	16,4	9,9-22,9
45-59	344	32,1	25,5-38,7	16,4	11,0-21,8	36,9	29,8-44,1	14,5	10,2-18,9
60-69	281	22,6	16,6-28,6	10,6	6,5-14,7	39,6	31,7-47,4	27,2	20,6-33,9
18-69	813	32,4	28,1-36,8	17,9	14,3-21,4	31,8	27,5-36,1	17,9	14,9-20,9
Ambos os sexos									
18-29	126	87,9	82,4-93,4	6,2	2,8-9,6	3,2	0,0-6,5	2,8	0,0-5,9
30-44	364	63,1	57,1-69,0	20,4	15,5-25,3	9,8	6,1-13,6	6,7	4,1-9,2
45-59	602	41,7	36,2-47,1	19,4	14,8-23,9	27,7	22,6-32,8	11,3	8,0-14,7
60-69	425	30,1	25,1-35,2	11,0	7,7-14,3	37,7	31,7-43,7	21,2	16,5-25,9
18-69	1517	54,1	50,6-57,6	16,1	13,7-18,4	19,7	17,2-22,2	10,1	8,1-12,0

MEDIDAS BIOQUÍMICAS – STEP 3

Tabela 82: Percentagem da população adulta com hiperglicemia (valor da glicemia do plasma venoso: \geq 110mg/dl e $<$ 126mg/dl), por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	239	0,5	0,0-1,4	340	1,0	0,0-2,2	579	0,7	0,0-1,5
30-44	325	1,1	0,0-2,3	512	2,0	0,3-3,8	837	1,6	0,5-2,6
45-59	267	5,4	1,9-8,9	410	3,7	1,5-5,8	677	4,5	2,5-6,6
60-69	125	3,0	0,1-5,9	212	9,8	3,0-16,7	337	6,7	2,6-10,8
18-69	956	1,9	1,0-2,8	1474	2,6	1,5-3,7	2430	2,3	1,5-3,0

Tabela 83: Prevalência de diabetes (valor da glicemia do plasma venoso: ≥ 126 mg/dl ou sob medicação para diabetes), por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	239	1,3	0,0-3,2	340	0,4	0,0-0,9	579	0,9	0,0-1,9
30-44	325	1,9	0,4-3,4	512	2,7	1,4-4,1	837	2,3	1,3-3,4
45-59	267	6,7	3,5-10,0	410	9,8	5,8-13,8	677	8,3	5,5-11,1
60-69	125	11,4	4,0-18,9	212	11,9	4,9-18,8	337	11,7	6,6-16,7
18-69	956	3,3	2,1-4,5	1474	4,2	3,0-5,4	2430	3,7	2,9-4,6

Tabela 84: Percentagem da população adulta diabéticas sob medicação, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	239	0,9	0,0-2,7	340	0,2	0,0-0,6	579	0,6	0,0-1,6
30-44	325	1,5	0,1-2,9	515	0,6	0,1-1,2	840	1,1	0,3-1,8
45-59	268	6,0	2,5-9,4	412	5,0	2,5-7,5	680	5,5	3,4-7,6
60-69	125	18,8	8,2-29,3	212	11,1	4,9-17,2	337	14,6	8,8-20,4
18-69	957	3,3	2,0-4,6	1479	2,2	1,5-3,0	2436	2,8	2,0-3,5

Tabela 85: Percentagem da população adulta com hipercolesterolemia (≥ 190 mg/dl ou sob medicação para colesterol), por grupo etário ou sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	233	4,1	0,9-7,3	336	9,4	5,4-13,4	569	6,6	4,0-9,2
30-44	322	21,0	15,3-26,8	515	11,0	7,5-14,5	837	16,0	12,6-19,5
45-59	267	32,1	24,7-39,4	411	38,7	30,5-46,9	678	35,4	29,7-41,1
60-69	124	37,6	23,1-52,0	211	47,9	37,0-58,7	335	43,1	34,6-51,7
18-69	946	18,2	15,0-21,4	1473	19,3	16,5-22,2	2419	18,8	16,7-20,9

Tabela 86: Percentagem da população adulta com hipercolesterolemia grave (≥ 240 mg/dl ou sob medicação para colesterol), por grupo etário ou sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	233	0,4	0,0-0,9	336	3,0	0,4-5,6	569	1,6	0,3-2,9
30-44	322	2,7	0,7-4,7	515	1,7	0,7-2,7	837	2,2	1,1-3,3
45-59	267	9,9	5,2-14,6	411	10,1	6,5-13,7	678	10,0	7,1-12,9
60-69	124	14,4	0,0-29,5	211	17,5	8,7-26,3	335	16,1	7,7-24,4
18-69	946	4,1	2,4-5,8	1473	5,2	3,8-6,6	2419	4,6	3,6-5,7

Tabela 87: HDL médio (mg/dl) da população adulta, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%	N	Média	IC de 95%
18-29	239	41,1	38,8-43,4	340	42,9	41,0-44,7	579	41,9	40,4-43,5
30-44	325	43,8	41,3-46,3	515	45,8	44,0-47,5	840	44,8	43,2-46,4
45-59	268	46,4	43,2-49,5	412	46,3	44,5-48,2	680	46,4	44,5-48,2
60-69	125	46,3	41,8-50,8	212	43,9	41,3-46,4	337	45,0	42,4-47,6
18-69	957	43,5	42,0-45,0	1479	44,8	43,7-45,9	2436	44,1	43,2-45,1

Tabela 88: Percentagem da população com HDL baixo (homens com HDL <40 mg/dl e mulheres com HDL <50 mg/dl), por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	239	55,8	48,3-63,2	340	69,7	62,1-77,2	579	62,2	56,4-67,7
30-44	325	50,4	44,0-56,9	515	62,8	54,3-71,3	840	56,6	51,3-61,7
45-59	268	45,7	37,2-54,2	412	64,7	57,9-71,5	680	55,3	49,7-60,7
60-69	125	42,1	29,4-54,7	212	68,6	59,7-77,4	337	56,4	47,7-64,7
18-69	957	50,9	46,5-55,2	1479	65,9	61,2-70,6	2436	58,3	55,0-61,5

Tabela 89: Percentagem de adultos com colesterol total ≥ 190 mg/dl e com HDL baixo (homens com HDL <40 mg/dl e mulheres com HDL <50 mg/dl), por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	18	36,7	13,8-67,7	32	39,3	19,4-63,5	50	38,1	21,7-57,8
30-44	75	23,7	14,6-36,2	74	54,6	39,4-69,0	149	34,2	25,5-44,0
45-59	86	27,9	16,4-43,0	172	53,0	38,9-66,7	258	41,6	31,3-52,6
60-69	71	28,7	13,6-50,9	99	58,8	44,1-72,1	140	46,8	33,6-60,6
18-69	220	27,5	20,6-35,8	377	52,2	43,9-60,3	597	39,5	33,7-45,7

Tabela 90: Percentagem de adultos que consome 5 gramas de sal ou menos, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	Homens			Mulheres			Ambos os Sexos		
	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%	N	%	IC de 95%
18-29	212	1,2	1,1-1,3	294	3,1	3,0-3,3	506	2,0	2,0-2,1
30-44	297	0,2	0,1-0,2	460	1,1	1,0-1,1	757	0,6	0,6-0,7
45-59	242	0,0	0,0-0,0	367	0,3	0,2-0,4	609	0,2	0,1-0,2
60-69	110	0,0	0,0-0,0	186	3,4	0,3-0,4	296	1,8	1,7-2,0
18-69	861	0,5	0,5-0,5	1307	1,7	1,6-1,8	2168	1,1	1,1-1,1

Tabela 91: Percentagem da população adulta sem fatores de risco, com 1-2 e com 3-5 fatores de risco, por grupo etário e sexo

Grupo Etário (anos)	N	% sem fatores de risco	IC de 95%	% com 1-2 fatores de risco	IC de 95%	% com 3-5 fatores de risco	IC de 95%
Homens							
18-44	980	9,1	6,6-11,5	72,4	68,5-76,3	18,6	15,1-22,0
45-69	610	2,9	1,1-4,7	57,5	52,4-62,7	39,6	34,4-44,8
18-69	1590	7,5	5,5-9,5	68,6	65,4-71,8	23,9	20,9-26,9
Mulheres							
18-44	1383	4,9	3,4-6,4	73,5	70,6-76,3	21,6	19,1-24,1
45-69	978	2,9	1,6-4,2	47,9	43,4-52,4	49,2	44,9-53,5
18-69	2361	4,3	3,2-5,4	65,5	63,0-68,0	30,2	27,8-32,6
Ambos os Sexos							
18-44	2363	7,1	5,6-8,7	72,9	70,3-75,5	20,0	17,7-22,3
45-69	1588	2,9	1,8-4,0	52,4	49,1-55,6	44,7	41,5-48,0
18-69	3951	5,9	4,8-7,1	67,1	65,0-69,2	27,0	24,9-29,0

ANEXO B - CLASSIFICAÇÃO E EQUAÇÃO

Quadro 1: Critérios de classificação dos três níveis de atividade física

Níveis	Frequência de Atividade Física dias por Semana	Intensidade de Atividade Física	Tempo/ MET semana
Vigoroso	Pelo Menos 3	Vigorosa	1500min/MET*
	Até 7	Moderada/ Vigorosa ou uma Combinação de Ambas	3000min/ MET*
Moderado	3 ou mais	Vigorosa	20min
	5 ou mais	Moderada	30min
	5 ou mais	Moderada/ Vigorosa ou uma Combinação de Ambas	600min/ MET*
Baixa	Pessoa que não cumpra nenhum dos critérios acima mencionados enquadra-se nesta categoria		

* MET é a abreviação de *Metabolic Equivalent Task* (equivalente metabólico da atividade)

Equação 1: Índice de Massa Corporal

$$IMC = \text{Peso}/\text{altura}^2$$

Nota: as unidades a utilizar no peso é quilograma (kg) e na altura é o metro (m)

Quadro 2: Classificação do Índice de Massa Corporal

Designação	IMC (kg/m ²)	Classificação
Magreza severa	< 16,00	III
Magreza média	16,00 – 16,99	II
Magreza moderada	17,00 – 18, 49	I
Normal*	18,50 – 24,99	Peso Normal
Sobrepeso	25,00 – 29,99	Sobrepeso
Obesidade	30,00 – 34,99	I
Obesidade	35,00 – 39,99	II
Obesidade	≥ 40,00	III

* Intervalo de IMC desejável é de 21,0 kg/m² a 23 kg/m²

Quadro 3: Classificação do risco de complicações metabólicas

Designação	Ponto de corte	Risco de Complicações Metabólicas
Circunferência da cintura	>94 cm (H) ; >80 cm (M)	Aumentado
Circunferências da cintura	>102 cm (H) ; >88 cm (M)	Muito aumentado
Razão cintura/anca	≥0,90 (H) ; ≥ 0,85 (M)	Muito aumentado

H – Homem

M – Mulher

Fonte: Waist circumference and waist-hip ratio: report of a WHO expert consultation, Geneva, 8–11 December 2008. World Health Organization, 2011.

Equação 2: Equação INTERSALT - Ingestão estimada de 24 horas de sódio (Na) em mmol para homens (EIH)

$$EIH = 39,58 + 0,45 \times \text{Concentração sódio (mmol/L)} - 3,09 \times \text{concentração de creatinina (mmol/L)} + 4,16 \times \text{IMC} + 0,22 \times \text{Idade}$$

Equação 3: Equação INTERSALT - Ingestão estimada de 24 horas de sódio (Na) em mmol para mulheres (EIM)

$$EIM = 17,02 + 0,33 \times \text{concentração sódio (mmol/L)} - 2,44 \times \text{concentração de creatinina (mmol/L)} + 2,42 \times \text{IMC} + 2,34 \times \text{Idade} - 0,03 \times \text{Idade} \times 2$$

Os valores de sódio de 24 horas em mmol são divididos por 17,1 para obter gramas de sal.

ANEXO C - FACT SHEETS

Inquérito STEPS de Cabo Verde 2020

Fact Sheet

O segundo Inquérito Nacional de Fatores de Risco das Doenças Não Transmissíveis (IDNT II) em Cabo Verde foi realizado de fevereiro a março de 2020, utilizando a metodologia STEPS da OMS. Cabo Verde realizou o STEP 1, STEP 2 e o STEP 3. As informações sociodemográficas e comportamentais foram recolhidas no STEP 1. As medições físicas, tais como como altura, peso e tensão arterial foram recolhidas no STEP 2. As amostras de sangue e de urina foram recolhidas para medições bioquímicas para avaliar a glicose no sangue, níveis de colesterol e ingestão de sal no STEP 3. O público-alvo são adultos com idade de 18 a 69 anos. Um desenho de amostragem probabilística de múltiplos estágios foi utilizado para produzir dados representativos para essa faixa etária. Um total de 4.563 adultos participaram do STEP 1 e 2 e para o STEP 3 uma subamostra de 2.436. A taxa de resposta geral foi de 64%.

Uma nova pesquisa está planejada para 2025 se os fundos permitirem.

Resultados para adultos de 18 a 69 anos (incl. IC 95%)	Ambos os sexos	Homens	Mulheres
STEP 1 Consumo de Tabaco			
Percentagem de fumadores atuais de tabaco	9,6% (8,3-10,9)	15,7% (13,4-18,0)	3,2% (2,3-4,2)
Percentagem da população adulta exposta ao fumo (fumadores passivos) em áreas fechadas em seus locais de trabalho	15,0% (13,3-16,7)	19,0% (16,3-21,7)	11,0% (9,4-12,6)
Percentagem de fumadores diários de tabaco	4,9% (4,1-5,8)	8,4% (6,9-9,9)	1,3% (0,9-1,8)
<i>Fumam tabaco diariamente</i>			
Média de Idade do início do fumo (em anos)	18,9 (18,0-19,8)	19,0 (18-19,9)	18,4 (17,2-19,5)
Percentagem de fumadores diários que fumam cigarros industrializados	74,7% (66,0-83,4)	74,8% (64,9-84,7)	73,8% (62,6-85,0)
STEP 1 Consumo de Bebidas alcoólicas			
Percentagem da população adulta abstémio ao longo da vida (nunca beberam)	26,7% (24,9-28,6)	13,4% (11,3-15,6)	40,7% (38,0-43,4)
Percentagem da população adulta que não beberam nos últimos 12 meses	13,8% (12,4-15,1)	10,3% (8,7-12,0)	17,4% (15,3-19,4)
Percentagem dos consumidores atuais de bebidas alcoólicas (bebeu nos últimos 30 dias)	45,0% (42,8-47,2)	62,3% (59,3-65,3)	26,9% (24,5-29,3)
Percentagem da população adulta que beberam 6 ou mais copos padrão de bebidas alcoólicas em qualquer ocasião nos últimos 30 dias	17,5% (15,7-19,2)	28,6% (25,7-31,5)	6,5% (5,2-7,9)
STEP 1 Consumo Alimentar			
Número médio de dias de consumo de fruta em uma semana típica	4,0 (3,8-4,1)	3,8 (3,6-3,9)	4,1 (4,0-4,3)
Número médio de porções de frutas consumidas por dia	1,4 (1,3-1,5)	1,4 (1,3-1,5)	1,4 (1,3-1,5)
Número médio de dias de consumo de vegetais em uma semana típica	4,4 (4,3-4,5)	4,2 (4,0-4,3)	4,5 (4,4-4,6)
Número médio de porções de vegetais consumidos por dia	2,2 (2,1-2,3)	2,1 (2,0-2,3)	2,3 (2,1-2,4)
Número médio de porções de frutas e/ou vegetais consumidos por dia	3,4 (3,2-3,5)	3,3 (3,1-3,5)	3,5 (3,3-3,6)
Percentagem da população adulta que comem menos de 5 porções de frutas e/ou vegetais por dia	79,0% (77,1-80,9)	79,8% (77,0-82,5)	78,1% (75,8-80,5)
Percentagem da população adulta que sempre ou frequentemente adicionam sal ou molho salgado à comida antes de comer ou enquanto comem	8,5% (7,2-9,9)	8,3% (6,3-10,2)	8,8% (7,2-10,5)
Percentagem da população adulta que sempre ou frequentemente comem alimentos processados com alto teor de sal	10,2% (8,8-11,6)	10,5% (8,5-12,4)	9,9% (8,2-11,6)
Percentagem da população adulta que sempre ou frequentemente comem / bebem alimentos açucarados	30,6% (28,7-32,5)	30,9% (28,2-33,7)	30,2% (27,8-32,7)
Percentagem da população adulta que sempre ou frequentemente comem alimentos gordurosos	15,5% (13,9-17,1)	16,8% (14,4-19,2)	14,2% (12,2-16,1)
STEP 1 Atividade Física			
Percentagem da população adulta com atividade física insuficiente (definida como <150 minutos de atividade de intensidade moderada por semana, ou equivalente)*	31,8% (29,8-33,9)	21,5% (18,9-24,1)	42,3% (39,6-45,1)
Mediana do tempo gasto em atividade física por dia (minutos) (apresentado com intervalo interquartil)	54,3 (11,4-189,3)	90,0 (25,7-300,0)	30,0 (5,7-115,7)
Percentagem da população adulta que não praticam atividades vigorosas (atividades de alta intensidade)	55,6% (53,4-57,8)	38,6% (35,5-41,6)	73,0% (70,2-75,9)

Resultados para adultos de 18 a 69 anos (incl. IC 95%)	Ambos os sexos	Homens	Mulheres
STEP 1 Rastreo de Cancro de colo de útero			
Percentagem de mulheres de 30 a 49 anos que já fizeram um teste de rastreio de cancro de colo de útero			52,2% (48,3-56,2)
Percentagem de mulheres adultas (18 a 69 anos) anos que não sabem como ou onde fazer um teste de rastreio de cancro de colo de útero			36,0 (32,4-39,7)
STEP 1 Saúde Oral			
Percentagem da população adulta com dentes naturais ≤ 19 (incluindo os sem dentes naturais)	12,3% (11,2-13,5)	7,3% (5,9-8,7)	17,7% (16,0-19,4)
Percentagem da população adulta que lavam os dentes pelo menos duas vezes ao dia	91,0% (89,6-92,4)	89,7% (87,6-91,7)	92,4% (90,8-93,9)
Percentagem da população adulta que nunca foi a um dentista	18,8% (16,9-20,7)	22,6% (22,6-28,6)	14,8% (12,8-16,8)
STEP 1 Saúde Mental / Suicídio			
Percentagem da população adulta que consideraram seriamente uma tentativa de suicídio, nos últimos 12 meses	3,3% (2,6-4,0)	2,1% (1,2-3,0)	4,5% (3,4-5,6)
Percentagem da população adulta que planearam tentar suicídio, nos últimos 12 meses	1,6% (1,0-2,1)	0,8% (0,2-1,4)	2,3% (1,5-3,2)
Alguma vez tentaram suicídio			
Percentagem da população adulta que fez tentativa de suicídio, nos últimos 12 meses	35,1% (18,1-52,1)	15,4% (0,0-32,3)	41,2% (21,3-61,1)
STEP 2 Medição Física			
Média de Índice de massa corporal - IMC (kg / m ²)	25,1 (24,8-25,3)	23,9 (23,6-24,2)	26,3 (26,0-26,6)
Percentagem da população adulta com sobrepesos (IMC ≥ 25 kg / m ²)	44,2% (41,8-46,5)	34,2% (30,9-37,6)	54,9% (52,1-57,7)
Percentagem da população adulta obesa (IMC ≥ 30 kg / m ²)	14,3% (12,9-15,7)	6,7% (5,0-8,4)	22,5% (20,4-24,5)
Média do Perímetro abdominal (cm)		82,1 (81,3-83,0)	83,4 (82,6-84,1)
Média da Tensão Arterial Sistólica - TAS (mmHg), incluindo aqueles atualmente sob medicação para TA elevada	128,8 (128,0-129,5)	133,7 (132,6-134,8)	123,7 (122,8-124,5)
Média da Tensão Arterial Diastólica - TAD (mmHg), incluindo aqueles atualmente sob medicação para TA elevada	79,1 (78,7-79,6)	80,3 (79,6-81,0)	77,9 (77,3-78,5)
Percentagem da população adulta com TA elevada (TAS ≥ 140 e / ou TAD ≥ 90 mmHg ou atualmente sob medicação para TA elevada)	30,8% (28,8-32,7)	36,2% (33,1-39,4)	25,1% (23,0-27,2)
Percentagem da população adulta com TA elevada (TAS ≥ 140 e / ou TAD ≥ 90 mmHg ou atualmente sob medicação para TA elevada) que não estão atualmente em uso de medicação para TA elevada	70,2% (67,0-73,4)	83,3% (79,7-86,8)	50,4% (45,7-55,1)
STEP 3 Medição Bioquímica			
Média da glicemia em jejum, incluindo aqueles atualmente sob medicação para glicemia elevada [mg/dl]	83,2 (81,9-84,6)	82,5 (80,5-84,5)	84,1 (82,4-85,7)
Percentagem da população adulta com glicemia de jejum elevada • valor de plasma venoso ≥ 110 mg/dl e < 126 mg/dl	2,3% (1,5-3,0)	1,9% (1,0-2,8)	2,6% (1,5-3,8)
Percentagem da população adulta diabéticos • valor de plasma venoso ≥ 126 mg/dl ou atualmente sob medicação para glicemia elevada	3,7% (2,9-4,6)	3,3% (2,1-4,5)	4,2% (3,0-5,4)
Média de colesterol total no sangue, incluindo aqueles atualmente sob medicação para colesterol elevado [m / dl]	154,6 (152,2-157,0)	151,2 (147,3-154,9)	158,2 (155,3-161,1)
Percentagem da população adulta com hipercolesterolemia (≥ 190 mg / dl ou atualmente sob medicação para colesterol elevado)	18,8% (16,7-20,9)	18,2% (15,0-21,4)	19,3% (16,5-22,2)
Média da ingestão de sal por dia (em gramas)	9,2 (9,1-9,3)	10,0 (9,8-10,2)	8,4 (8,2-8,5)
Risco de doença cardiovascular (RDC)			
Percentagem dos com 40 a 69 anos em risco de DCV em 10 anos ≥ 30% ou com DCV existente **	6,8% (4,1-9,4)	8,3% (3,3-13,3)	5,2% (3,4-7,1)

Resultados para adultos de 18 a 69 anos (incl. IC 95%)	Ambos os sexos	Homens	Mulheres
Resumo dos fatores de risco combinados			
<ul style="list-style-type: none"> Fumadores diários Menos de 5 porções de frutas e/ou vegetais por dia Atividade física insuficiente 	<ul style="list-style-type: none"> Sobrepeso (IMC \geq 25 kg / m²) TA elevada (TAS \geq 140 e / ou TAD \geq 90 mmHg ou atualmente sob medicação para TA elevada) 		
Percentagem da população adulta sem nenhum dos fatores de risco	5,9% (4,8-7,1)	7,5% (5,5-9,5)	4,3% (3,2-5,4)
Percentagem da população adulta com três ou mais fatores de risco, com idade entre 18 e 44 anos	20,0% (17,7-22,3)	18,6% (15,1-22,0)	21,6% (19,1-24,2)
Percentagem da população adulta com três ou mais fatores de risco, com idade entre 45 e 69 anos	44,7% (41,5-48,0)	39,6% (34,4-44,8)	49,2% (44,9-53,5)
Percentagem da população adulta com três ou mais fatores de risco, com idade entre 18 e 69 anos	27,0% (24,9-29,0)	23,9% (20,9-26,9)	30,2% (27,8-32,6)

** Um risco de RDC \geq 30% em 10 anos é definido de acordo com idade, sexo, pressão arterial, tabagismo (fumantes atuais ou aqueles que pararam de fumar há menos de 1 ano antes da avaliação), colesterol total e diabetes (previamente diagnosticado ou a concentração de glicose no plasma em jejum > 126 mg / dl).

Resultados para adultos de 18 a 69 anos (incl. 95% CI) (ajuste se necessário)	CABO VERDE	SANTO ANTÃO	SÃO VICENTE	SÃO NICOLAU	SAL	BOAVISTA	MAIO	PRAIA	RESTO SANTIAGO	FOGO	BRAVA
Step 1 Uso de Tabaco											
Percentagem que atualmente fuma tabaco	9,6% (8,3-10,9)	11,0% (7,6-14,3)	16,3% (11,5-21,1)	13,7% (8,8-18,5)	11,7% (7,5-15,9)	13,1% (5,1-21,2)	3,8% (1,1-6,4)	8,4% (5,9-11,0)	5,0% (3,2-6,7)	10,8% (6,7-14,9)	7,7% (3,6-11,7)
Percentagem de adultos expostos ao fumo (fumadores passivos) em áreas fechadas em seus locais de trabalho	15,0% (13,3-16,7)	3,6% (1,2-6,0)	17,0% (12,4-21,6)	19,2% (12,3-26,1)	27,8% (22,7-32,8)	29,0% (20,0-38,0)	1,8% (0,0-4,1)	12,1% (9,1-15,0)	14,7% (10,8-18,5)	14,0% (9,9-18,1)	6,3% (0,0-13,7)
Percentagem que atualmente fuma tabaco diariamente	4,9% (4,1-5,8)	6,8% (4,0-9,7)	7,4% (4,9-9,8)	6,5% (3,7-9,4)	8,6% (5,3-12,0)	5,1% (1,7-8,5)	1,8% (0,2-3,4)	4,3% (2,6-5,9)	2,0% (1,0-3,1)	7,4% (3,4-11,4)	5,4% (1,9-8,9)
<i>Para quem fuma tabaco diariamente</i>											
Média de Idade do início do fumo (em anos)	18,9 (18,0-19,8)	18,5 (16,7-20,2)	18,8 (17,2-20,3)	19,2 (16,5-21,9)	20,6 (17,7-23,4)	18,7 (15,8-21,6)	18,0 (16,9-19,0)	17,9 (16,2-19,7)	20,0 (16,6-23,4)	18,7 (16,9-20,4)	20,1 (17,6-22,5)
Percentagem de fumadores diários que fumam cigarros industrializados	74,7% (66,0-83,4)	60,7% (40,2-81,1)	80,3% (66,7-93,9)	72,4% (53,7-91,2)	73,6% (51,7-95,5)	84,4% (56,5-112,3)	87,1% (61,8-112,4)	71,1% (48,9-93,2)	70,9% (43,0-98,9)	86,6% (75,2-98,0)	100,0% (100,0-100,0)
Step 1 Consumo de Bebidas alcoólicas											
Percentagem da população adulta que nunca fumaram	26,7% (24,9-28,6)	22,0% (17,8-26,3)	16,7% (12,6-20,8)	20,7% (15,9-25,5)	24,8% (18,7-30,9)	41,6% (32,6-50,5)	18,1% (9,7-26,4)	25,0% (21,8-28,2)	34,9% (30,1-39,7)	30,0% (24,6-35,4)	36,2% (26,8-45,6)
Percentagem da população adulta que não fumaram nos últimos 12 meses	13,8% (12,4-15,1)	18,1% (13,6-22,5)	12,5% (9,1-15,8)	14,2% (7,9-20,5)	11,9% (8,6-15,1)	8,9% (3,7-14,2)	36,0% (26,0-46,0)	14,2% (11,2-17,2)	12,0% (9,7-14,3)	18,0% (14,4-21,5)	16,3% (11,9-20,6)
Percentagem da população adulta que bebe atualmente (bebeu bebidas alcoólicas nos últimos 30 dias)	45,0% (42,8-47,2)	46,7% (41,0-52,3)	57,5% (51,6-63,3)	52,9% (45,2-60,7)	49,8% (42,6-56,9)	42,1% (32,1-52,0)	31,9% (24,2-39,7)	44,5% (40,6-48,3)	38,0% (32,9-43,2)	38,7% (33,2-44,1)	34,7% (23,9-45,4)
Percentagem da população adulta que beberam 6 ou mais bebidas em qualquer ocasião nos últimos 30 dias	17,5% (15,7-19,2)	14,3% (10,1-18,4)	21,4% (16,7-26,1)	18,5% (10,7-26,4)	25,9% (18,9-32,9)	16,9% (7,1-26,6)	11,5% (3,9-19,2)	20,8% (17,2-24,5)	11,0% (8,0-14,0)	13,8% (9,4-18,3)	8,2% (2,8-13,6)
Step 1 Consumo Alimentar											
Número médio de dias de consumo de fruta em uma semana típica	4,0 (3,8-4,1)	2,9 (2,5-3,2)	3,9 (3,6-4,2)	3,0 (2,5-3,5)	4,6 (4,2-4,9)	4,7 (4,3-5,1)	3,8 (3,3-4,3)	4,4 (4,2-4,6)	3,5 (3,2-3,7)	3,7 (3,3-4,0)	2,9 (2,4-3,3)
Número médio de porções de frutas consumidas por dia	1,4 (1,3-1,5)	0,8 (0,7-0,9)	1,2 (0,9-1,4)	0,8 (0,6-0,9)	1,7 (1,4-2,0)	1,5 (1,3-1,7)	1,3 (1,0-1,5)	1,3 (1,2-1,4)	1,1 (1,0-1,2)	3,5 (2,7-4,2)	0,8 (0,6-0,9)
Número médio de dias de consumo de vegetais em uma semana típica	4,4 (4,3-4,5)	3,8 (3,6-4,1)	3,8 (3,5-4,0)	4,4 (4,0-4,9)	4,6 (4,3-4,8)	4,6 (4,2-5,1)	5,1 (4,6-5,7)	4,6 (4,4-4,8)	4,3 (4,1-4,5)	4,6 (4,3-4,9)	2,5 (2,2-2,8)
Número médio de porções de vegetais consumidos em média por dia	2,2 (2,1-2,3)	1,6 (1,4-1,7)	2,1 (1,8-2,3)	1,9 (1,6-2,2)	2,3 (2,1-2,5)	2,0 (1,8-2,3)	3,1 (2,7-3,5)	1,8 (1,7-1,9)	2,2 (2,0-2,4)	5,7 (4,7-6,8)	0,9 (0,7-1,0)
Número médio de porções de frutas e vegetais consumidos em média por dia	3,4 (3,2-3,5)	2,2 (2,0-2,5)	3,0 (2,6-3,4)	2,3 (1,9-2,6)	4,0 (3,5-4,4)	3,2 (2,8-3,5)	4,0 (3,6-4,5)	3,1 (2,9-3,3)	3,1 (2,9-3,3)	8,4 (6,7-10,0)	1,6 (1,4-1,7)
Percentagem da população adulta que come menos de 5 porções de frutas e/ou vegetais por dia	79,0% (77,1-80,9)	93,4% (90,4-96,5)	82,8% (78,5-87,1)	89,9% (85,6-94,2)	76,5% (71,2-81,8)	86,1% (79,3-92,9)	66,7% (56,2-77,1)	80,3% (76,9-83,7)	78,2% (74,0-82,4)	45,1% (34,3-55,9)	96,6% (94,0-99,3)

Resultados para adultos de 18 a 69 anos (incl. 95% CI) (ajuste se necessário)	CABO VERDE	SANTO ANTÃO	SÃO VICENTE	SÃO NICOLAU	SAL	BOAVISTA	MAIO	PRAIA	RESTO SANTIAGO	FOGO	BRAVA
Step 1 Consumo Alimentar (continuação)											
Percentagem da população adulta que sempre ou frequentemente adiciona sal ou molho salgado à comida antes de comer ou enquanto comem	8,5% (7,2-9,9)	2,5% (0,8-4,2)	12,9% (9,0-16,8)	3,4% (0,0-7,2)	14,7% (10,0-19,5)	5,6% (2,0-9,1)	10,4% (4,1-16,7)	9,2% (6,9-11,6)	6,7% (3,4-10,1)	4,5% (1,0-8,0)	1,4% (0,0-2,8)
Percentagem da população adulta que sempre ou frequentemente come alimentos processados com alto teor de sal	10,2% (8,8-11,6)	4,0% (1,6-6,4)	3,7% (1,5-5,8)	1,5% (0,2-2,8)	9,5% (6,2-12,8)	0,9% (0,0-1,8)	8,3% (2,2-14,3)	17,6% (14,1-21,2)	7,5% (5,0-10,0)	13,2% (9,8-16,5)	33,1% (23,8-42,5)
Percentagem da população adulta que sempre ou frequentemente come / bebe alimentos açucarados	30,6% (28,7-32,5)	25,6% (19,1-32,0)	41,9% (37,0-46,7)	63,4% (56,0-70,9)	40,8% (33,8-47,8)	27,9% (20,1-35,6)	56,5% (46,6-66,3)	26,0% (22,4-29,6)	24,6% (20,7-28,5)	27,6% (22,8-32,4)	24,2% (14,4-34,1)
Percentagem da população adulta que sempre ou frequentemente come alimentos gordurosos	15,5% (13,9-17,1)	8,4% (5,0-11,8)	8,5% (5,1-11,9)	7,5% (3,1-11,8)	11,5% (8,2-14,8)	19,6% (13,5-25,7)	11,8% (4,9-18,6)	17,6% (14,5-20,8)	20,1% (16,5-23,7)	18,0% (12,4-23,7)	14,8% (8,3-21,3)
Step 1 Atividade Física											
Percentagem da população adulta que faz atividade física insuficiente (<150 minutos de atividade de intensidade moderada por semana, ou equivalente) *	31,8% (29,8-33,9)	25,6% (21,2-29,9)	33,6% (29,8-37,4)	5,7% (2,4-8,9)	38,2% (30,6-45,7)	43,0% (32,2-53,8)	26,9% (19,1-34,7)	39,3% (35,0-43,6)	22,3% (18,4-26,2)	24,9% (18,5-31,3)	60,5% (47,7-73,4)
Mediana do tempo gasto em atividade física por dia (minutos) (apresentado com intervalo interquartil)	54,3 (11,4-189,3)	77,1 (17,1-240,0)	40,0 (10,0-120,0)	300,0 (88,6-458,6)	42,9 (2,1-180,0)	25,7 (0,0-72,9)	92,9 (8,6-197,1)	37,1 (8,6-111,4)	117,1 (24,3-308,6)	64,3 (17,1-295,7)	12,9 (0,0-51,4)
Percentagem da população adulta que não pratica atividade vigorosa (atividade de alta intensidade)	55,6% (53,4-57,8)	45,3% (39,9-50,7)	57,4% (52,4-62,4)	44,7% (37,9-51,5)	61,9% (55,2-68,6)	61,7% (48,7-74,7)	59,1% (50,6-67,6)	66,3% (61,8-70,8)	43,2% (38,5-48,0)	44,8% (37,5-52,1)	79,1% (72,6-85,5)
Step 1 Rastreamento de Cancro de colo de útero (só para as mulheres)											
Percentagem de mulheres de 30 a 49 anos que já fez um teste de rastreio de cancro de colo de útero	52,2% (48,3-56,2)	76,5% (68,1-84,9)	70,1% (61,7-78,5)	65,8% (50,0-81,6)	48,0% (34,7-61,3)	56,0% (40,0-72,0)	26,7% (7,8-45,7)	49,2% (41,9-56,4)	41,4% (31,8-51,0)	45,5% (34,2-56,8)	29,3% (14,5-44,2)
Percentagem de mulheres de 18 a 69 anos que não sabe como ou onde fazer um teste de rastreio de cancro de colo de útero	36,0% (32,4-39,7)	27,8% (17,8-37,9)	34,9% (20,1-49,7)	25,5% (11,2-39,7)	30,8% (18,7-42,9)	32,7% (15,3-50,1)	20,1% (8,2-32,0)	29,8% (23,5-36,1)	46,1% (39,4-52,9)	30,2% (21,1-39,2)	85,9% (77,3-94,6)
Step 1 Saúde Oral											
Percentagem com dentes naturais ≤ 19 (incluindo os sem dentes naturais)	12,3% (11,2-13,5)	22,9% (18,5-27,3)	8,6% (6,4-10,9)	24,3% (17,8-30,7)	16,6% (10,1-23,0)	8,3% (4,6-12,1)	12,1% (7,5-16,6)	8,6% (6,9-10,3)	11,2% (8,6-13,9)	27,0% (22,6-31,4)	17,2% (10,7-23,7)
Percentagem dos que lavam os dentes pelo menos duas vezes ao dia	91,0% (89,6-92,4)	92,7% (89,9-95,4)	96,1% (94,0-98,1)	95,1% (92,3-97,9)	94,0% (90,8-97,2)	94,7% (90,9-98,5)	96,1% (91,8-100,4)	88,2% (85,1-91,2)	87,6% (84,1-91,0)	95,5% (92,9-98,2)	94,6% (89,4-99,7)
Percentagem que nunca recebeu tratamento dentário	18,8% (16,9-20,7)	17,1% (12,2-21,9)	8,2% (5,2-11,1)	20,2% (13,2-27,3)	7,6% (3,9-11,2)	11,5% (7,3-15,7)	36,7% (26,9-46,5)	20,1% (16,4-23,8)	27,0% (21,8-32,2)	17,7% (14,7-20,6)	51,3% (44,8-57,8)

Resultados para adultos de 18 a 69 anos (incl. 95% CI) (ajuste se necessário)	CABO VERDE	SANTO ANTÃO	SÃO VICENTE	SÃO NICOLAU	SAL	BOAVISTA	MAIO	PRAIA	RESTO SANTIAGO	FOGO	BRAVA
Step 1 Saúde Mental / Suicídio											
Percentagem da população adulta que consideraram seriamente uma tentativa de suicídio, nos últimos 12 meses	3,3% (2,6-4,0)	2,2% (0,8-3,5)	4,0% (1,7-6,3)	0,8% (0,0-1,6)	2,2% (0,5-3,9)	1,3% (0,0-2,7)	2,2% (0,0-5,1)	4,6% (3,0-6,3)	2,7% (1,4-4,0)	1,9% (0,6-3,2)	2,7% (0,0-5,7)
Percentagem da população adulta que planearam tentar suicídio, nos últimos 12 meses	1,6% (1,0-2,1)	1,0% (0,0-1,9)	1,3% (0,0-2,9)	0,8% (0,1-1,4)	0,7% (0,0-1,5)	0,6% (0,0-1,3)	- -	2,0% (0,9-3,1)	2,0% (0,8-3,1)	1,0% (0,0-2,0)	1,1% (0,0-2,9)
<i>Entre aqueles que alguma vez tentaram suicídio</i>											
Percentagem da população adulta que fez tentativa de suicídio, nos últimos 12 meses	35,1% (18,1-52,1)	41,4% (0,0-87,7)	68,0% (16,8-119,3)	51,3% (0,0-122,3)	24,5% (0,0-57,2)	22,9% (0,0-62,3)	- -	38,7% (12,8-64,5)	19,2% (0,0-52,5)	25,5% (1,8-49,2)	--
Step 2 Medição Física											
Índice de massa corporal (IMC) médio (kg / m ²) da população adulta	25,1 (24,8-25,3)	23,8 (23,4-24,2)	24,9 (24,3-25,4)	24,9 (24,2-25,6)	25,2 (24,6-25,8)	25,7 (24,8-26,6)	24,8 (23,9-25,7)	25,5 (25,0-26,1)	25,0 (24,5-25,5)	24,4 (23,9-24,8)	25,6 (24,9-26,2)
Percentagem da população adulta com sobrepeso (IMC ≥ 25 kg / m ²)	44,20% (41,8-46,5)	30,0% (26,2-33,8)	42,2% (37,0-47,5)	47,3% (39,4-55,2)	49,1% (42,0-56,2)	50,2% (39,2-61,2)	45,0% (36,1-54,0)	47,7% (42,4-52,9)	43,1% (38,3-48,0)	39,1% (33,8-44,4)	52,4% (46,0-58,8)
Percentagem da população adulta obesa (IMC ≥ 30 kg / m ²)	14,3% (12,9-15,7)	7,6% (5,4-9,7)	12,7% (9,5-15,9)	10,4% (5,9-14,9)	14,3% (10,5-18,0)	18,8% (10,3-27,4)	14,2% (9,2-19,2)	17,3% (14,5-20,2)	13,4% (10,2-16,6)	11,6% (8,9-14,2)	17,9% (11,5-24,3)
Tensão Arterial Sistólica (TAS) média (mmHg), incluindo aqueles atualmente em uso de medicamentos para PA elevada	128,8 (128,0-129,5)	130,9 (128,5-133,3)	128,9 (126,9-130,8)	133,5 (130,9-136,2)	125,2 (122,3-128,2)	124,3 (122,0-126,6)	124,2 (121,7-126,8)	127,9 (126,7-129,2)	131,1 (129,4-132,7)	127,9 (125,7-130,0)	126,6 (123,2-129,9)
Tensão Arterial Diastólica (TAD) média (mmHg), incluindo aqueles atualmente sob medicação para PA elevada	79,1 (78,7-79,6)	80,1 (78,5-81,6)	79,7 (78,6-80,7)	81,0 (79,3-82,7)	78,7 (77,3-80,0)	77,9 (76,4-79,4)	79,5 (77,7-81,4)	79,3 (78,4-80,1)	78,9 (77,7-80,1)	77,2 (75,8-78,5)	79,2 (77,7-80,7)
Percentagem da população adulta com Tensão Arterial (TA) elevada (TAS ≥ 140 e / ou TAD ≥ 90 mmHg ou atualmente em uso de medicação para TA elevada)	30,8% (28,8-32,7)	34,1% (28,0-40,2)	30,9% (26,3-35,5)	42,2% (33,9-50,5)	26,8% (20,0-33,5)	24,0% (16,2-31,7)	23,7% (15,4-32,1)	29,7% (26,0-33,3)	33,8% (29,3-38,2)	27,0% (21,8-32,2)	29,7% (21,6-37,8)
Percentagem da população adulta com TA elevada (TAS ≥ 140 e / ou TAD ≥ 90 mmHg ou atualmente em uso de medicação para TA elevada) que não estão atualmente em uso de medicação para TA elevada	70,2% (67,0-73,4)	80,5% (74,6-86,5)	70,7% (62,8-78,6)	83,6% (77,9-89,2)	72,7% (61,0-84,4)	76,7% (61,4-92,1)	70,8% (59,1-82,4)	65,9% (58,9-72,8)	71,0% (64,4-77,6)	63,8% (54,0-73,7)	54,2% (28,3-80,1)

Resultados para adultos de 18 a 69 anos (incl. 95% CI) (ajuste se necessário)	CABO VERDE	SANTO ANTÃO	SÃO VICENTE	SÃO NICOLAU	SAL	BOAVISTA	MAIO	PRAIA	RESTO SANTIAGO	FOGO	BRAVA
Step 3 Medição Bioquímica											
Glicemia média em jejum, incluindo aqueles atualmente sob medicação para glicemia elevada [mg / dl]	83,2 (81,9-84,6)	86,9 (82,1-91,7)	85,4 (82,2-88,6)	77,5 (74,1-80,9)	86,6 (84,1-89,1)	90,9 (85,3-96,6)	80,0 (72,6-87,4)	82,0 (79,1-84,8)	81,1 (78,2-84,1)	82,9 (80,5-85,3)	80,7 (77,5-83,9)
Percentagem com glicemia de jejum alterada, conforme definido abaixo · valor de plasma venoso ≥ 110 mg / dl e < 126 mg / dl	2,3% (1,5-3,0)	2,5% (0,5-4,5)	3,4% (0,8-6,1)	0,6% (0,0-1,4)	3,9% (0,3-7,4)	2,5% (1,0-4,0)	1,6% (0,0-4,6)	1,4% (0,5-2,4)	2,1% (0,3-4,0)	2,4% (0,7-4,2)	2,1% (0,0-6,0)
Percentagem com aumento da glicose no sangue em jejum conforme definido abaixo ou atualmente em uso de medicação para aumento da glicose no sangue · valor de plasma venoso ≥ 126 mg / dl	3,7% (2,9-4,6)	6,1% (3,3-8,8)	4,4% (1,8-6,9)	1,4% (0,0-2,7)	4,1% (1,6-6,6)	3,8% (1,1-6,6)	7,1% (0,0-16,4)	4,3% (2,5-6,0)	2,4% (1,1-3,7)	1,9% (0,5-3,3)	3,6% (0,0-7,1)
Colesterol total médio no sangue, incluindo aqueles atualmente sob medicação para colesterol elevado [mg / dl]	154,6 (152,2-157,0)	166,0 (157,9-174,0)	161,3 (154,3-168,3)	162,9 (154,4-171,4)	172,7 (167,4-178,0)	161,2 (151,7-170,7)	150,6 (136,6-164,6)	147,3 (142,4-152,3)	150,6 (146,5-154,7)	151,6 (148,1-155,0)	153,4 (145,0-161,7)
Percentagem com colesterol total elevado (≥ 190 mg / dl ou atualmente em uso de medicação para colesterol elevado)	18,8% (16,7-20,9)	29,0% (21,1-36,8)	25,2% (18,1-32,3)	28,2% (19,8-36,5)	36,7% (30,1-43,3)	25,3% (16,3-34,3)	22,6% (11,5-33,7)	12,6% (8,8-16,4)	13,8% (10,7-17,0)	14,4% (9,6-19,2)	13,1% (5,1-21,1)
Ingestão média de sal por dia (em gramas)	9,2 (9,1-9,3)	9,6 (9,4-9,9)	9,3 (8,9-9,7)	9,6 (9,2-10,0)	9,2 (8,9-9,5)	9,4 (8,9-9,8)	8,4 (7,5-9,2)	9,0 (8,7-9,4)	9,1 (8,8-9,4)	9,2 (9,0-9,5)	8,7 (8,0-9,4)
Risco de doença cardiovascular (RDC)											
Percentagem dos com 40-69 anos em risco de DCV em 10 anos $\geq 30\%$ ou com DCV existente **	6,7% (4,1-9,4)	2,3% (0,3-4,2)	8,0% (0,0-16,1)	8,0% (2,0-14,1)	12,7% (3,4-21,9)	1,6% (0,0-3,8)	1,6% (0,0-4,8)	6,0% (0,0-12,3)	7,4% (4,0-10,7)	8,5% (2,6-14,3)	1,5% (0,0-4,2)
Resumo dos fatores de risco combinados · Fumadores diários atuais · Menos de 5 porções de frutas e vegetais por dia · Atividade física insuficiente · Sobrepeso (IMC ≥ 25 kg / m ²) · TA elevada (TAS ≥ 140 e / ou TAD ≥ 90 mmHg ou atualmente sob medicação para TA elevada)											
Percentagem sem nenhum dos fatores de risco	5,9% (4,8-7,1)	1,3% (0,0-2,6)	4,1% (2,0-6,1)	2,7% (0,5-4,9)	5,5% (2,8-8,2)	3,3% (0,0-6,8)	11,2% (5,6-16,8)	5,9% (3,6-8,2)	6,4% (3,5-9,2)	16,5% (11,2-21,8)	-- --
Percentagem com três ou mais fatores de risco	27,0% (24,9-29,0)	25,3% (20,7-29,9)	30,2% (25,0-35,4)	23,5% (15,7-31,3)	32,7% (26,0-39,4)	35,9% (25,2-46,6)	19,5% (12,9-26,1)	31,4% (27,1-35,7)	19,7% (16,0-23,4)	13,4% (10,0-16,7)	46,3% (39,5-53,2)

** Um risco de RDC $\geq 30\%$ em 10 anos é definido de acordo com idade, sexo, pressão arterial, tabagismo (fumantes atuais ou aqueles que pararam de fumar há menos de 1 ano antes da avaliação), colesterol total e diabetes (previamente diagnosticado ou a concentração de glicose no plasma em jejum > 126 mg / dl).

ANEXO D - QUESTIONÁRIO IDNT II

Questionário – Cabo Verde STEPS 2020 –

Instrumento STEPS da OMS Guia de esclarecimento sobre as perguntas (Módulos básicos e detalhados)



A abordagem *STEPwise* da OMS para a vigilância dos fatores de riscos das doenças crónicas (STEPS)

Organização Mundial de Saúde (OMS)
20 Avenue Appia, 1211 Genève 27, Suisse



Para mais informações: www.who.int/ncds/steps

Guia de esclarecimento sobre as perguntas STEPS

Resumo

Introdução

A guia de Perguntas por Perguntas (P-por-P) introduz o instrumento STEPS com uma breve explicação para cada uma das perguntas.

Objetivo

O objetivo do guia de pergunta por pergunta é de fornecer aos inquiridores e supervisores informações gerais concernentes ao objetivo pretendido para cada pergunta.

Os inquiridores podem utilizar essas informações logo que os participantes solicitem esclarecimentos sobre as questões específicas ou cuja as respostas são não sabem.

Os inquiridores e supervisores devem abster-se de sugerir as suas próprias interpretações.

Guia das colunas

A tabela abaixo é um breve resumo para cada coluna do guia P-por-P.

Coluna	Descrição	Adaptações locais
Pergunta	Cada pergunta deverá ser lida aos inquiridos.	Escolha as secções a serem utilizadas. Adicione as perguntas detalhadas e opcionais, conforme a necessidade.
Resposta	Esta coluna enumera as possíveis respostas que o inquiridor irá selecionar ou para as quais ele preencherá os quadrados disponibilizados para o efeito. Os saltos aparecem à direita das respostas e devem ser seguidos minuciosamente durante a entrevista.	Adicione as categorias específicas para cada país/local nos respetivos módulos (ex. C6). Mude as referências que são feitas para os saltos.
Código	Esta coluna foi criada para que os dados do instrumento relativo aos da ferramenta de entrada de dados, aos da sintaxe para análise de dados e da nota de síntese	O código nunca deverá ser alterado ou removido, é usado como um identificador geral para a entrada e análise de dados.

INFORMAÇÕES SOBRE O INQUÉRITO		
Código e data	Resposta	Código
Código de Identificação do Agregado Familiar <i>Código gerado automaticamente</i>	_ _ - _ _ _	pid
Código domínio estudo	_ _	I1
Código Distrito de Recenseamento (DR)	_ _ _	I2
Código de Identificação do Inquiridor	_ _ _	I3
Data da entrevista <i>Data em que o instrumento foi realmente concluído.</i>	_ _ _ _ _ _ _ _ _ Dia Mês Ano	I4
Comentário <i>O inquérito só será realizado em alojamentos de residência principal / habitual e quando ocupado por pelo menos um agregado familiar. Nos casos de outro tipo de situação do alojamento termine o questionário</i>		Comments
STEP 1 INFORMAÇÕES SOBRE A COMPOSIÇÃO DO AGREGADO FAMILIAR		
LISTA DOS MEMBROS DO AGREGADO FAMILIAR		
Pergunta	Resposta	Código
Quantas pessoas vivem neste agregado familiar, ou seja, quantas pessoas deste agregado familiar dormem e comem habitualmente aqui neste alojamento? <i>Entende-se por membro do agregado familiar todo o indivíduo que vive habitualmente no alojamento, há pelo menos seis meses ou que tem intenção de viver mais do que seis meses, e divide as despesas de alojamento e alimentação.</i>	_ _	CN4
Diga-me se faz favor, o primeiro e o último nome de todas as pessoas com idade entre 18 e 69 anos que vivem neste agregado, pessoas que dormem e comem habitualmente neste agregado. <i>Liste todos os membros do agregado familiar com idade entre 18 e 69 anos.</i>	Primeiro nome _ _ _ _ _ _ _ Último apelido _ _ _ _ _ _ _	FirstName FamilySurname
Qual é o sexo de (NOME)?	Masculino 1 Feminino 2	Gender
Qual é a idade (em anos completos) de (NOME)? <i>Se não sabe a idade, ajude os participantes a estimar sua idade perguntando-os sobre a memória de eventos importantes e amplamente conhecidos.</i>	Anos _ _	Age

SELECÇÃO DO INDIVÍDUO PARA STEP 1 – AUTOMÁTICO

Com base na listagem dos membros do agregado familiar, mais precisamente com a variável idade, o programa de forma automática seleciona o indivíduo para proceder à realização do inquérito.

STEP 1			
INFORMAÇÕES DEMOGRÁFICAS DO INDIVÍDUO SELECIONADO			
Consentimento, Língua da entrevista e Nome	Resposta	Código	
Nome e Apelido <i>Confira apelido e nome do indivíduo</i>	Primeiro nome _ _ _ _ _ _ _ _ _	I8	
	Último apelido _ _ _ _ _ _ _ _ _	I9	
O consentimento foi lido e obtido <i>Explique os objetivos do inquérito e leia o consentimento que permite prosseguir ou não com o inquérito. Selecione a resposta</i>	Sim 1 Não 2 → TERMINAR a entrevista	I5	
Língua da entrevista <i>Selecione a resposta</i>	Crioulo 1 Português 2	I6	
Hora da entrevista (0-24h) <i>Inserir a hora do início da entrevista</i>	_ _ : _ _ hrs mins	I7	
Informações adicionais podem ser úteis			
Número de telefone do inquirido (sempre que possível) <i>Insira o número de telefone (tranquilize o participante sobre a natureza confidencial desta informação e o fato de que isto é necessário apenas para o seguimento).</i>	_ _ _ _ _ _ _ _ _	I10	
MÓDULO BÁSICO: DADOS DEMOGRÁFICOS			
Pergunta	Resposta	Código	
Sexo (Registrar conforme observado) <i>Confirmar de acordo com o registado anteriormente</i>	Masculino 1 Feminino 2	C1	
Qual é a sua data de nascimento? <i>Não sabe 77 77 7777</i> <i>Data de nascimento do participante.</i>	_ _ _ _ _ _ _ _ _ Dia Mês Ano	C2	
Quantos anos você tem? <i>Confira a idade do participante.</i>	Anos _ _	C3	
MÓDULO DETALHADO: DADOS DEMOGRÁFICOS			
Pergunta	Resposta		Código
Qual é o NÍVEL DE ENSINO mais alto que frequentou ou está a frequentar?	Nunca frequentou	1 (ir a CN3)	C5
	Pré escolar	2	
	Alfabetização	3	
	Ensino Básico	4	
	Ensino Secundário	5	
	Ensino Médio	6	
	Ensino Superior	7	
	Recusado	88 (ir a CN3)	
	Não	2	
Recusado	88		
No total, quantos anos esteve na escola ou a frequentar uma formação a tempo inteiro (sem contar com o ensino pré-escolar)?	Anos _ _	C4	

Pergunta	Resposta	Código
Qual a sua nacionalidade? <i>Se responder nacionalidade cabo-verdiana, pergunte se não tem outra nacionalidade.</i> <i>Em caso afirmativo de nacionalidade cabo-verdiana e outra estrangeira registe dupla nacionalidade.</i>	<i>Cabo-verdiana</i> 1 <i>Dupla nacionalidade</i> 2 <i>Estrangeira</i> 3 <i>Apátrida</i> 4 Recusado 88	CN3
Qual é o seu estado civil?	Solteiro (a) 1 Casado (a) 2 Separado (a) 3 Divorciado (a) 4 Viúvo (a) 5 União de Facto 6 Recusado 88	C7
Qual das seguintes categorias socioprofissionais melhor descreve a sua situação perante o mercado de trabalho nestes últimos 12 meses? <i>LEIA CADA UMA DAS MODALIDADES</i> <i>O objetivo desta pergunta é ajudar a responder outras questões, tais como saber se as pessoas que exercem diferentes categorias socioprofissionais podem ser confrontadas com diferentes fatores de risco.</i> <i>Escolha a resposta adequada</i>	Empregado(a) na Administração Pública 1 Empregado(a) no setor privado 2 Patrão/empregador no sector Agrícola 3 Patrão/empregador no sector NÃO Agrícola 4 Trabalhador por conta própria no sector Agrícola 5 Trabalhador por conta própria no sector NÃO Agrícola 6 Trabalhador familiar não remunerado 7 Trabalhador doméstico em casa de 8 Estudante 9 Doméstica(o) 10 Aposentado(a) / Reformado (mas sem trabalho) 11 Sem trabalho 12 Inválido / Incapacitado 13 Recusado 88	C8
Nos últimos 12 meses, qual é a estimativa de rendimento mensal do seu agregado familiar? <i>Atenção que o rendimento não refere somente ao do indivíduo, mas o total de todos os membros que possuem rendimento.</i>	_ . _ _ _ . _ _ _ escudos => Passe a T1 Recusado 88 Não sabe 77	C10b C10d
Consegues dar-me uma estimativa de rendimento MENSAL do agregado, se eu te indicar alguns valores? <i>(LEIA AS VÁRIAS OPÇÕES)</i> <i>Escolha o valor do intervalo apropriado para o rendimento mensal do agregado (soma de todos os rendimentos dos membros do agregado)</i>	≤ 13 000 escudos 1 Mais de 13 000, ≤ 25 999 escudos 2 Mais de 25 999, ≤ 51 999 escudos 3 Mais de 51 999, ≤ 90 999 escudos 4 Mais de 90 999 escudos 5 Não sabe 77 Recusado 88	C11

STEP 1 MEDIDAS COMPORTAMENTAIS		
As perguntas que seguem abordam vários comportamentos em matéria de saúde. Estas pretendem identificar comportamentos como os de uso de tabaco, consumo de bebidas alcoólicas, de frutas e hortaliças, sobre a atividade física, antecedentes de hipertensão, diabetes, hipercolesterolemia, doenças cardiovasculares, bem como saúde oral, cancro de colo e útero e saúde mental/suicídio		
MÓDULO BÁSICO: USO DO TABACO		
Agora vou lhe fazer algumas perguntas relacionados com o uso do tabaco.		
Pergunta	Resposta	Código
Atualmente fuma produtos de tabaco como cigarros, cigarros enrolados, charutos ou cachimbos? <i>(MOSTRE AS IMAGENS)</i> <i>Peça ao participante para pensar em produtos de tabaco que ele fuma atualmente.</i>	Sim 1	T1
	Não 2 => Passa a T8	
Fuma diariamente? <i>Esta pergunta é apenas para fumantes atuais de produtos de tabaco que responderam sim. Diariamente significa ao menos um produto todos os dias ou quase todos os dias durante um mês.</i>	Sim 1	T2
	Não 2	
Com que idade começou a fumar? <i>Somente para os fumantes atuais. Peça ao participante para pensar quando começou a fumar produtos de tabaco.</i>	Idade (anos) __ __ Não sabe 77	Se conhece a resposta passa a T5a/T5aw
Desde quando começou a fumar? <i>(ANOTAR SOMENTE PARA UM ÚNICO PERÍODO E NÃO OS TRÊS)</i> <i>Não sabe 77</i> <i>Se o participante não se lembra da idade em que começou a fumar, registre o tempo em anos, meses ou semanas, conforme o caso.</i>	Em número de anos __ __	Se conhece a resposta, passa a T5a/T5aw
	Ou em meses __ __	Se conhece a resposta, passa a T5a/T5aw
	Ou em semanas __ __	
Em média que quantidade dos seguintes produtos do tabaco fuma por dia / semana? <i>(SE MENOS DE UM DIA, REGISTRAR POR SEMANA)</i> <i>(INSERIR A QUANTIDADE PARA CADA TIPO DE PRODUTO, MOSTRE AS IMAGENS)</i> <i>Não sabe 7777</i> <i>Somente para os fumantes atuais</i> <i>Especifique zero se nenhum produto foi usado em cada categoria, em vez de deixar as categorias em branco.</i> <i>Registe seu uso diário para fumantes diários. Se os produtos não são fumados todos os dias pelos fumantes diários, insira o uso semanal. Na categoria Cigarro eletrônico podem ser registados qualquer Sistema Eletrónico de Inalação de Nicotina (SEAN).</i>	POR DIA↓ POR SEMANA↓	
	Cigarros industriais __ __ __ __	T5a/ T5aw
	Cigarros enrolados __ __ __ __	T5b/ T5bw
	Cachimbos __ __ __ __	T5c/ T5cw
	Charutos __ __ __ __	T5d/ T5dw
	Número de sessões de Shisha __ __ __ __	T5e/ T5ew
	Cigarro eletrônico (SEAN) __ __ __ __	TN1
	Outro __ __ __ __ <i>Se escolher "outros", passa a T5other, caso contrário passa a T6</i>	T5f/ T5ew
Outro (especificar) __ __ __ __ __ __	T5other / T5otherw	
Nos últimos 12 meses, tentou parar de fumar? <i>Somente para os fumantes atuais. Peça ao participante para pensar numa tentativa de parar de fumar nos últimos 12 meses.</i>	Sim 1	T6
	Não 2	

Pergunta	Resposta	Código
Nos últimos 12 meses, durante um atendimento com um médico ou outro profissional de saúde, foi aconselhado a deixar de fumar? <i>Somente para os fumantes atuais. Peça ao participante para pensar em consultas a um médico ou outro profissional de saúde nos últimos 12 meses. Se não houver consulta, escolha "Nenhuma consulta nos últimos 12 meses".</i>	Sim 1 Se T2 = Sim, passa a T12; se T2 = Não, passa a T9	T7
	Não 2 Se T2 = Sim, passa a T12; se T2 = Não, passa a T9	
	Nenhuma consulta nos últimos 12 meses 3 Se T2 = Sim, passa a T12; se T2 = Não, passa a T9	
No passado chegou a fumar? <i>Peça ao participante para pensar no momento em que tenha fumado os produtos de tabaco</i>	Sim 1	T8
	Não 2 => Passe a T12	
No passado, chegou a fumar diariamente? <i>Peça ao participante para pensar quando possa ter chegado a fumar os produtos de tabaco todos os dias.</i>	Sim 1 Se T1 = Sim, passa a T12, caso contrário passa a T10	T9
	Não 2 Se T1 = Sim, passa a T12, caso contrário passa a T10	

MÓDULO DETALHADO: USO DO TABACO

Pergunta	Resposta	Código
Quantos anos você tinha quando parou de fumar? <i>Peça ao participante para pensar no momento em que parou de fumar produtos de tabaco</i>	Idade (anos) <input type="text"/> <input type="text"/>	T10
	Não sabe 77 Se conhece a resposta passa a T12	
Há quanto tempo parou de fumar? (ANOTAR SOMENTE PARA UM ÚNICO PERÍODO E NÃO OS TRÊS) <i>Não sabe 77</i> <i>Se o participante não se lembra da idade em que parou de fumar, registre o tempo em semanas, meses ou anos, conforme o caso.</i>	Em número de anos <input type="text"/> <input type="text"/> Se conhece a resposta passa a T12	T11a
	Ou em meses <input type="text"/> <input type="text"/> Se conhece a resposta passa a T12	T11b
	Ou em semanas <input type="text"/> <input type="text"/>	T11c
Atualmente consome tabaco não fumado como [Can-can, Ciré ou, folhas de tabaco]? (MOSTRE AS IMAGENS) <i>Peça ao participante para pensar em produtos de tabaco não fumado que usa atualmente.</i>	Sim 1	T12
	Não 2 => Passe a T15	
Consome diariamente? <i>Apenas para usuários atuais de produtos de tabaco não fumados.</i>	Sim 1	T13
	Não 2 => Passe a T14aw	
Em média, quantas vezes por dia / semana consome os seguintes produtos? (SE NÃO CONSUMO TODOS OS DIAS, REGISTRAR POR SEMANA) (INSERIR A QUANTIDADE PARA CADA TIPO DE PRODUTO, MOSTRE AS IMAGENS) <i>Não sabe 7777</i>	POR DIA ↓ POR SEMANA ↓	
	Can-can <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	T14a/T14aw
	Ciré <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	T14b/T14bw
	Folhas de tabaco de mascar <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	T14c/T14cw

<p><i>Apenas para usuários atuais dos produtos não fumados.</i> <i>Registe para cada tipo de produto não fumado. Especifique zero se nenhum produto foi utilizado em cada categoria, em vez de deixar as categorias em branco.</i> <i>Registe o uso diário para usuários diários.</i> <i>Se os produtos não forem usados todos os dias insira o uso semanal.</i></p>	<p>Outros (a definir) <u> </u> <u> </u></p> <p><i>Se Outro, passa a T14outro, se T13 = Não, passa a T16, caso contrário passa a T17</i></p>	T14d/T14dw
<p>No passado, chegou a consumir tabaco não fumado como [Can-can, Ciré e folha de tabaco, outro]?</p> <p><i>Peça ao participante para pensar no momento em que possa talvez ter usado tabaco não-fumados.</i></p>	<p>Sim 1</p>	T15
	<p>Não 2 => Passe a T17</p>	
<p>No passado, consumia diariamente tabaco não fumado como [Can-can, Ciré e folha de tabaco, outro]?</p> <p><i>Peça ao participante para pensar no momento em que ele possa talvez ter usado os produtos de tabaco não fumados.</i></p>	<p>Sim 1</p>	T16
	<p>Não 2</p>	
<p>Durante os últimos 30 dias, alguém fumou na sua casa?</p> <p><i>O participante deve pensar apenas em outras pessoas, não em si mesmo. Os fumantes deverão se excluir.</i> <i>A pergunta diz respeito à residência do participante. Isso inclui apenas as áreas da casa totalmente fechadas.</i></p>	<p>Sim 1</p>	T17
	<p>Não 2</p>	
<p>Nos últimos 12 meses com que frequência alguém fumou na sua casa? Podendo ser (diariamente, semanalmente, mensalmente, algumas vezes ao mês, nunca ou não sei)</p>	<p>Diariamente 1 Semanalmente 2 Mensalmente 3 Algumas vezes 4 Nunca 5 Não sabe 77</p>	TN2
<p>Trabalha atualmente fora de sua casa?</p>	<p>Sim 1 Não/ Não Trabalha 2 => Passe a TP1a</p>	TN3
<p>Trabalha atualmente em espaço aberto ou fechado?</p>	<p>Aberto, 1 => Passe a TP1a Fechado 2 Ambos 3</p>	TN4
<p>Durante os últimos 30 dias, alguém esteve a fumar nas áreas fechadas no seu local de trabalho (no prédio, numa área de trabalho ou num escritório específico)?</p> <p><i>Peça ao participante para pensar em ver alguém a fumar ou a sentir o cheiro de fumaça nos espaços internos do trabalho nos últimos 30 dias.</i></p>	<p>Sim 1</p>	T18
	<p>Não 2</p>	
	<p>Não sabe 77</p>	
<p>Nos últimos 30 dias apercebeu-se de alguma informação na Televisão, Radio, Revista ou jornal impressos, jornais ou revistas online ou em redes sociais, sobre os riscos associados ao uso do tabaco que o encoraja a não fumar? <i>informações que estimulam a não iniciar ou a deixar o uso de produtos do tabaco</i> <i>Repita a pergunta completa se necessário; e preenche as opções de respostas para cada item separadamente.</i></p>		
<p>Revista ou jornal,</p>	<p>Sim 1 Não 2 Não sabe 77</p>	TP1a

Televisão	Sim 1 Não 2 Não sabe 77	TP1b
Radio	Sim 1 Não 2 Não sabe 77	TP1c
Internet (jornais online, revistas online, redes sociais)	Sim 1 Não 2 Não sabe 77	TP1d
Nos últimos 30 dias apercebeu-se de algum anúncio ou sinal de promoção do cigarro nas lojas ou em locais de venda? <i>Pede ao participante para pensar nos últimos 30 dias. Se não se aplica ou não sabe escolher 77</i>	Sim 1 Não 2 Não sabe 77	TP2
Nos últimos 30 dias apercebeu-se de algum tipo de promoção do cigarro, tais como? <i>Formas de estimular a aproximação e compra de produtos do tabaco. Pensar nos últimos 30 dias Repita a pergunta completa se necessário; e preencha as opções de respostas para cada item separadamente</i>		
Amostras gratuitas	Sim 1 Não 2 Não sabe 3	TP3a
Cigarro a baixo preço	Sim 1 Não 2 Não sabe 77	TP3b
Oferta de descontos ou de outros produtos incentivando a compra	Sim 1 Não 2 Não sabe 7	TP3d
Capas ou outro artigo com a marca, nome ou logo	Sim 1 Não 2 Não sabe 7	TP3e
Promoção através de (e-mail) correio eletrónico ou redes sociais	Sim 1 Não 2 Não sabe 7	TP3f
Nos últimos 30 dias apercebeu-se de alguma advertência sanitária nos maços de cigarro?	Sim 1 Não 2 => Passe a TP6) Não viu nenhum maço de cigarro 3 Não sabe 7 => Passe a TP6	TP4
Nos últimos 30 dias apercebeu-se de alguma advertência sanitária nos maços de cigarro que encoraja a pensar em não fumar?	Sim 1 Não 2 Não sabe 7	TP5
Da última vez que comprou cigarros, quantos cigarros comprou? <i>(lembrar da quantidade em numero de cigarros na sua ultima compra)</i>	Cigarros unitários _____ 7777 => Passe a A1 Não sabe/ não comprou cigarro	TP6
No total, quanto pagou por essa compra <i>(valor em escudos cabo-verdianos)</i>	Montante _____ Não sabe 7777 Recusou 8888	TP7

MÓDULO BÁSICO: CONSUMO DE BEBIDAS ALCOÓLICAS		
As perguntas seguintes dizem respeito ao consumo do bebidas alcoólicas		
Pergunta	Resposta	Código
Alguma vez consumiu uma bebida alcoólica, como cerveja, vinho, licor, ponche, grogue, whisky, cidra ou [incluir exemplos locais]? <i>(MOSTRAR IMAGENS OU DAR EXEMPLOS)</i> <i>Peça ao participante para pensar nas bebidas alcoólicas, com exceção dos medicamentos à base de bebidas alcoólicas, tomados por razões de saúde. Mesmo que o participante tenha consumido apenas alguns goles de bebidas alcoólicas, a resposta deve ser "sim".</i>	Sim 1 Não 2 => Passa a A16	A1
Nos últimos 12 meses, consumiu bebida alcoólica? <i>Peça ao participante para pensar nas bebidas alcoólicas, com exceção dos medicamentos à base de bebidas alcoólicas, tomados por razões de saúde. Mesmo que o participante tenha consumido apenas alguns goles de bebidas alcoólicas nos últimos 12 meses, a resposta deve ser "sim".</i>	Sim 1 => Passa a A4 Não 2	A2
Nos últimos 12 meses, parou de beber bebida alcoólica por motivos de saúde, por exemplo, devido a um impacto negativo na sua saúde ou por aconselhamento do seu médico ou outro profissional de saúde? <i>Esta pergunta é dirigida aos participantes que não consumiram bebidas alcoólicas nos últimos 12 meses.</i>	Sim 1 => Passa a A16 Não 2 => Passa a A16	A3
Nos últimos 12 meses, quantas vezes por semana bebeu pelo menos um copo padrão de bebida alcoólica? <i>(LER RESPOSTAS, UTILIZAR AS IMAGENS)</i> <i>Para aqueles que consumiram bebidas alcoólicas nos últimos 12 meses. Uma bebida "padrão" é a quantidade de etanol (álcool) contida em copos padrão de cerveja, vinho, vinho fortificado como o vinho de xerez e licores. Dependendo do país, essas quantidades variam entre 8 e 13 gramas de etanol. (ver o mapa) Para participantes que consumiram menos de um copo padrão de bebidas alcoólicas nos últimos 12 meses, a resposta deveria ser</i>	Diariamente 1 5-6 dias por semana 2 3-4 dias por semana 3 1-2 dias por semana 4 1-3 dias por mês 5 Menos de uma vez por mês 6 Nunca 7	A4
Nos últimos 30 dias, consumiu uma bebida alcoólica? <i>Escolha a resposta adequada. Mesmo que o participante tenha consumido apenas alguns goles de bebida alcoólica nos últimos 30 dias, a resposta deve ser "Sim"</i>	Sim 1 Não 2 => Passa a A13	A5
Nos últimos 30 dias, quantas vezes bebeu pelo menos um copo padrão de alguma bebida alcoólica? <i>Peça ao participante para pensar apenas nos últimos 30 dias. Anote o número de vezes. Veja que pode haver mais de uma ocasião para beber num determinado dia. Para participantes que beberam apenas alguns goles de bebidas alcoólicas nos últimos 30 dias, a resposta deveria ser "Zero"</i>	Número Não sabe 77 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> Se zero, passe a A13	A6

Pergunta	Resposta	Código
Nos últimos 30 dias, em média, quantos copos padrão de bebida alcoólica bebeu por ocasião? (<i>MOSTRE AS IMAGENS</i>) <i>Ajude o participante a calcular a média do número total de copos usando as imagens de apresentação indicando as bebidas alcoólicas padrão.</i>	Número Não sabe 77 __ __	A7
Nos últimos 30 dias, qual foi o maior número de copos padrão de bebida alcoólica que bebeu numa única ocasião? <i>Peça ao participante para pensar apenas nos últimos 30 dias. Esta questão diz respeito ao maior número de bebidas que o participante tomou numa única ocasião.</i>	O maior número de copos Não sabe 77 __ __	A8
Nos últimos 30 dias, quantas vezes bebeu seis ou mais copos padrão de bebida alcoólica numa única ocasião? <i>Peça ao participante para pensar apenas nos últimos 30 dias e indicar o número de vezes que ele tomou seis ou mais copos padrão de bebida alcoólica.</i>	Número de ocasiões Não sabe 77 __ __	A9
Durante os últimos 7 dias, quantos copos padrão de bebida alcoólica bebeu por dia? (<i>REGISTRE PARA CADA DIA, MOSTRE AS IMAGENS</i>) <i>Não sabe 77</i> <i>Peça ao participante para pensar em cada um dos últimos 7 dias. Use as imagens do padrão de bebidas alcoólicas para ajudar o participante a indicar o número de bebidas padrão para cada um dos últimos 7 dias.</i> <i>Anote para cada dia o número de bebidas padrão. Se não consumiu, registrar 00.</i>	Segunda-feira __ __	A10a
	Terça-feira __ __	A10b
	Quarta-feira __ __	A10c
	Quinta-feira __ __	A10d
	Sexta-feira __ __	A10e
	Sábado __ __	A10f
	Domingo __ __	A10g
Acabei de lhe fazer perguntas sobre seu consumo de bebidas alcoólicas nos últimos 7 dias. Essas perguntas eram sobre bebidas alcoólicas em geral, enquanto as seguintes perguntas são sobre seu consumo de bebida alcoólica caseiro, importado de outro país, álcool não destinado a consumo ou outro tipo de bebidas alcoólicas isento de impostos. Por favor, considere apenas esses tipos de álcool, respondendo às seguintes		
Pergunta	Resposta	Código
Nos Últimos 7 dias, consumiu bebida alcoólica produzida em casa, importado não declarado, não destinada ao consumo isento de impostos? (<i>MOSTRE AS IMAGENS</i>) <i>Peça ao participante para pensar apenas em bebidas alcoólicas caseiro, álcool importado de um outro país, álcool não destinado ao consumo ou bebidas alcoólicas não tributado.</i>	Sim 1 Não 2 => Passa a A13 Não sabe 77	A11
Em média, quantos copos padrão dos seguintes tipos de bebidas alcoólicas consumiu nestes últimos 7 dias? (<i>MOSTRE AS IMAGENS</i>) <i>Não sabe 77</i> <i>Peça ao participante para pensar nos últimos 7 dias. Mostre as imagens que especifica quais são as bebidas padrão para cada tipo de bebidas alcoólicas. O álcool que não é destinado ao consumo deve ser tratado como álcool.</i> <i>Anote para cada tipo de álcool o número de bebidas padrão. Se não houver bebidas, registrar 0.</i>	Licor/ponche produzido em casa __ __	A12a
	Cerveja ou vinho produzido em casa __ __	A12b
	Álcool importado não declarado __ __	A12c
	Álcool não destinado ao consumo, por exemplo, medicamentos à base de álcool, perfume, loção pós-barba __ __	A12d
	Grogue e/ou aguardente produzido em casa __ __	A12e

MÓDULO DETALHADO: CONSUMO DE BEBIDAS ALCOÓLICAS		
Pergunta	Resposta	Código
Nos últimos 12 meses, quantas vezes sentiu que não conseguia parar de beber depois de ter começado? <i>Peça ao participante para pensar nos últimos 12 meses. Leia todas as opções de resposta</i>	Diariamente ou quase 1 Uma vez por semana. 2 Uma vez por mês 3 Menos de uma vez por mês 4 Nunca 5	A13
Nos últimos 12 meses, quantas vezes o facto de ter ingerido bebida alcoólica, lhe impediu de fazer o que normalmente era esperado de si? <i>Peça ao participante para pensar nos últimos 12 meses. Leia todas as opções de resposta</i>	Diariamente ou quase 1 Uma vez por semana. 2 Uma vez por mês 3 Menos de uma vez por mês 4 Nunca 5	A14
Nos últimos 12 meses quantas vezes, depois de uma bebedeira, bebeu bebidas alcoólicas pela manhã para voltar a normalidade? <i>Peça ao participante para pensar nos últimos 12 meses. Leia todas as opções de resposta</i>	Diariamente ou quase 1 Uma vez por semana. 2 Uma vez por mês 3 Menos de uma vez por mês 4 Nunca 5	A15
Nos últimos 12 meses, teve problemas com a família, com seu o parceiro ou outra pessoa por causa do consumo de bebidas alcoólicas? <i>Peça ao participante para pensar nos últimos 12 meses. Leia todas as opções de resposta.</i>	Sim, mais de uma vez por mês 1	A16

MÓDULO BÁSICO: CONSUMO ALIMENTAR

As seguintes perguntas debruçam-se sobre o seu consumo habitual de frutas e legumes. Este é um guia que mostra alguns exemplos de frutas e legumes. Cada imagem corresponde a uma porção. Ao responder as essas perguntas, pense numa semana típica/normal.

Pergunta	Resposta	Código
Normalmente, quantos dias por semana come frutas? <i>Peça ao participante para pensar numa fruta. Uma semana típica significa uma semana "normal" quando a dieta alimentar não é afetada por eventos culturais, religiosos ou outros. Peça ao participante para não relatar uma média durante um período</i>	Número de dias Não sabe 77 Se nenhum dia, passa a D3	D1
Normalmente quantas porções de frutas come num desses dias? (MOSTRE AS IMAGENS) <i>Peça ao participante para pensar num dia que ele se lembrará facilmente. Consulte o guia das imagens para saber a quantidade das porções.</i>	Número de porções Não sabe 77 □□□	D2
Normalmente, quantos dias por semana consome legumes? <i>Peça ao participante para pensar num legume qualquer que se encontra no guia de apresentação. Uma semana típica significa uma semana "normal" quando a dieta alimentar não é afetada por eventos culturais, religiosos ou outros. Peça ao participante para não relatar uma média durante um período.</i>	Número de dias Não sabe 77 Se nenhum dia, passa a D5	D3

Pergunta	Resposta	Código												
Normalmente, quantas porções de legumes come num desses dias? <i>(MOSTRE AS IMAGENS)</i> <i>Peça ao participante para pensar num dia que ele se lembrará facilmente. Consulte o guia de apresentação para saber a quantidade das porções.</i>	Número de porções _ _ _ Não sabe 77	D4												
Sal alimentar														
Com as perguntas abaixo, procuramos descobrir mais sobre o seu consumo do sal. Sal alimentar refere-se ao sal de mesa comum, sal não refinado, como sal marinho, sal iodado, caldos salgados, em cubos ou em pó e molhos salgados, como molhos de peixe ou soja (ver imagens). As seguintes perguntas debruçam-se sobre o sal que você adiciona à sua comida quando come, a forma como prepara o seu alimento (ou alimentação) em casa, o seu consumo de alimentos com alto teor de sal, como por exemplo [<i>Carne salgada, peixe seco, sopas prontas/industrializadas, enlatados</i>]. As outras perguntas debruçam-se sobre o controlo da sua ingestão de sal. Responda a estas perguntas, mesmo se considerar que come pouco salgado. <i>Leia esta declaração de abertura em voz alta. Lembre-se de usar as imagens que irão ajudar o inquirido a responder as perguntas.</i>														
Com que frequência adiciona sal ou molho salgado (molho de soja, molho de peixe, molho inglês, molho de ostra, etc.) no seu prato pouco antes ou enquanto você come? <i>(ESCOLHA UMA ÚNICA RESPOSTA)</i> <i>(MOSTRE AS IMAGENS)</i> <i>Leia todas as opções de resposta. Mostre as imagens que mostra sal e molhos salgados.</i>	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="text-align: right;">Sempre (diariamente)</td><td style="text-align: right;">1</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Frequentemente (4 a 6 vezes por semana)</td><td style="text-align: right;">2</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Às vezes (2 a 3 vezes por semana)</td><td style="text-align: right;">3</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Raramente (1 vez por semana)</td><td style="text-align: right;">4</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Nunca</td><td style="text-align: right;">5</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Não sabe</td><td style="text-align: right;">77</td></tr> </table>	Sempre (diariamente)	1	Frequentemente (4 a 6 vezes por semana)	2	Às vezes (2 a 3 vezes por semana)	3	Raramente (1 vez por semana)	4	Nunca	5	Não sabe	77	D5
Sempre (diariamente)	1													
Frequentemente (4 a 6 vezes por semana)	2													
Às vezes (2 a 3 vezes por semana)	3													
Raramente (1 vez por semana)	4													
Nunca	5													
Não sabe	77													
Com que frequência adiciona sal, um tempero salgado (cubos, goiá, sazón, etc.) ou um molho salgado quando prepara pratos em casa? <i>Leia todas as opções de resposta. Escolha a resposta adequada</i>	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="text-align: right;">Sempre (diariamente)</td><td style="text-align: right;">1</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Frequentemente (4 a 6 vezes por semana)</td><td style="text-align: right;">2</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Às vezes (2 a 3 vezes por semana)</td><td style="text-align: right;">3</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Raramente (1 vez por semana)</td><td style="text-align: right;">4</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Nunca</td><td style="text-align: right;">5</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Não sabe</td><td style="text-align: right;">77</td></tr> </table>	Sempre (diariamente)	1	Frequentemente (4 a 6 vezes por semana)	2	Às vezes (2 a 3 vezes por semana)	3	Raramente (1 vez por semana)	4	Nunca	5	Não sabe	77	D6
Sempre (diariamente)	1													
Frequentemente (4 a 6 vezes por semana)	2													
Às vezes (2 a 3 vezes por semana)	3													
Raramente (1 vez por semana)	4													
Nunca	5													
Não sabe	77													
Costuma comer refeições/alimentos confeccionadas com alto teor de sal? Entendemos por "Prato confeccionado com alto teor de sal/Alimentos com alto teor de sal" os salgadinhos pré-embalados (<i>matutano, bananinha, snip, mancarra enlatada, etc.</i>), as conservas salgadas (feijão enlatado, <i>corn beef, salsicha, frecandele</i>), os pratos salgados de restaurantes de comidas ligeiras (sopa chinês, hambúrguer, pizza, <i>shawarma, etc.</i>) os enchidos e embutidos (<i>chouriço, linguiça, fiambre</i>), o <i>peixe seco, a carne salgada, etc.</i>]. <i>(MOSTRE AS IMAGENS)</i> <i>Leia todas as opções de resposta. Mostre as imagens que mostra alimentos processados com alto teor de sal</i>	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="text-align: right;">Sempre (diariamente)</td><td style="text-align: right;">1</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Frequentemente (4 a 6 vezes por semana)</td><td style="text-align: right;">2</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Às vezes (2 a 3 vezes por semana)</td><td style="text-align: right;">3</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Raramente (1 vez por semana)</td><td style="text-align: right;">4</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Nunca</td><td style="text-align: right;">5</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Não sabe</td><td style="text-align: right;">77</td></tr> </table>	Sempre (diariamente)	1	Frequentemente (4 a 6 vezes por semana)	2	Às vezes (2 a 3 vezes por semana)	3	Raramente (1 vez por semana)	4	Nunca	5	Não sabe	77	D7
Sempre (diariamente)	1													
Frequentemente (4 a 6 vezes por semana)	2													
Às vezes (2 a 3 vezes por semana)	3													
Raramente (1 vez por semana)	4													
Nunca	5													
Não sabe	77													
Na sua opinião, que quantidade de sal ou molho salgado ou temperos salgados consome? <i>Ler todas as opções de resposta e selecione a resposta adequada.</i>	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="text-align: right;">Demasiado</td><td style="text-align: right;">1</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Muito</td><td style="text-align: right;">2</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Apenas a quantidade necessária</td><td style="text-align: right;">3</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Pouco</td><td style="text-align: right;">4</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Muito pouco</td><td style="text-align: right;">5</td></tr> <tr><td style="text-align: right;">Não sabe</td><td style="text-align: right;">77</td></tr> </table>	Demasiado	1	Muito	2	Apenas a quantidade necessária	3	Pouco	4	Muito pouco	5	Não sabe	77	D8
Demasiado	1													
Muito	2													
Apenas a quantidade necessária	3													
Pouco	4													
Muito pouco	5													
Não sabe	77													

MÓDULO DETALHADO: CONSUMO ALIMENTAR		
Pergunta	Resposta	Código
Em que medida é importante para si reduzir seu consumo de sal? <i>Escolha a resposta adequada</i>	Muito importante 1 Importante 2 Não é importante 3 Não sabe 77	D9
Acha que o facto de comer muito sal ou adicionar um molho ou temperos salgados aos seus pratos pode causar problemas de saúde? <i>Escolha a resposta adequada</i>	Sim 1 Não 2 Não sabe 77	D10
Toma regularmente uma das seguintes medidas para controlar o seu consumo de sal? <i>(RESPONDA CADA PERGUNTA)</i> <i>Escolha a resposta adequada para cada opção. Peça ao participante para considerar apenas as ações que ele toma especificamente para controlar a ingestão de sal e para nenhum outro propósito.</i>		
Limitar o consumo de pratos salgados	Sim 1 Não 2	D11a
Verificar o teor de sal indicado nos rótulos dos alimentos	Sim 1 Não 2	D11b
Comprar os substitutos de sal e/ou sódio	Sim 1 Não 2	D11c
Utilizar outras especiarias/condimentos além de sal na preparação de pratos	Sim 1 Não 2	D11d
Evitar comer refeições preparadas fora de casa	Sim 1 Não 2	D11e
Outras medidas destinadas especificamente para controlar seu consumo de sal	Sim 1 => Passa a D11outro	D11f
	Não 2	
Outra (especificar)	_ _ _ _ _ _ _	D11other
Consumo de Gordura		
Pergunta	Resposta	Código
Que tipo de gordura utiliza com mais frequência na preparação /cozedura das refeições em casa? <i>(MOSTRE AS IMAGENS ESCOLHER SO UM TIPO)</i>	Óleo vegetal / Azeite Tempero /Azeite 1 Banha ou toucinho 2 Manteiga 3 Margarina 4 Nenhum em particular 5 Outro 6 => Passa a D11h Não utiliza 9 Não sabe 77	DN1
	Outros (especificar) _ _ _ _ _ _ _ _	DN1other
Com que frequência consome alimentos gordurosos (frituras, torresmos, toucinho, chouriço, bolachas recheadas, maionese, pizza, hambúrguer, queijos amarelos)? <i>(ESCOLHA UMA ÚNICA RESPOSTA)</i> <i>(MOSTRE AS IMAGENS)</i> <i>Leia todas as opções de resposta. Mostre as imagens dos alimentos gordurosos</i>	Sempre (diariamente) 1 Frequentemente (4 a 6 vezes por semana) 2 Às vezes (2 a 3 vezes por semana) 3 Raramente (1 vez por semana) 4 Nunca 5 Não sabe 77	DN3

Pergunta	Resposta	Código
Na sua opinião, que quantidade de gordura consome? <i>Ler todas as opções de resposta e selecione a resposta adequada.</i>	Demasiado 1 Muito 2 Apenas a quantidade necessária 3 Pouco 4 Muito pouco 5 Não sabe 77	DN4
Consumo de Açúcar		
Com que frequência consome açúcar e alimentos açucarados (refrigerantes, bolos, doces, doces concentrados, compotas, chocolates, leite condensado, etc.)? <i>(ESCOLHA UMA ÚNICA RESPOSTA)</i> <i>(MOSTRE AS IMAGENS)</i> <i>Leia todas as opções de resposta. Mostre as imagens da açúcar e alimentos açucarados</i>	Sempre (diariamente) 1 Frequentemente (4 a 6 vezes por semana) 2 Às vezes (2 a 3 vezes por semana) 3 Raramente (1 vez por semana) 4 Nunca 5 Não sabe 77	DN5
Na sua opinião, que quantidade de açúcar você consome? <i>Ler todas as opções de resposta e selecione a resposta adequada.</i>	Demasiado 1 Muito 2 Apenas a quantidade necessária 3 Pouco 4 Muito pouco 5 Não sabe 77	DN6
MÓDULO BÁSICO: ATIVIDADE FÍSICA		
<p>Agora vou lhe fazer algumas perguntas sobre o tempo que você dedica aos diferentes tipos de atividade física durante uma semana típica. Por favor, responda a estas perguntas mesmo que não se considere uma pessoa ativa.</p> <p>Pense primeiro quanto tempo você dedica ao trabalho, seja trabalho remunerado ou não remunerado, tarefas domésticas, coleta ou colheita de alimentos, pesca, à procura de emprego <i>[Incluir outros exemplos, se necessário]</i>. Nas perguntas seguintes, as atividades físicas de forte intensidade são atividades que exigem esforço físico significativo e que resultam no conseqüente aumento da respiração ou a frequência cardíaca e as atividades físicas de intensidade moderada são atividades que exigem esforço físico moderado e que resultam num pequeno aumento da respiração ou do ritmo cardíaco.</p> <p><i>Leia esta declaração de abertura em voz alta. A mesma não deve ser omitida. O entrevistado devera primeiro pensar quanto tempo ele dedica ao seu trabalho (trabalho remunerado ou não remunerado, trabalho doméstico, recolha de alimentos, pesca ou caça de alimentos, [insira outros exemplos, se necessário], em seguida, passando de um lugar para outro e, finalmente, no tempo que ele dedica com atividade física vigorosa e moderada no seu tempo livre.</i></p> <p><i>Ao responder as perguntas a seguir, lembre ao inquirido que as "atividades de alta intensidade" são atividades que exigem esforço físico intenso e resultam num aumento significativo da respiração ou do batimento cardíaco, as "atividades de intensidade moderada" são atividades que exigem esforço físico moderado e causam um ligeiro aumento da respiração ou do ritmo cardíaco. Não se esqueça de usar as imagens que irão ajudar o inquirido a responder as perguntas.</i></p>		

Trabalho		
Pergunta	Resposta	Código
<p>O seu trabalho envolve atividade física de alta intensidade que requer um conseqüente aumento da respiração ou do ritmo cardíaco, como <i>levantar cargas pesadas, carregar sacos, trabalhar em estaleiros, trabalho de pedreiro e marcenaria</i>, durante pelo menos 10 minutos seguidos? <i>[INSERIR EXEMPLOS] (MOSTRE AS IMAGENS)</i> <i>Peça ao participante para pensar apenas em atividades de alta intensidade no trabalho. As atividades são consideradas como sendo de alta intensidade se resultarem num aumento significativo da respiração e / ou do ritmo cardíaco.</i></p>	<p>Sim 1</p> <p>Não 2 => Passa a P4</p>	P1
<p>Normalmente, quantos dias por semana você pratica atividades física de alta intensidade como parte de seu trabalho? <i>"Semana típica" significa uma semana durante a qual o participante está envolvido em suas atividades habituais. As respostas válidas vão de 1 a 7</i></p>	<p>Número de dias <input type="text"/></p>	P2
<p>No decorrer de um dia típico durante o qual você realiza atividade física de alta intensidade como parte do seu trabalho, quanto tempo você dedica a essas atividades? <i>Peça ao participante para pensar num dia típico que ele consegue se lembrar facilmente durante o qual ele tenha se envolvido em atividades de alta intensidade no trabalho. O participante deve considerar apenas atividades realizadas de forma contínua durante 10 minutos ou mais. Para resposta superior a 4 horas, confirmar</i></p>	<p>Horas: <input type="text"/> : <input type="text"/> minutos hrs mins</p>	P3 (a-b)
<p>O seu trabalho envolve atividades física de intensidade moderada que requer um pequeno aumento da respiração ou do ritmo cardíaco, como caminhada rápida ou <i>levantar uma carga leve</i>, durante pelo menos 10 minutos seguidos? <i>[INSERIR EXEMPLOS] (MOSTRE AS IMAGENS)</i> <i>Peça ao participante para pensar apenas em atividades de intensidade moderada no trabalho. As atividades são consideradas de intensidade moderada se resultarem num ligeiro aumento da respiração e / ou do ritmo cardíaco.</i></p>	<p>Sim 1</p> <p>Não 2 => Passa a P7</p>	P4
<p>Normalmente, quantos dias por semana você realiza atividades física de intensidade moderada como parte de seu trabalho? <i>"Semana típica" significa uma semana durante a qual o participante está envolvido nas suas atividades habituais. As respostas válidas vão de 1 a 7.</i></p>	<p>Número de dias <input type="text"/></p>	P5
<p>No decorrer de um dia típico durante o qual você realiza atividades física de intensidade moderada como parte do seu trabalho, quanto tempo você dedica a essas atividades? <i>Peça ao participante para pensar num dia típico que ele consegue se lembrar facilmente durante o qual ele tenha se envolvido em atividades de intensidade moderada no trabalho. O participante deve considerar apenas atividades realizadas de forma contínua durante 10 minutos ou mais. Para resposta superior a 4 horas, confirmar</i></p>	<p>Horas: <input type="text"/> : <input type="text"/> minutos hrs mins</p>	P6 (a-b)

Deslocar-se de um lugar para outro		
<p>As perguntas a seguir excluem atividade física como parte do seu trabalho que você já mencionou. Agora, gostaria de saber sobre a sua forma habitual de se deslocar de um lugar para outro; por exemplo, para ir ao trabalho, ir às compras, ir ao mercado, ir ao seu lugar dedicado ao culto/Igreja. [Incluir outros exemplos, se necessário].</p> <p><i>A declaração introdutória às seguintes perguntas sobre a atividade física relacionada ao transporte é muito importante. Ela exige e ajuda o participante a pensar sobre como ele se move para ir de um lugar para outro. Esta declaração não deve ser omitida.</i></p>		
Pergunta	Resposta	Código
<p>Faz esses trajetos em menos de 10 minutos a pé ou de bicicleta?</p> <p><i>Escolha a resposta adequada</i></p>	<p>Sim 1</p> <p>Não 2 => Passa a P10</p>	P7
<p>Normalmente, quantos dias por semana faz esses trajetos em menos de 10 minutos a pé ou de bicicleta?</p> <p><i>“Semana típica” significa uma semana durante a qual o participante está envolvido em suas atividades habituais. As respostas válidas vão de 1 a 7.</i></p>	<p>Número de dias</p> <p style="text-align: center;"> _ </p>	P8
<p>No decorrer de um dia típico, quanto tempo você dedica nas suas deslocações andando a pé ou de bicicleta?</p> <p><i>Peça ao participante para pensar num dia típico que ele consegue lembrar facilmente durante o qual ele envolveu em atividades ligadas ao transporte. O participante deve considerar só atividades realizadas de forma contínua durante 10 minutos ou mais. Procure as respostas muito altas (mais de 4 horas) para verificar.</i></p>	<p>Horas: _ _ : _ _ </p> <p>minutos hrs mins</p>	P9 (a-b)
Atividades de lazer		
<p>As perguntas a seguir excluem atividades relacionadas com o trabalho e deslocações que já mencionou. Agora gostaria de lhe fazer perguntas sobre desporto (Exemplo: yoga, taeboo, musculação, ginástica, futebol, caminhada.) e atividades de lazer.</p> <p><i>Peça ao participante para pensar num dia típico que ele consegue se lembrar facilmente durante o qual ele se envolveu em atividades de lazer. O participante deve considerar apenas atividades realizadas de forma contínua durante 10 minutos ou mais. Para resposta superior a 4 horas, confirmar.</i></p>		
<p>Você pratica desporto, fitness ou atividades de lazer de alta intensidade que requerem um aumento significativo da respiração ou do ritmo cardíaco, como [correr, jogar futebol, andebol, voleibol, natação] durante pelo menos dez minutos seguidos?</p> <p><i>[INSERIR EXEMPLOS] Peça ao participante para pensar apenas em atividades recreativas de alta intensidade. As atividades são consideradas de intensidade vigorosas se resultarem num aumento significativo da respiração e / ou do ritmo cardíaco.</i></p>	<p>Sim 1</p> <p>Não 2 => Passa a P13</p>	P10
<p>Normalmente, quantos dias por semana pratica desporto, fitness ou outras atividades de lazer de alta intensidade?</p> <p><i>“Semana típica” significa uma semana durante a qual o participante está envolvido em suas atividades habituais. As respostas válidas vão de 1 a 7.</i></p>	<p>Número de dias</p> <p style="text-align: center;"> _ </p>	P11
<p>No decorrer de um dia típico, quanto tempo dedica a essa atividade?</p> <p><i>Peça ao participante para pensar num dia típico que ele consegue lembrar facilmente durante o qual ele envolveu em atividades de lazer de alta intensidade. O participante deve considerar apenas atividades realizadas de forma contínua por pelo menos 10 minutos. Verifique as respostas muito altas (mais de 4 horas).</i></p>	<p>Horas: _ _ : _ _ </p> <p>minutos hrs mins</p>	P12 (a-b)

Pergunta	Resposta	Código
Pratica desporto, fitness ou atividades de lazer de intensidade moderada que requerem um pequeno aumento da respiração ou do ritmo cardíaco, como caminhada rápida [andar de bicicleta, nadar, jogar vôlei] durante pelo menos 10 minutos seguidos? <i>[INSERIR EXEMPLOS] (MOSTRE AS IMAGENS)</i> <i>Peça ao participante para pensar apenas em atividades recreativas de intensidade moderada. As atividades são consideradas de intensidade moderada se resultarem num ligeiro aumento da respiração e / ou do ritmo cardíaco.</i>	Sim 1 Não 2 => Passa a P16	P13
Normalmente, quantos dias por semana pratica desporto, fitness ou outras atividades de lazer de intensidade moderada? <i>"Semana típica" significa uma semana durante a qual o participante está envolvido nas suas atividades habituais. As respostas válidas vão de 1 a 7.</i>	Número de dias <input type="text"/>	P14
No decorrer de um dia típico, quanto tempo dedica a essa atividade? <i>Peça ao participante para pensar num dia típico que ele consegue lembrar facilmente durante o qual ele se envolveu em atividades de lazer de intensidade moderada. O participante deve considerar apenas atividades realizadas de forma contínua por pelo menos 10 minutos ou mais. Verifique as respostas muito altas (mais de 4 horas).</i>	Horas: <input type="text"/> : <input type="text"/> minutos hrs mins	P15 (a-b)
Normalmente onde costuma realizar as atividades de lazer? <i>Peça ao participante para pensar nos locais onde regularmente ele costuma realizar as atividades física de lazer. (inserir Exemplos).</i>	Ao ar livre 1 Lugar 2 Fechado 2	PN1
Normalmente costuma realizar essas atividades de lazer com a orientação de um profissional especializado? <i>Profissional especializado - Significa indivíduo certificado e com conhecimento comprovado da área de atividade física e desporto. Inserir exemplos</i>	Sim 1 Não 2	PN2
MÓDULO DETALHADO: ATIVIDADE FÍSICA		
Comportamento sedentário		
A próxima pergunta é sobre o tempo em que passa na posição sentada ou deitada, no trabalho, em casa, em deslocação, visitando amigos, e incluiu o tempo em que esteve sentado numa secretária ou mesa, viajando de carro, autocarro, barco, a ler, jogar cartas ou assistir televisão, mas não inclui o tempo em que esteve a dormir. <i>[INSERIR EXEMPLOS] (MOSTRE AS IMAGENS)</i>		
Quanto tempo você passa sentado ou deitado num dia normal? <i>Peça ao participante para levar em conta o tempo total em que esteve sentado ou deitado no trabalho, no escritório, lendo, assistindo televisão, usando um computador, fazendo artesanato, a tricotar, a descansar, etc. O participante não deve incluir o tempo em que esteve a dormir.</i>	Horas: <input type="text"/> : <input type="text"/> minutos hrs mins	P16 (a-b)

MÓDULO BÁSICO: ANTECEDENTES DE HIPERTENSÃO ARTERIAL		
Pergunta	Resposta	Código
Alguma vez um médico ou outro profissional de saúde mediu a sua tensão arterial? <i>Peça ao participante para considerar apenas as medições efetuadas por um médico ou outro profissional de saúde.</i>	Sim 1 Não 2 => Passa a H6	H1
Alguma vez um médico ou outro profissional de saúde lhe disse que tem tensão alta ou que sofre de hipertensão? <i>Escolha a resposta adequada</i>	Sim 1 Não 2 => Passa a H6	H2a
Nos últimos 12 meses foi informado que sofre de hipertensão? <i>Pergunta de seguimento. Apenas para aqueles que já foram diagnosticados com tensão arterial alta.</i>	Sim 1 Não 2	H2b
Nas últimas 2 semanas, tomou algum medicamento para a tensão alta orientado por um médico ou outro profissional de saúde? <i>Peça ao participante para considerar apenas medicamentos para tensão alta orientados por um médico ou outro profissional de saúde.</i>	Sim 1 Não 2	H3
Nos últimos 12 meses foi-lhe aconselhado a mudar seus hábitos de vida? <i>Peça ao participante para considerar orientações como alimentação adequada, controlo do peso, parar de fumar, reduzir ingestão bebidas alcoólicas, iniciar ou aumentar a frequência da atividade física</i>	Sim 1 Não 2	HN1
Alguma vez procurou um curandeiro/mestre para tratar a sua tensão alta ou hipertensão? <i>Selecione a resposta adequada.</i>	Sim 1 Não 2	H4
Toma atualmente algum remédio tradicional ou à base de plantas para sua tensão alta? <i>Escolha a resposta adequada. Lembrar de referir que remédio tradicional é igual a "ramedi di Terra"</i>	Sim 1 Não 2	H5
MÓDULO BÁSICO: ANTECEDENTES DE DIABETES		
Pergunta	Resposta	Código
Alguma vez um médico ou outro profissional de saúde mediu a sua glicemia (açúcar no sangue)? <i>Peça ao participante para considerar apenas as medições efetuadas por um médico ou outro profissional de saúde</i>	Sim 1 Não 2 => Passa a H12	H6
Alguma vez um médico ou outro profissional de saúde lhe disse que tem diabetes? <i>Escolha a resposta adequada</i>	Sim 1 Não 2 => Passa a H12	H7a
Nos últimos 12 meses foi-lhe informado que tem diabetes? <i>Pergunta de seguimento. Apenas para aqueles que já foram diagnosticados com diabetes.</i>	Sim 1 Não 2	H7b

Pergunta	Resposta	Código
Nas últimas 2 últimas semanas, tomou algum medicamento para diabetes orientado por um médico ou outro profissional de saúde? <i>Peça ao participante para considerar apenas medicamentos para diabetes orientados por um médico ou outro profissional de saúde.</i>	Sim 1 Não 2 => Passa a H10	H8
Que medicação você tomou? <i>Peça ao participante para considerar apenas a medicação orientada por um médico ou outro profissional de saúde.</i>	Antidiabéticos orais 1 Insulina 2 Insulina + Antidiabéticos orais 3 Não sabe 77	HN2
Já procurou um curandeiro/mestre para tratar a sua diabetes? <i>Escolha a resposta adequada</i>	Sim 1 Não 2	H10
Atualmente está a tomar um remédio tradicional ou à base de plantas para sua diabetes? <i>Escolha a resposta adequada</i>	Sim 1 Não 2	H11
MÓDULO BÁSICO: ANTECEDENTES DE COLESTEROL ALTO		
Pergunta	Resposta	Código
Alguma vez um médico ou outro profissional de saúde mediu o seu colesterol (nível de gordura no sangue)? <i>Peça ao participante para considerar apenas as medições efetuadas por um médico ou outro profissional de saúde</i>	Sim 1 Não 2 => Passa a H17	H12
Alguma vez um médico ou outro profissional de saúde lhe disse que tem colesterol alto? <i>Escolha a resposta adequada</i>	Sim 1 Não 2 => Passa a H17	H13a
Nos últimos 12 meses foi informado que tem colesterol alto? <i>Apenas para aqueles que já foram diagnosticados com um aumento de colesterol total.</i>	Sim 1 Não 2	H13b
Nas últimas 2 semanas, tomou algum medicamento para o seu colesterol alto orientado um médico ou outro profissional de saúde? <i>Peça ao participante que considere apenas medicamentos contra colesterol total elevado orientados por um médico ou outro profissional de saúde.</i>	Sim 1 Não 2	H14
Alguma vez procurou um curandeiro/mestre para tratar do seu colesterol alto? <i>Escolha a resposta adequada</i>	Sim 1 Não 2	H15
Atualmente está a tomar um remédio tradicional ou à base de ervas para o seu colesterol alto? <i>Escolha a resposta adequada</i>	Sim 1 Não 2	H16

MÓDULO BÁSICO: ANTECEDENTES DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES		
Pergunta	Resposta	Código
Já teve alguma doença cardiovascular (enfarte do miocárdio ou angina de peito, ou acidente vascular cerebral)? <i>Escolha a resposta adequada.</i>	Sim 1 Não 2 Não sabe 3	H17
Atualmente toma aspirina (Corin) regularmente? <i>"Regularmente" significa diariamente ou quase diariamente</i>	Sim 1 Não 2	H18
Atualmente toma Estatinas (remédio para colesterol alto) regularmente? <i>"Regularmente" significa diariamente ou quase diariamente.</i>	Sim 1 Não 2	H19
Atualmente tem como diagnóstico três ou mais doenças crónicas? <i>Dar exemplo de doenças crónicas: Diabetes, Hipertensão, Insuficiência Renal Crónica...</i>	Sim 1 Não 2	HN1
Atualmente usa cinco ou mais medicamentos diferentes, regularmente? <i>"Regularmente" significa diariamente ou quase diariamente</i>	Sim 1 Não 2	HN2
MÓDULO BÁSICO: DICAS DE ESTILO DE VIDA		
Nos últimos 12 meses, foi a um médico ou outro profissional de saúde? <i>Escolha a resposta adequada.</i>	Sim 1 Não 2 <i>Se CI = 1, passa a OI</i> <i>Se CI = 2, passa a CXI</i>	H20
Nos últimos 12 meses, um médico ou um outro profissional de saúde lhe aconselhou a fazer uma das seguintes coisas? <i>(INSERIR PARA CADA RESPOSTA)</i> <i>Escolha a resposta adequada. Peça ao participante para considerar apenas os conselhos de um médico ou outro profissional de saúde.</i>		
Parar ou não começar a usar tabaco	Sim 1 Não 2	H20a
Reduzir a seu consumo de sal	Sim 1 Não 2	H20b
Comer pelo menos 5 porções de frutas e/ou legumes por dia	Sim 1 Não 2	H20c
Reduzir o seu consumo de gordura	Sim 1 Não 2	H20d
Começar ou fazer mais atividade física	Sim 1 Não 2	H20e
Manter um peso saudável ou perder peso	Sim 1 Não 2	H20f
Reduzir o seu consumo de bebidas alcoólicas	Sim 1 Não 2	HN1
Reduzir o seu consumo de bebidas açucaradas	Sim 1 <i>Se CI = 1, passa a OI</i> Não 2 <i>Se CI = 1, passa a OI</i>	H20g

MODULO OPCIONAL
MÓDULO BÁSICO: RASTREIO DO CANCRO DO COLO DO ÚTERO

As próximas perguntas são sobre como prevenir o cancro do colo do útero. Existem diferentes testes para rastreio do cancro do colo do útero, como a inspeção visual com ácido acético (VIA), a citologia, e o teste do vírus da papiloma humana (HPV).

O VIA é uma inspeção da superfície do colo do útero após a lavagem com ácido acético diluído (vinagre). Para a curetagem endocervical e teste de HPV, um médico ou enfermeiro recolhe uma amostra de células na vagina usando uma espátula de madeira ou uma escova e envia-a para o laboratório de análises clínicas. É até mesmo possível que você tenha recebido a espátula ou o pincel para fazer a recolha da amostra sozinha. O laboratório determina se as células estão normais se foi feita uma curetagem endocervical, e procura a presença de HPV se foi feito um teste de HPV.

Leia esta declaração de abertura em voz alta. Não deve ser omitido

Pergunta	Resposta	Código
Alguma vez fez um teste de rastreio do cancro do colo do útero usando algum dos métodos acima referidos? <i>Escolha a resposta adequada.</i>	Sim 1 Não 2 => Passa a CX11 Não sabe 77 => Passa a O1	CX1
Com que idade fez o teste de rastreio do cancro do colo do útero pela primeira vez?	Idade __ __ Não sabe 77 Recusado 88	CX2
Quando fez o último teste de rastreio do cancro do colo do útero?	Há menos de 1 ano 1 Há 1-2 anos 2 Há 3-5 anos 3 Há mais de 5 anos 4 Não sabe 77 Recusado 88	CX3
Qual o principal motivo que a levou a fazer o último teste de rastreio do cancro do colo do útero?	Parte de um exame de rotina 1 Seguimento de resultado anormal ou inconclusivo 2 Recomendado pelo profissional de saúde 3 Recomendado por terceiros 4 Existência de dor ou outros sintomas 5 Outro 6 Não sabe 77 Recusado 88	CX4
Onde fez o seu último teste de rastreio do cancro do colo do útero? [INSERIR CATEGORIAS ESPECÍFICAS DO PAÍS]	Consultório / Clínica médico privado 1 Clínica móvel/Associações 2 Centro de Saúde 3 Hospital 4 Outro 5 Não sabe 77 Recusado 88	CX5

Pergunta	Resposta	Código
Qual foi o resultado do último teste do rastreio do cancro do colo de útero?	Não recebeu o resultado 1 => Passe a O1 Normal / Negativo 2 => Passe a O1 Anormal / Positivo 3 Suspeita de cancro 4 Inconclusivo 5 Não sabe 77 => Passe a O1 Recusado 88 => Passe a O1	CX6
MÓDULO DETALHADO: RASTREIO CANCRO DO COLO DO ÚTERO		
Pergunta	Resposta	Código
Fez alguma consulta de acompanhamento por causa dos resultados do teste?	Sim 1 Não 2 Não sabe 77 Recusado 88	CX7
Recebeu algum tratamento relacionado com o rastreio do cancro de colo do útero por causa dos resultados do teste?	Sim 1 => Passe a O1 Não 2 => Passe a O1 Não sabe 77 => Passe a O1 Recusado 88 => Passe a O1	CX8
Qual é a principal razão para nunca ter feito um teste de rastreio do cancro do colo do útero?	Não sabia como / onde fazer o teste 1 Vergonha 2 Muito caro 3 Não tinha tempo 4 Clínica muito longe 5 Má qualidade de serviço 6 Medo (medo de procedimento, medo do estigma social) 7 Crenças culturais 8 Membro da família não permitiu 9 Não sabe 77 Recusado 88	CX11
	Membro da família (favor especifique) <input type="text"/>	CX11Spec

MODULO OPCIONAL		
SAÚDE ORAL		
As próximas perguntas são sobre o seu estado de saúde oral e comportamentos relacionados.		
Pergunta	Resposta	Código
Quantos dentes naturais tens? <i>O total dos dentes da segunda dentição ou dentição definitiva de adulto, esta constituída por 32 dentes naturais sendo 16 superiores e 16 inferiores.</i>	Sem dentes naturais 1 => Passe a O3 1 a 9 dentes 2 10 a 19 dentes 3 20 dentes ou mais 4 Não Sabe 77	O1
Como descreveria o estado dos seus dentes? <i>Ler as modalidades de resposta</i>	Excelente 1 Muito Bom 2 Bom 3 Normal 4 Mau 5 Muito mau 6 Não sabe 77	O2
Como descreveria o estado das suas gengivas? <i>Ler as modalidades de resposta</i>	Excelente 1 Muito Bom 2 Bom 3 Normal 4 Mau 5 Muito mau 6 Não sabe 77	O3
Como descreveria o estado da sua boca (mucosa)? <i>Ler as modalidades de resposta</i>	Excelente 1 Muito Bom 2 Bom 3 Normal 4 Mau 5 Muito mau 6 Não sabe 77	O4
Possui próteses removíveis?	Sim 1 Não 2 => Passe a O7	O5
Quais das seguintes próteses removíveis possui? <i>(REGISTRO PARA CADA UM)</i>		
prótese maxilar superior	Sim 1 Não 2	O6a
prótese maxilar inferior	Sim 1 Não 2	O6b
Durante os últimos 12 meses, sentiu alguma dor ou desconforto nos dentes, gengivas ou na sua boca?	Sim 1 Não 2	O7
Quanto tempo se passou desde a última vez que foi ao dentista?	Menos de seis meses 1 6-12 meses 2 Mais que 1 ano, mas menos de 2 anos 3 2 anos ou mais, mas menos de 5 anos 4 5 ou mais anos 5 Nunca recebeu tratamento dentário 6 => Passe a O10	O8

Pergunta	Resposta	Código
Qual foi a principal razão para a sua última visita ao dentista?	Consulta / aconselhamento 1	O9
	Dor ou problemas com dentes, gengivas ou com a boca 2	
Tratamento/ acompanhamento 3		
Check-up periódico 4		
Outros 5 => Passa a O9other		
	Outro (por favor especifique) <input type="text"/>	O9other
Quantas vezes lava os dentes?	Nunca 1 => Passa a O14a	O10
	Uma vez por mês 2	
	2 a 3 vezes por mês 3	
	Uma vez por semana 4	
	2-6 vezes por semana 5	
	Uma vez por dia 6	
	Duas vezes ou mais por dia 7	
Usa pasta de dentes para lavar os dentes?	Sim 1	O11
	Não 2 => Passa a O13a	
Usa pasta de dentes com fluor?	Sim 1	O12
	Não 2	
	Não sabe 77	
Usa [algum dos seguintes] para limpar os seus dentes? [LER CADA UMA DAS MODALIDADES, INDIVIDUALMENTE]		
Escova de dentes	Sim 1	O13a
	Não 2	
palitos de madeira	Sim 1	O13b
	Não 2	
palitos de plástico	Sim 1	O13c
	Não 2	
Fio Dental	Sim 1	O13d
	Não 2	
Carvão	Sim 1	O13e
	Não 2	
Pau para mastigar /escova de miswak	Sim 1	O13f
	Não 2	
Outro	Sim 1	O13g
	Não 2 => Passa a O14a	
Outro (por favor especifique)	<input type="text"/>	O13other
Nos últimos 12 meses teve algum dos problemas seguintes por causa do estado de seus dentes, gengivas ou da boca? <i>(REGISTRO PARA CADA UM)</i>		
Dificuldade em mastigar alimentos	Sim 1	O14a
	Não 2	
Dificuldade com a fala / dificuldade em pronunciar palavras	Sim 1	O14b
	Não 2	
Boca seca	Sim 1	O14c
	Não 2	
Teve uma ferida persistente e / ou inchaço na boca por mais de três semanas	Sim 1	O14d
	Não 2	
Teve uma mancha “vermelha” ou “vermelha e branca” na boca	Sim 1	O14e
	Não 2	

Pergunta	Resposta	Código
Procurou cuidados médicos para essa tentativa?	Sim 1 Não 2 => Passa a MH9 Recusado 88	MH7
Foi internado no hospital por causa desta tentativa?	Sim 1 Não 2 Recusado 88	MH8
Alguém próximo na sua família nuclear (Mãe, pai, irmão, irmã ou filhos) já tentou o suicídio?	Sim 1 Não 2 Recusado 88	MH9
Alguém próximo na sua família nuclear (Mãe, pai, irmão, irmã ou Filho já morreu por suicídio?	Sim 1 Não 2 Recusado 88	MH10
STEP 2 MEDIDAS FÍSICAS		
MÓDULO BÁSICO: TENSÃO ARTERIAL		
Pergunta	Resposta	Código
Código de Identificação do Inquiridor <i>Registe o identificador do entrevistador (na maioria dos casos, o entrevistador seria o mesmo que o para as medidas comportamentais).</i>	_ _ _	M1
Código de identificação para o aparelho de medir tensão <i>Registre o identificador do dispositivo ID.</i>	_ _	M2
Largura da braçadeira <i>Escolha o tamanho da braçadeira utilizada.</i>	Pequeno 1 Médio 2 Grande 3	M3
1ª Medição <i>Registre a primeira medição após o participante ter descansado por 15 minutos. Aguarde 3 minutos antes de fazer uma segunda medição.</i>	Sistólica (mmHg) _ _ _	M4a
	Diastólico (mmHg) _ _ _	M4b
2ª Medição <i>Registre a segunda medição. Peça ao participante para descansar por mais 3 minutos antes de fazer a terceira medição.</i>	Sistólica (mmHg) _ _ _	M5a
	Diastólico (mmHg) _ _ _	M5b
3ª Medição <i>Registre a terceira medida.</i>	Sistólica (mmHg) _ _ _	M6a
	Diastólico (mmHg) _ _ _	M6b
Nas últimas 2 semanas, esteve em tratamento prescrito por um médico ou outro profissional de saúde, por causa de uma tensão alta? <i>Escolha a resposta adequada.</i>	Sim 1 Não 2	M7

MÓDULO BÁSICO: ALTURA E PESO		
Pergunta	Resposta	Código
Para as mulheres: Está grávida? <i>Para mulheres grávidas nós pulamos o tamanho, peso, tamanho e quadris.</i>	Sim 1 => Passa a M16 Não 2	M8
Código de Identificação do Inquiridor <i>Registre o identificador do entrevistador (na maioria dos casos, o entrevistador seria o mesmo que o para as medidas comportamentais).</i>	_ _ _ _	M9
Código de ID da medida e balança <i>Registre o identificador do dispositivo ID.</i>	Estadiómetro _ _ _ Balança _ _ _	M10a M10b
Altura <i>Anote a altura do participante em cm com uma casa decimal.</i>	em centímetros (cm) _ _ _ _ . _	M11
Peso <i>Se for muito pesado para a balança, codificar 666.6</i> <i>Registre o peso do participante em kg com uma casa decimal.</i>	em quilogramas (kg) _ _ _ _ . _	M12
MÓDULO BÁSICO: MEDIDA DA CINTURA		
Código de identificação para a fita métrica <i>Registrar o identificador do dispositivo ID.</i>	_ _ _	M13
Medida da Cintura <i>Registre a medida da cintura do participante em centímetros com um ponto decimal.</i>	em centímetros (cm) _ _ _ _ . _	M14
MÓDULO DETALHADO: QUADRIS E RITMO CARDÍACO		
Pergunta	Resposta	Código
Quadris <i>Anote a medida do quadril do participante em centímetros com um ponto decimal.</i>	em centímetros (cm) _ _ _ _ . _	M15
Ritmo cardíaco <i>Registe as três leituras do ritmo cardíaco.</i>		
1ª Medição	Batimentos por minuto _ _ _ _	M16a
2ª Medição	Batimentos por minuto _ _ _ _	M16b
3ª Medição	Batimentos por minuto _ _ _ _	M16c
STEP 3 MEDIDAS BIOQUÍMICAS		
MÓDULO BÁSICO: GLICEMIA		
Pergunta	Resposta	Código
Durante as últimas 12 horas, bebeu ou comeu algo para além de água? <i>É essencial que o participante esteja em jejum. Se não estiver em jejum, agendar novo encontro. Após 3 marcações falhadas marcar como RECUSADO (incluir na opção de resposta)</i>	Sim 1 Não 2 Recusado 3	B1
Código de Identificação do técnico <i>Registro da Identificação da pessoa que está a tirar a medida</i>	_ _ _ _	B2

ANEXO E - GUIA E CARTÕES DE REFERÊNCIA

Figura 1: Cartão de referência de resultados entregue aos participantes



DNT SEGUNDO INQUÉRITO DE DOENÇAS NÃO TRANSMISSÍVEIS

MINISTÉRIO DA SAÚDE E DA SEGURANÇA SOCIAL

GOVERNO DE CABO VERDE
A TRABALHAR PARA TODOS.

O resultado do teste efetuado em ___/___/ 2020, detetou:

- Peso de _____ kg
- Altura de _____ cm
- T. Art. de _____/_____ mmHg
- Glicémia de _____ mg/dl
- Colesterol Total de _____ mg/dl
- Colesterol HDL de _____ mg/dl

do(a) Sr(a) _____ de _____ anos de idade.

Assinatura do(a) Agente de Saúde

Figura 2: Cartão de referência de encaminhamento dos participantes às estruturas de saúde



DNT SEGUNDO INQUÉRITO DE DOENÇAS NÃO TRANSMISSÍVEIS

MINISTÉRIO DA SAÚDE E DA SEGURANÇA SOCIAL

GOVERNO DE CABO VERDE
A TRABALHAR PARA TODOS.

O resultado do teste efetuado em ___/___/ 2020, detetou um nível crítico de :

- Glicémia de _____ mg/dl
- Colesterol de _____ mg/dl
- T. Art. de _____/_____ mmHg

do(a) Sr(a) _____ de _____ anos de idade,
pelo que deverá dirigir-se urgentemente à Delegacia/Centro de Saúde da sua área de residência para consulta.

Data: ___/___/ 2019

Assinatura do(a) Agente de Saúde

Figura 3: Quia de porções de frutas e legumes/verduras diárias recomendadas



ANEXO F - TRABALHOS DE TERRENO

Imagem 1: Cerimónia de lançamento do IDNT II



Imagem 2: Equipa técnica na organização dos trabalhos do IDNT II



Imagem 3: Formação dos agentes de terreno do IDNT II



Imagem 4: Agentes de terreno na identificação dos edifícios, alojamentos a inquirir



Imagem 5: Organização dos trabalhos de terreno e realização de entrevista junto dos indivíduos



Imagem 6: Agentes de terreno fazendo medição da altura, do peso e da tensão arterial



Imagem 7: Recolha da amostra de sangue para teste de glicemia e colesterol



Imagem 8: As amostras de urinas conservadas



Imagem 9: Envio das amostras de urinas e recepção no laboratório do HAN



Imagem 10: Materiais utilizados no terreno: tablet, fita, *cardiocheck*, esfigmomanómetro, balança, estadiómetro convencional e digital ultrassónico



Imagem 11: Equipas do IDNT II de Porto Novo, Ribeira Grande/Paúl e de São Nicolau



Imagem 12: Equipas do IDNT II de Santa Cruz/São Miguel/Tarrafal, São Lourenço dos Órgãos/Santa Catarina, Boavista e equipa de Praia



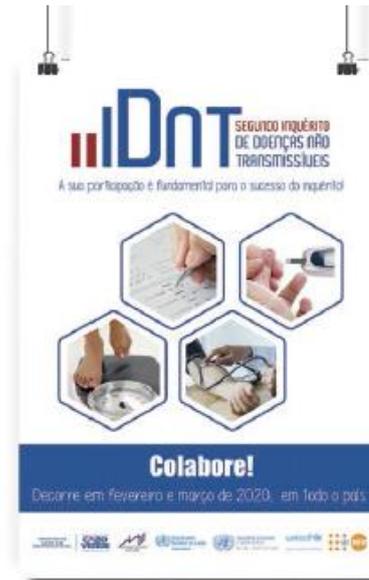
Imagem 13: Equipas do IDNT II de Fogo, Maio e Brava



Imagem 14: Maquetes dos materiais Produzidos



Roll Up



Cartaz



Assinatura



Outdoor

Folheto

Desdobrável

Imagem 15: Maquetes dos materiais Produzidos (Continuação)



Camisas, chapéu e mochilas



Spot TV

ANEXO G - EQUIPAS IDNT II

COORDENADORES NACIONAIS

Artur Jorge Correia, Diretor Nacional da Saúde- MS
Osvaldo Borges, Presidente Concelho Administração-INE
Jesus Hernando Agudelo, Representante OMS Cabo Verde

COORDENADORES TÉCNICO

Emília Castro Monteiro, Ponto Focal DNT –MS
Noemi Lima Ramos, Diretora DEDS - INE
Edith Pereira, Promoção da Saúde- OMS

COORDENADOR TÉCNICO ADJUNTO

Jorge Noel Barreto, Diretor Serviço Prevenção e Controlo de Doenças, MS

METODOLOGIA, OPERAÇÕES E ANÁLISE

Carla Barbosa, MS	Bruno Barros, INE
Elisa Veiga, MS	Carlos Alberto R. Mendes, INE
Elisabeth Rodrigues, MS	Ivaldino Gonçalves, INE
Irina Spencer Maia, MS	Teresa Brito Moniz, INE
José Rocha, MS	Ivanilda dos Reis, MD
Maria da Luz Lima, MS	Joaquim Hernandez, MD
Vanda Azevedo, MS	Ricardo Luz, MAA
José Teixeira, OMS	

GESTÃO E LOGÍSTICA

Evelise Almeida, MS
Jossara Silva, MS
Emanuel Pereira, OMS
José Luís de Pina, OMS
Adriana Spencer, OMS

INFORMÁTICA E TRATAMENTO DE DADOS

Teresa Brito Moniz, INE
Eliseu Pinto Tavares, MS
Maria Rosário Gonçalves, MS
Carla Santos, OMS
Adilson Stalin Correia, INE

COMUNICAÇÃO

Catarina Veiga, INSP
Carmem Cruz, INE

ANALISTAS

Emilia Castro Monteiro, MS	José Rocha, MS
Eliseu Pinto, MS	Teresa Brito Moniz, INE
Irina Spencer Maia, MS	Carla Santos, OMS
Jorge Noel Barreto, MS	Edith Pereira, OMS
Maria da Luz Lima, MS	José Teixeira, OMS
Maria Natalina Silva, MS	Ivanilda dos Reis, MD
Osias Fernandes, MS	Joaquim Hernandez, MD
Vanda Azevedo, MS	Ricardo Luz, MAA
Carla Barbosa, MS	Maria Rosário Gonçalves, MS

FINALIZAÇÃO DO RELATÓRIO

Emília Castro Monteiro, MS
Irina Spencer Maia, MS
Teresa Brito Moniz, INE
Edith Pereira, OMS
José Teixeira, OMS

SUPERVISORES DE TERRENO

Emilia Castro Monteiro, MS	Bruno Barros, INE
Eliseu Pinto, MS	Ivaldino Sanches, INE
Irina Spencer Maia, MS	Teresa Brito Moniz, INE
Jorge Noel Barreto, MS	Carla Santos, OMS
José Rocha, MS	Edith Pereira, OMS
Maria da Luz Lima, MS	José Teixeira, OMS
Maria Natalina Silva, MS	

TÉCNICOS DE LABORATÓRIO

Elisa Veiga, MS
Marly Nascimento de Carvalho, MS
Miriam Correia Pereira, MS

INQUIRIDORES E TÉCNICOS DE SAÚDE

Alícia Fortes Rodrigues	Alcione Filomena Sanches de Pina
Aliene Soares Silva	Ana Cristina Semedo Teixeira
Ana de Jesus Ramos	Ana Sofia Monteiro Silva
Bruna Catúcia Soares Silva	Anice Nataly Gomes Varela
Carla Cristina Monteiro da Luz	Ariana Frederico Fernandes
Cíndia Mirene Neves da Cruz	Carla Andreia Teixeira Lopes
Dário Sousa da Cruz	Carla Nancy Teixeira Silva
Denise Solange Lopes Rocha	Carla Veiga Rodrigues
Elizabeth Gomes Fortes	Domingas Patrícia Gomes Silva
Erikson Gomes Tavares	Dorayse de Andrade
Ervelina Bras Sofia Lima	Dulce Maria Varela Lopes Monteiro
Kevin Braen Pires Sousa	Edsana Da Conceição Tavares Almada
Leticia Fernandes Duarte Lopes	Elisete Karina Borges Pereira
Marta Maria Lima Gomes	Eunice das Neves Vaz Sunday
Raquel Cristina Silva Almeida	Geisa Monteiro
Vivieni Rodrigues Delgado	Gilson Jesus Pina Garcia
Zenaida Ramos do Rosario	Gracelina Ramos Semedo
Adria Patrícia Gomes Semedo	Isaac dos Santos Varela
Ailine Simone Melicio Lopes	Jacira Lopes Varela
Ana Sofia Semedo de Oliveira Garcia	Kateline de Pina Rosa
Armandina de Pina Tavares Alves	Maria de Lourdes Gomes Andrade da Graça
Aurisa Fortes Correia	Marline Fernandes Furtado
Carla Veiga Rodrigues	Mauro Elias de Carvalho Freitas Vaz
Darilin Verónica Rodrigues Livramento	Natalino de Jesus Mendes Monteiro
Hélia Dos Reis Pina	Nireida de Barros Tavares
Ivandra Pires Gomes Resende	Queila Patrícia Gonçalves Semedo
Ivanilda Maria Almeida Oliveira	Roselena Lopes Tavares
Jacilinda Cristina Fortes Cosme	Sónia Patrícia Gonçalves Fernandes
Livia Zillene nascimento Silva	Yara Massára Tavares Andrade
Maria de fatima Pinheiro	Zuleica dos Santos Monteiro
Melissa Monteiro Gomes	

REVISORES DO RELATÓRIO

Carlos Alberto R. Mendes, Estatístico e Demógrafo
Carlos Brito Faria, Infeciologista
Vanda Azevedo, Cardiologista

EXPERTS DA METODOLOGIA STEPSWise da OMS

Stefan Savin, OMS Geneve
Patricia Rarau, OMS Geneve
Allel Louazani, OMS AFRO



Agradecimentos a todos que fizeram parte do IDNT II

Assistência financeira

Governo de Cabo Verde

OMS – Fundo Regular e Projeto FCTC 2030

Escritório Conjunto: UNICEF, UNFPA, PNUD

