

Comportamentos Aditivos aos 18 anos - Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional 2025: utilização da internet



ASSUNTO	Utilização da internet em jovens de 18 anos
A QUEM SE DESTINA	Profissionais especializados, decisores, academia, cidadão
PALAVRAS-CHAVE	Jovens, Internet, Redes Sociais, Jogo eletrónico, Jogo a dinheiro, Pesquisas, Vídeos
FORMATO	PDF

FICHA TÉCNICA

TÍTULO

Comportamentos Aditivos aos 18 anos - Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional 2025: utilização da internet

UNIDADE RESPONSÁVEL

Unidade de Estatística e Investigação / Departamento de Investigação, Monitorização e Comunicação

AUTORIA

Ludmila Carapinha, Vasco Calado, Helena Neto

GRAFISMO

ICAD, IP / Gabinete de Tecnologias e Sistemas de Informação/ Departamento de Investigação, Monitorização e Comunicação / Unidade de Estatística e Investigação

CAPA

Foto de Papaioannou Kosta na Unsplash

EDITOR

ICAD, IP, Lisboa 2026.

ISBN

978-989-36386-2-1

DOI

<https://doi.org/10.71665/ffdm-wn61>

Comportamentos Aditivos aos 18 anos - Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional 2025: utilização da internet

ÍNDICE

DESTAQUES	9
AGRADECIMENTOS	12
INTRODUÇÃO	13
METODOLOGIA	14
Objetivos do estudo	14
Tipo de estudo e instrumento de recolha de dados	14
Conteúdos do questionário	15
Trabalho de campo	17
População	17
Análise de dados	17
RESULTADOS	19
A INTERNET	19
Tendências 2017-2025	20
Evolução 2024-2025	21
AS REDES SOCIAIS	23
Tendências 2015-2025	23
Evolução 2024-2025	24
O JOGO <i>ONLINE</i>	25
Tendências 2015-2025	26
Evolução 2024-2025	26
O JOGO DE APOSTAS <i>ONLINE</i>	28
Tendências 2015-2025	28
Evolução 2024-2025	29
AS PESQUISAS <i>ONLINE</i> : LER OU ESTUDAR	31
Tendências 2016 - 2025	31
Evolução 2024 - 2025	32
FILMES, VÍDEOS, TUTORIAIS <i>ONLINE</i>	33
Tendências 2023 - 2025	34
PROBLEMAS RELACIONADOS COM A UTILIZAÇÃO DA INTERNET	35
Tendências 2017 - 2025	36
Evolução 2024-2025	36
CONCLUSÕES	40
ANEXOS	42
Anexo 1. A internet	43

Anexo 2. As redes sociais	45
Anexo 3. O jogo <i>online</i>	48
Anexo 4. O jogo de apostas <i>online</i>	51
Anexo 5. As pesquisas <i>online</i>	54
Anexo 6. Os filmes, vídeos, tutoriais	57
Anexo 7. Problemas associados à utilização da internet	58
SIGLAS E ABREVIATURAS	59

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Idade de início da utilização da internet, em 2025 (%)	19
Figura 2. Equipamentos usados para aceder à internet, em 2025 (%)	19
Figura 3. Duração média (em horas) de utilização da internet por dia, por sexo, em 2025 (%)	20
Figura 4. Destaque das evoluções nas prevalências de utilização de internet entre 2017 e 2025	21
Figura 5. Início da utilização da internet anterior aos 10 anos de idade, 2017-2025 (%)	22
Figura 6. Utilização da internet em 5 horas ou mais por dia (em média), 2017-2025 (%)	22
Figura 7. Nº de horas (por dia) de utilização da internet em redes sociais, em 2025 (%)	23
Figura 8. Utilização de redes sociais em 2015-2025 (%)	24
Figura 9. Utilização de redes sociais em 6h ou mais por dia, entre os utilizadores (2015-2022, 2023-2025) (%)	25
Figura 10. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar, em 2025 (%)	25
Figura 11. Utilização de jogo <i>online</i> em 2015-2025 (%)	27
Figura 12. Utilização de jogo <i>online</i> em 6h ou mais por dia, entre os jogadores (2015-2022, 2023-2025) (%)	27
Figura 13. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar em apostas, em 2025 (%)	28
Figura 14. Utilização de jogo de apostas <i>online</i> em 2015-2025 (%)	30
Figura 15. Utilização de jogo de apostas <i>online</i> em 6h ou mais por dia, entre os jogadores (2015-2022, 2023-2025) (%)	30
Figura 16. Nº de horas (por dia) de utilização da internet a ler ou estudar, em 2025 (%)	31
Figura 17. Utilização de pesquisas <i>online</i> (2016-2022) / para ler ou estudar (2023-2025) (%)	32
Figura 18. Utilização de pesquisas <i>online</i> (2016-2022) / para ler ou estudar <i>online</i> (2023-2025) em 6h ou mais por dia, entre os utilizadores (%)	33
Figura 19. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para ver filmes, vídeos, tutoriais, em 2025 (%)	34
Figura 20. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2025 (%) ..	36

Figura 21. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025 (%)	37
Figura 22. Experiência de problemas associados à utilização da internet,	37
Figura 23. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025: Problemas de rendimento na escola/trabalho (%)	37
Figura 24. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025: Problemas com comportamentos em casa (%)	38
Figura 25. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025: Relações sexuais sem preservativo (%)	38
Figura 26. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025: Problemas financeiros (%)	38
Figura 27. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025: Problemas de saúde que motivou assistência médica (%)	39

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1. Características sociodemográficas (%)	18
Tabela 2. Experiência de utilização da internet (2017-2025)	43
Tabela 3. Equipamentos usados para aceder à internet (2016-2025).....	44
Tabela 4. Duração média (em horas) de utilização da internet por dia (2017-2025)	44
Tabela 5. Nº de horas (por dia) de utilização da internet em redes sociais (2015-2022) - inquiridos.....	45
Tabela 6. Nº de horas (por dia) de utilização da internet em redes sociais (2015-2022) - utilizadores	46
Tabela 7. Nº de horas (por dia) de utilização da internet em redes sociais (2023-2025).....	47
Tabela 8. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar (2015-2022) - inquiridos	48
Tabela 9. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar (2015-2022) - jogadores.....	49
Tabela 10. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar (2023-2025)	50
Tabela 11. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogo de apostas (2015-2022) - inquiridos.....	51
Tabela 12. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogo de apostas (2015-2022) - jogadores.....	52
Tabela 13. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogo de apostas (2023-2025)	53
Tabela 14. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para fazer pesquisas (2015-2022) - inquiridos	54
Tabela 15. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para fazer pesquisas (2015-2022) - utilizadores da internet para fazer pesquisas.....	55
Tabela 16. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para fazer pesquisas: ler ou estudar (2023-2025).....	56
Tabela 17. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para ver filmes, vídeos, tutoriais (2023-2025).....	57
Tabela 18. Problemas associados à utilização da internet nos últimos 12 meses (2017-2025) - inquiridos.....	58

DESTAQUES

INTERNET EM GERAL

- A maioria (60%) dos jovens usa, em média, a internet durante 4 horas ou mais por dia, sendo que 37% usam durante 5 horas ou mais. A utilização mais intensiva da internet (durante 5 horas ou mais) tem vindo a aumentar (em 2017 era referida por 29%), contudo, com oscilações consoante o ano. Entre 2024 e 2025 a oscilação é de -1pp;
- 39% dos jovens iniciaram a utilização antes dos 10 anos, percentagem que tem vindo a aumentar (em 2017 esta idade era referida por 31%), mas, com oscilações consoante o ano. Entre 2024 e 2025 a oscilação é de -0,2pp.

REDES SOCIAIS

- 97% dos jovens de 18 anos são utilizadores de redes sociais. 37% frequentam as redes sociais durante 4 horas ou mais por dia (em média) e 45% durante 2 a 3 horas, sendo este o tempo de utilização mais comum. 13% dos jovens utilizam a internet durante 6 horas ou mais por dia nas redes sociais;
- Comparando rapazes e raparigas, verifica-se que uma maior percentagem de raparigas usa as redes sociais (M=96%; F=99%), sendo também estas que mais fazem uma utilização mais prolongada (6 horas ou mais por dia) (M=12%; F=14%);
- Entre 2023 e 2025 a utilização mais intensiva diminuiu 2pp.

JOGO

- 63% dos jovens de 18 anos jogam *online*. 30% jogam, em média, menos de 2 horas por dia (47% entre os jogadores), 20% jogam entre 2 e 3 horas (31% entre os jogadores), sendo estes os períodos de jogo mais comuns. Uma utilização mais intensiva, de 6 horas ou mais por dia, é mencionada por 6% dos jovens (10% dos jogadores);
- Comparando rapazes e raparigas, verifica-se que são mais os rapazes que jogam *online* (M=84%; F=41%), bem como jogam durante mais horas por dia. 10% dos rapazes (12% dos jogadores) jogam 6 ou mais horas por dia, para 2% das raparigas (5% das jogadoras);
- Entre 2023 e 2025 a prática mais intensiva reduziu menos de 1pp.

APOSTAS

- 17% dos jovens de 18 anos jogam em apostas *online*. Comparando rapazes e raparigas, verifica-se que são muito mais os rapazes que jogam em apostas *online* (M=30%; F=5%);
- 11% (63% dos jogadores) jogam menos de 2 horas por dia e 3% (18% dos jogadores) entre 2 e 3 horas. Estes são os tempos de jogo por dia mais mencionados pelos jovens. Uma utilização mais intensiva, de 6 horas ou mais por dia, é mencionada por 2% dos jovens (11% dos jogadores);
- Comparando rapazes e raparigas constata-se que os primeiros tendem a jogar durante mais horas por dia. 3% dos rapazes (11% dos jogadores) jogam 6 ou mais horas por dia, para 0,4% das raparigas (9% das jogadoras);
- Entre 2023 e 2025 a utilização mais intensiva aumentou 1,6pp.

PESQUISAS: LER OU ESTUDAR

- 80% dos jovens de 18 anos fazem pesquisas *online*. Comparando rapazes e raparigas, verifica-se que são mais as raparigas que fazem pesquisas (M=71%; F=88%);
- 29% (37% dos utilizadores) pesquisam até 1 hora por dia e 32% (40% dos utilizadores) pesquisam entre 2 e 3 horas. Este é o tempo que, de forma mais comum, é dispensado nesta atividade. Uma utilização mais intensiva, de 6 horas ou mais por dia, é mencionada por 6% dos jovens (8% dos utilizadores);
- Comparando rapazes e raparigas, as raparigas tendem a mencionar um pouco mais uma utilização mais intensiva (6 ou mais horas por dia). 4% dos rapazes (6% dos utilizadores) permanecem este tempo a pesquisar por dia, para 9% das raparigas (10% das utilizadoras).
- Entre 2023 e 2025 a utilização mais intensiva diminuiu menos de 1pp.

FILMES, VÍDEOS, TUTORIAIS

- 92% dos jovens de 18 anos veem filmes, vídeos ou tutoriais na internet. Comparando rapazes e raparigas, verifica-se que são mais as raparigas que veem filmes, vídeos ou tutoriais, sendo, contudo, a diferença ligeira (M=90%; F=95%);
- 31% (34% dos utilizadores) passam até 1 hora por dia neste tipo de atividade e 44% (47% dos utilizadores) passam entre 2 e 3 horas. Este é o tempo que, de forma mais comum, é dispensado nesta atividade. Uma utilização mais intensiva, de 6 horas ou mais por dia, é mencionada por 5% dos jovens (6% dos utilizadores);

- Comparando rapazes e raparigas quanto a este tipo de utilização não se observam diferenças significativas. 5% dos rapazes (6% dos utilizadores) permanecem este tempo diário nesta atividade, para 6% das raparigas (6% das utilizadoras);
- Entre 2023 e 2025 a utilização mais intensiva pouco se alterou.

PROBLEMAS ASSOCIADOS À UTILIZAÇÃO DA INTERNET

- Globalmente, 35% dos jovens mencionaram ter experienciado pelo menos um de sete problemas nos 12 meses anteriores ao inquérito. O tipo de problema mais mencionado pelos jovens em 2025 é o das situações de mal-estar emocional (20% dos jovens), seguindo-se as referências a problemas de rendimento na escola/trabalho (17%);
- Comparando rapazes e raparigas, a experiência de qualquer problema é ligeiramente superior entre as raparigas (M=35%; F=36%);
- Comparando 2017 com 2025, as prevalências de qualquer problema relacionado com a utilização da internet aumentaram razoavelmente (de 23% para 35%). Contudo, embora este aumento tenha sido contínuo até 2023, entre 2023 e 2025 diminuiu um ponto percentual.

AGRADECIMENTOS

O presente projeto tem sido possível devido a uma frutuosa parceria com o Ministério da Defesa Nacional, que permitiu a realização deste estudo no contexto das atividades do Dia da Defesa Nacional e com a logística implementada pelas estruturas deste Ministério.

Neste âmbito, cabe-nos agradecer a todos os intervenientes da Direção-Geral de Recursos da Defesa Nacional e do Grupo de Coordenação da Saúde, onde estavam incluídos representantes das ARS/SICAD (atual ICAD), das várias regiões do país, bem como da Direção Regional da Saúde, através da Unidade Operacional de Intervenção em Comportamentos Aditivos e Dependências / Secretaria Regional de Saúde e Proteção Civil da Região Autónoma da Madeira e Direção Regional da Prevenção e Combate às Dependências da Região Autónoma dos Açores.

Finalmente, uma palavra de agradecimento especial a todos os jovens participantes no Dia da Defesa Nacional, pela sua generosidade em participarem neste projeto.

INTRODUÇÃO

O inquérito sobre comportamentos aditivos aplicado aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional teve a sua primeira edição nacional em 2015, sendo o presente estudo resultante da décima edição do mesmo.

Durante o Dia da Defesa Nacional são desenvolvidas atividades destinadas a sensibilizar os jovens para a importância da Defesa Nacional e para o papel e missão das Forças Armadas Portuguesas. Estas atividades decorrem nos CDDN (Centros de Divulgação do Dia da Defesa Nacional), sedeados em unidades militares dos três ramos das Forças Armadas em todo o país.

Este inquérito está associado à participação de entidades públicas do sector da Saúde, em particular, no domínio dos comportamentos aditivos, no programa de atividades do Dia da Defesa Nacional, que, para além da componente militar, abrange outro tipo de ações, designadamente nas áreas da saúde e educação.

Estas entidades, Instituto para os Comportamentos Aditivos e as Dependências, Direção Regional da Prevenção e Combate às Dependências dos Açores e Unidade Operacional de Intervenção em Comportamentos Aditivos e Dependências/ Secretaria Regional de Saúde da Região Autónoma da Madeira – cooperam para o desenvolvimento de ações de informação e sensibilização em matéria de comportamentos aditivos, nesta iniciativa da responsabilidade da Direção-Geral de Recursos da Defesa Nacional (Ministério da Defesa Nacional).

Uma vez que neste inquérito são convidados a participar todos os jovens que completam 18 anos no ano da sua aplicação, os indicadores recolhidos têm particular relevância para a caracterização da situação do país em matéria de comportamentos aditivos e a sua repetição anual permite identificar algumas tendências.

O estudo que se apresenta resulta da parceria com a Direção-Geral de Recursos da Defesa Nacional (DGRDN) e com a Direção Geral de Educação (DGE). À DGRDN cabe a operacionalização do inquérito no terreno, bem como a gestão paralela da plataforma de dados. Por sua vez, a DGE (conforme se detalha na secção de Metodologia) contribui com o questionário sobre Segurança Digital. Finalmente, o ICAD trabalha a informação recolhida no domínio da internet.

Neste documento são apresentados os resultados quanto à utilização da internet. À semelhança das edições anteriores será feita uma leitura das evoluções percentuais desde a primeira edição em 2015.

METODOLOGIA

OBJETIVOS DO ESTUDO

Este projeto tem como objetivo geral a caracterização dos jovens quanto a padrões de consumo de substâncias psicoativas e de utilização da internet.

Em particular, quanto ao consumo de substâncias psicoativas, pretende-se identificar:

- A prevalência de consumo de diversas substâncias;
- A respetiva frequência de consumo;
- A prevalência/frequência de padrões de consumo de nocividade acrescida;
- A experiência de problemas relacionados com o consumo;
- A aquisição de substâncias através da internet.

Por sua vez, quanto à utilização da internet, pretende-se identificar:

- A prevalência de utilização da internet em redes sociais, jogo, pesquisas para ler ou estudar e visualização de vídeos, filmes, tutoriais;
- O tempo passado a utilizar a internet nestas modalidades;
- A prevalência de uma utilização mais nociva da internet nestas modalidades;
- A experiência de problemas relacionados com a utilização da internet.

O presente documento incide na análise de dados quanto à UTILIZAÇÃO DA INTERNET.

TIPO DE ESTUDO E INSTRUMENTO DE RECOLHA DE DADOS

Trata-se de um estudo quantitativo, transversal, com base num questionário anónimo sucinto, de autopreenchimento, em dispositivo informático (tablet).

Neste processo, optou-se por seleccionar questões já aplicadas com sucesso em inquéritos anteriormente implementados pelo SICAD (atual ICAD) junto de jovens, criando-se desta forma condições para a realização de algumas análises comparativas. A estrutura do questionário aplicado é essencialmente a mesma desde o início, com vista à sua comparabilidade. Entre as várias edições efetuaram-se apenas pequenas adaptações com o propósito de melhorar o instrumento.

CONTEÚDOS DO QUESTIONÁRIO

Por questões de otimização dos questionários apresentados aos jovens no Dia da Defesa Nacional optou-se por não incluir questões sobre a utilização da internet no questionário sobre Comportamentos Aditivos, uma vez que havia uma proposta de questionário no âmbito da Segurança Digital, da responsabilidade do Ministério da Educação. Assim, no questionário sobre comportamentos aditivos é apenas incluída uma questão sobre os problemas associados à utilização da internet e no questionário da Segurança Digital incluíram-se algumas variáveis de relevância para o ICAD, referentes ao tempo de utilização da internet para jogar e, em particular, o jogo de apostas. Isto significa que as variáveis sobre utilização da internet aqui analisadas são provenientes quer do questionário sobre comportamentos aditivos, da responsabilidade do ICAD, quer do questionário sobre segurança digital, da responsabilidade da Direção Geral de Educação.

Os conteúdos do questionário são os que se passa a descrever.

- Utilização da internet ao longo da vida (Sim/Não)
- Idade de início de utilização da internet (Nunca usou/antes dos 10 anos/10-14 anos/15/16/17/18)
- Duração (média) de utilização da internet por dia (Nunca usou/menos de 1 hora/1/2/3/4/5 ou mais)
- Equipamentos usados para aceder à internet

Entre 2015 e 2022 questionou-se sobre a utilização dos seguintes equipamentos:

- computador fixo (S/N)
- portátil (S/N)
- tablet (S/N)
- *smartphone* (S/N)
- telemóvel (S/N)
- outro (S/N)

Em 2023 foi retirada a opção “telemóvel”.

- Tempo passado na internet (de 2ª a 6ª / Fim-de-semana, com a escala: Nunca / Até 1h / 2h – 3h / 4h – 5h / 6h ou mais)

Entre 2015 e 2022 os jovens foram inquiridos sobre o tempo passado na internet, por dia, em 4 tipos de utilização:

- Redes sociais
- Jogos *online*
- Jogos de apostas
- Pesquisas

Em 2023 foi eliminada esta separação em 2 períodos temporais (2ª a 6ª / Fim-de-semana), manteve-se a escala e foi adicionado mais um tipo de utilização:

- Ver filmes, vídeos, tutoriais

- Experiência de problemas relacionados com a utilização da internet (Sim/Não)

- Problemas de rendimento na escola/trabalho
- Problemas com comportamentos em casa
(Discussões, não cumprimento de regras, castigos)
- Problemas financeiros
- Atos de violência/conduita desordeira
- Relações sexuais sem preservativo
- Situações de mal-estar emocional

Opção introduzida em 2016 - Desmotivação, tristeza, insatisfação, solidão, ansiedade

Formulação das questões:

- Por dia, quanto tempo está ligado à internet nas redes sociais
- Por dia, quanto tempo está ligado à internet em jogos online
- Por dia, quanto tempo está ligado à internet em jogos de apostas online
- Por dia, quanto tempo está ligado à internet em pesquisas
- Por dia, quanto tempo está ligado à internet a ver vídeos, filmes, tutoriais
- Já alguma vez teve os seguintes problemas relacionados com a utilização da internet nos últimos 12 meses?

TRABALHO DE CAMPO

Segundo a Direção Geral de Recursos da Defesa Nacional (DGRDN), o Dia da Defesa Nacional/2025 decorreu em todo o país (continente e regiões autónomas) em 30 Centros de Divulgação do Dia da Defesa Nacional. Os cidadãos portugueses de 18 anos foram convocados para o CDDN correspondente à sua zona de residência.

No âmbito do programa de cada Dia da Defesa Nacional, todos os jovens foram convidados, pelos militares de cada CDDN, em contexto de sala, a preencher um conjunto de questionários em tablet, entre os quais, o questionário referente a comportamentos aditivos. A participação neste questionário foi voluntária e anónima e efetuou-se no final do dia.

POPULAÇÃO

A DGRDN convoca os cidadãos portugueses de 18 anos (segundo listagem atualizada do Instituto de Registos e Notariado). De entre estes, uma pequena percentagem não participa no ano da convocatória por motivos diversos, nomeadamente estar a viver fora do país.

Nesta edição foram convocados 105 671 cidadãos, tendo-se verificado a presença de 91 754 desses jovens, dos quais, 88 682 participaram no inquérito. A adesão ao inquérito foi bastante elevada, excluindo-se da participação os jovens que, por dificuldades cognitivas, ou, especificamente, ao nível da leitura, não tinham capacidade para participar num questionário de autopreenchimento.

ANÁLISE DE DADOS

O ICAD recebeu da DGRDN uma base de dados (SPSS *Statistics* versão 27.0) correspondente à aplicação do modelo de questionário consensualizado.

Face à população de 105 671 convocados para o Dia da Defesa Nacional/2025, compareceram 91 754 jovens e este estudo caracteriza 88 514¹.

Metade dos jovens analisados é do sexo masculino e a outra do sexo feminino. Mais de metade (51%) frequenta o ensino secundário, sobretudo o 12º ano (31%, mais 15% em curso profissional com equivalência ao 12º ano), sendo também de destacar a percentagem dos que já iniciaram o ensino superior (37%). 74% são estudantes a tempo inteiro e 7% conjugam os estudos com o trabalho. Uma pequena percentagem de jovens está empregada (sem estudar: 10%), enquanto os restantes estão

¹ Dos 88 682 questionários válidos recebidos em base de dados da DGRDN é, todos os anos, realizada uma validação adicional pelo ICAD no que toca a variáveis relativas ao consumo de substâncias psicoativas, pelo que, para efeitos deste estudo, a amostra é de 88 514 jovens.

desempregados. Praticamente todos são solteiros. Ao longo dos anos tem vindo a aumentar a percentagem de jovens que se encontram a frequentar o ensino superior, sendo, em 2022, o dobro da de 2021. Contudo, em 2023 retoma-se uma percentagem semelhante à de 2021, que se mantém desde então. Por sua vez, quanto à situação face ao trabalho, o perfil, um pouco extemporâneo em 2021 e retomado em 2022, mantém-se (Tabela 1).

Tabela 1. Características sociodemográficas (%)

	2015 (n= 31300)	2016 (n=81207)	2017 (n=82854)	2018 (n=66148)	2019 (n=86254)	2021 (n=70374)	2022 (n=135273)	2023 (n=92443)	2024 (n=91989)	2025 (88514)
Sexo										
Masculino	51,2	50,6	50,8	49,4	50,5	51,2	51,2	51,0	51,4	50,8
Feminino	48,8	49,4	49,2	50,6	49,5	48,8	48,8	49,0	48,6	49,2
Nível de escolaridade (concluiu ou frequenta)										
6º ano ou menos	1,4	1,1	1,0	0,8	0,8	0,5	0,3	0,3	0,3	0,2
7º ano	0,8	0,6	0,5	0,4	0,4	0,2	0,2	0,2	0,1	0,1
8º ano	1,0	0,8	0,6	0,5	0,5	0,3	0,2	0,2	0,2	0,2
9º ano	10,2	7,8	7,5	7,3	7,9	5,4	3,7	4,7	4,6	4,3
Curso profissional a)	3,6	3,3	2,8	2,4	2,6	2,0	1,7	1,7	1,7	1,9
10º ano	4,5	3,2	2,9	2,7	2,4	1,2	1,1	1,3	1,1	1,0
11º ano	12,2	9,9	9,8	9,5	9,5	4,0	5,1	5,9	5,2	4,7
12º ano	28,0	29,4	31,7	34,1	33,9	25,5	25,3	32,0	31,5	30,8
Curso profissional b)	16,1	18,7	17,9	16,9	16,9	19,1	16,1	15,5	15,2	14,7
Curso espec. c)	1,0	0,8	0,8	0,7	0,7	1,2	1,4	0,8	0,9	0,8
Ensino Superior	21,2	22,6	22,1	22,2	21,8	36,5	40,6	34,2	35,8	37,2
Curso TS Prof. d)	-	1,3	1,8	1,9	2,0	3,6	3,6	2,8	2,9	3,3
Outra*	-	0,5	0,7	0,7	0,6	0,6	0,7	0,4	0,5	0,6
Situação face ao trabalho										
Estudante	78,5	73,0	73,2	72,6	71,5	67,9	71,9	73,4	73,4	74,1
Desempregado	8,3	8,4	7,1	6,1	6,1	7,8	6,9	7,6	8,5	8,1
Traba-Estudante	7,1	8,4	8,8	10,0	10,5	16,2	9,3	8,0	7,7	7,4
Empregado	6,1	10,2	7,1	11,3	11,9	8,1	12,0	11,0	10,4	10,3
Estado Civil										
Solteiro	97,0	97,5	97,5	97,2	97,7	97,9	97,9	97,9	97,9	98,2
União de facto	2,0	1,6	1,6	1,7	1,4	0,2	1,4	1,3	1,4	1,2
Casado	0,2	0,3	0,3	0,3	0,3	1,4	0,2	0,2	0,2	0,2
Outra situação	0,8	0,6	0,7	0,8	0,3	0,5	0,6	0,6	0,5	0,4

Fonte: DGRDN/ICAD

a) Com equivalência ao 9º ano; b) Com equivalência ao 12º ano; c) Curso de especialização tecnológica (pós-secundário); d) Curso técnico-superior profissional

Com vista a elencar subidas e descidas de prevalências ao longo dos anos na análise de tendências optou-se pelo seguinte critério:

Prevalências inferiores a 1% - Variação quanto a subidas ou descidas: 0,2 pontos percentuais (pp)

Prevalências iguais ou superiores a 1% e inferiores a 10% - Variação quanto a subidas ou descidas: 2pp

Prevalências iguais ou superiores a 10% e inferiores a 50% - Variação quanto a subidas ou descidas: 3pp

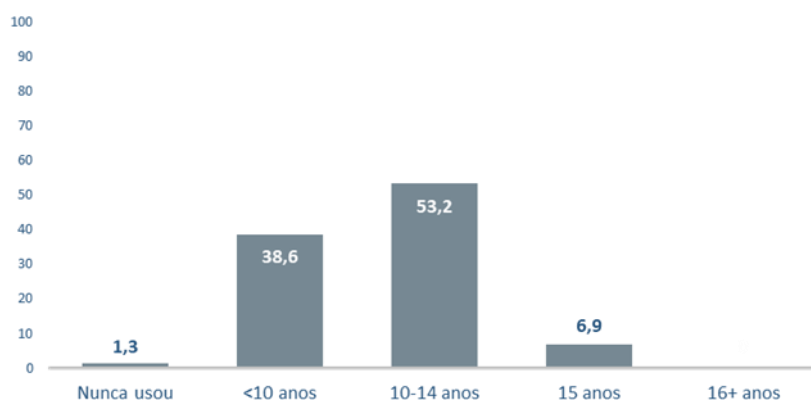
Prevalências iguais ou superiores a 50% - Variação quanto a subidas ou descidas: 4pp.

RESULTADOS

A INTERNET

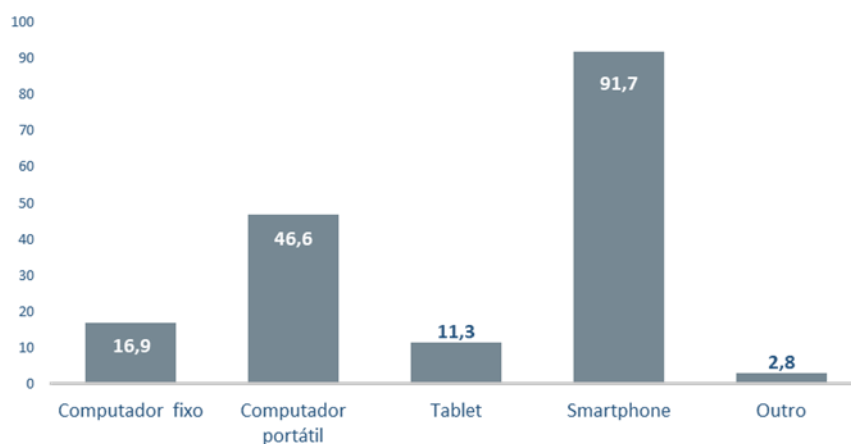
Em 2025, 99% dos jovens inquiridos têm experiência de utilização da internet, tendo iniciado invariavelmente a sua utilização antes dos 16 anos. 39% começaram antes dos 10 anos e 53% entre os 10 e os 14 anos (Figura 1, Tabela 2). O equipamento de eleição para aceder à internet é o *smartphone* (92% dos jovens), seguindo-se o computador portátil (47% dos jovens) (Figura 2, Tabela 3).

Figura 1. Idade de início da utilização da internet, em 2025 (%)



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Figura 2. Equipamentos usados para aceder à internet, em 2025 (%)

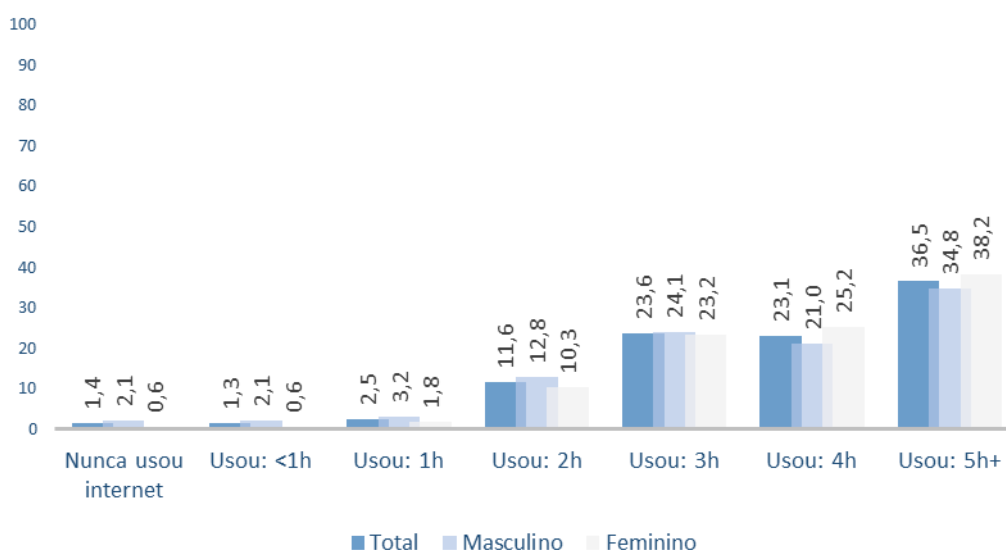


Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

A maioria (60%) dos jovens usa, em média, a internet durante 4 horas ou mais por dia, sendo que 37% usam durante 5 horas ou mais (Figura 3, Tabela 4).

A prevalência de utilização de internet é semelhante em rapazes e raparigas (M=98,2%; F=99%), tendendo os rapazes a iniciar mais cedo (44% dos rapazes iniciaram antes dos 10 anos, para 33% das raparigas), mas, por outro lado, em média, as raparigas passam mais tempo na internet (35% dos rapazes usam durante 5h ou mais, para 38% das raparigas) (Tabela 2, Figura 3).

Figura 3. Duração média (em horas) de utilização da internet por dia, por sexo, em 2025 (%)



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

TENDÊNCIAS 2017-2025²

- A utilização da internet mantém-se numa prevalência semelhante ao longo dos anos, sempre próxima dos 100% (Tabela 2);
- No espaço de 8 anos é de 8 pontos percentuais a diferença na percentagem de jovens que declara um início de utilização anterior aos 10 anos de idade, constituindo a internet uma dimensão cada vez mais precoce da vida de cada um. Este aumento é um pouco mais expressivo no grupo das raparigas (+9pp) do que no grupo dos rapazes (+7pp) (Figuras 4 e 5, Tabela 2);
- Entre 2017 e 2025 aumentou, também razoavelmente, a prevalência de jovens que utilizam a internet durante 5 horas ou mais por dia (em média), não tendo este aumento sido contínuo ao longo dos anos (em 2017, 29% dos jovens declaravam estas horas de utilização, para 37% em 2025).

² Ver p. 18 da secção de Metodologia quanto a critérios para atribuição de aumento ou diminuição da prevalência.

De novo, este aumento é um pouco mais expressivo no grupo das raparigas (+10pp) do que no grupo dos rapazes (+5pp)) (Figuras 4 e 6, Tabela 4);

- Entre 2016 e 2022 os três tipos de equipamentos mais assinalados para aceder à internet foram sendo o computador portátil, o telefone e o *smartphone*, em percentagens semelhantes, por comparação com o computador fixo e o tablet. Em 2023 procedeu-se a uma alteração no questionário no sentido de eliminar a opção “telemóvel”, dado existir um uso generalizado de *smartphone*. Muito possivelmente, anteriormente os jovens assinalavam “telemóvel” no mesmo sentido que “*smartphone*”. A partir de 2023 destacam-se muito claramente o *smartphone*, em primeiro lugar, e o computador portátil, em segundo (mas a uma larga distância do primeiro), como os equipamentos mais usados para aceder à internet (Tabela 3).

EVOLUÇÃO 2024-2025

- Entre 2024 e 2025 o quadro é de **ESTABILIDADE**. Neste âmbito, a prevalência de início mais precoce da utilização da internet varia para cima, em apenas 0,2pp, quer no total de inquiridos, quer em rapazes e raparigas;
- A evolução quanto a uma utilização igual ou superior a 5 horas por dia é no sentido descendente, mas de apenas 1pp (Figuras 4 a 6, Tabelas 2 e 4).

Figura 4. Destaque das evoluções nas prevalências de utilização de internet entre 2017 e 2025

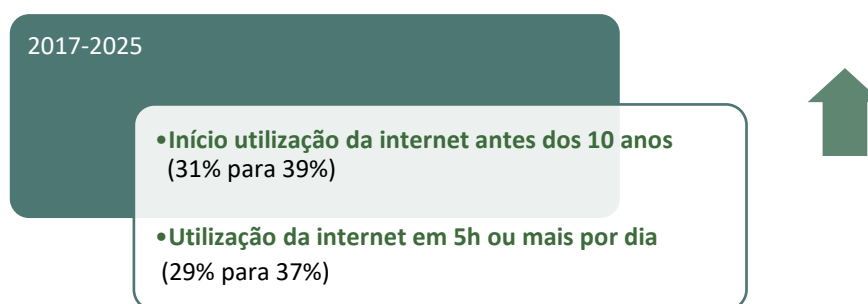
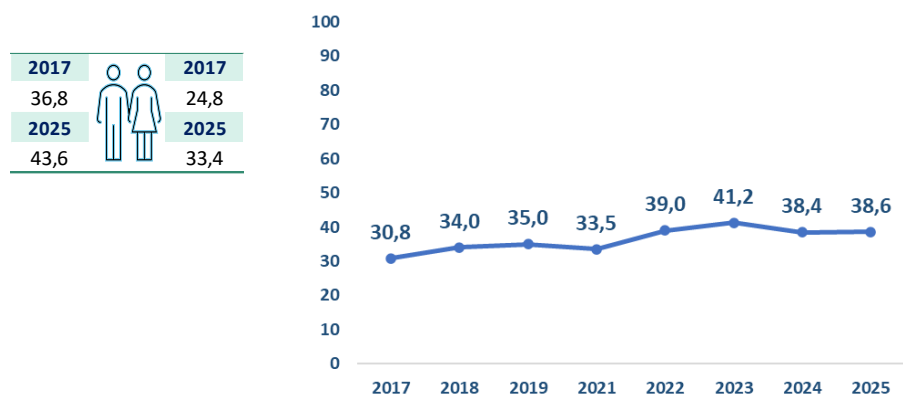
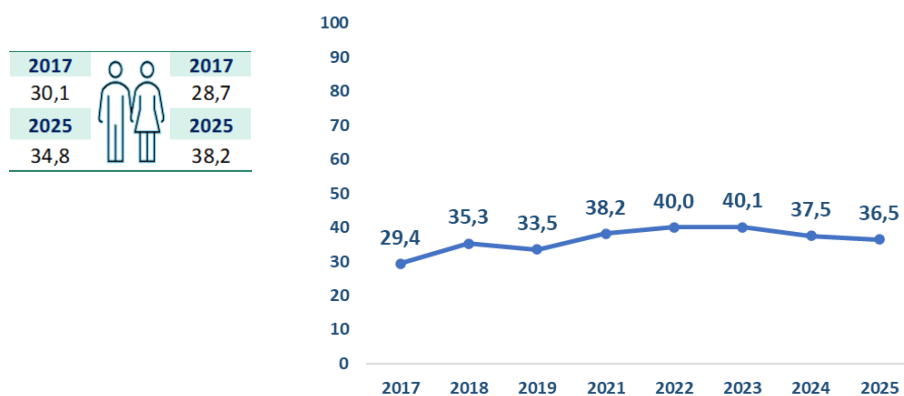


Figura 5. Início da utilização da internet anterior aos 10 anos de idade, 2017-2025 (%)

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Figura 6. Utilização da internet em 5 horas ou mais por dia (em média), 2017-2025 (%)

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Até 1 hora

16,2

2 a 3 horas

44,6

4 a 5 horas

23,6

6 horas ou mais

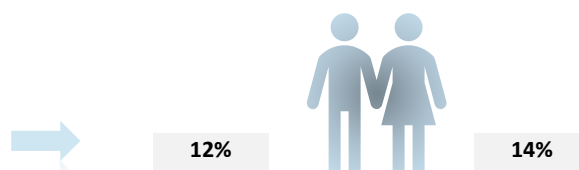
13,0

Em 2025, 97% dos jovens (96% dos rapazes e 99% das raparigas) de 18 anos são utilizadores de redes sociais. 37% frequentam as redes sociais durante 4 horas ou mais por dia (em média) e 45% durante 2 a 3 horas. É reduzida a percentagem de jovens que usam redes sociais em menos de 2 horas por dia (16%) (Figura 7, Tabela 7).

Comparando rapazes e raparigas quanto a uma utilização mais prolongada das redes sociais (6 horas ou mais por dia), verifica-se que as raparigas tendem a usar durante mais tempo (M=12%; F=14%) (Figura 7, Tabela 7).

Figura 7. Nº de horas (por dia) de utilização da internet em redes sociais, em 2025 (%)

2,6



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

TENDÊNCIAS 2015-2025³

- Tem-se assistido a um incremento da implementação das redes sociais virtuais, já generalizado entre os jovens de 18 anos no primeiro ano de aplicação do inquérito, em 2015, com reduzida diferenciação entre rapazes e raparigas. Na secção de metodologia são especificados os critérios para atribuição de aumento ou diminuição da prevalência (Figura 8, Tabela 5);
- Considerando o número de horas de utilização como um indicador do envolvimento nas redes sociais, constata-se que, no total de inquiridos, entre 2015 e 2022 a tendência predominante é de incremento das prevalências de uma utilização mais intensiva (6 horas ou mais por dia), principalmente devido ao aumento verificado entre 2017 e 2018 e, mais ainda, ao registado entre

³ A partir de 2023 a prevalência de qualquer utilização é tirada diretamente da variável sobre tempo de utilização, enquanto nos anos anteriores se baseava em duas variáveis, uma referente à utilização durante a semana e outra ao fim-de-semana – ver secção de Metodologia.

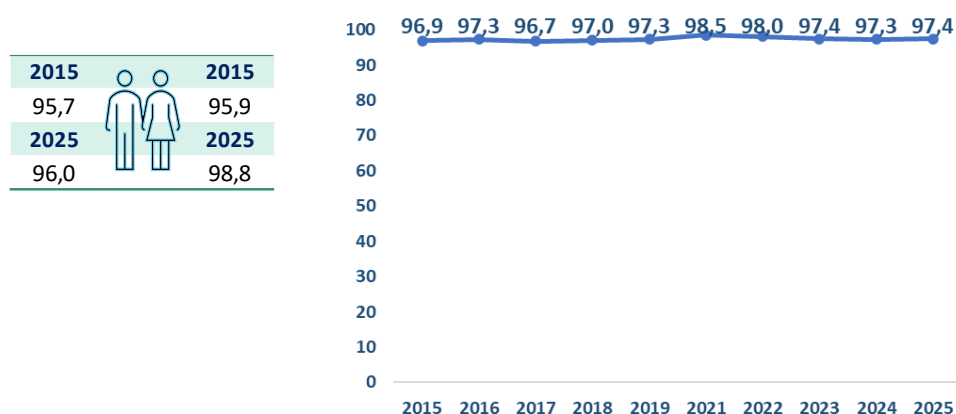
2019 e 2021, principalmente em dia de semana (em 12pp), e mantendo a prevalência em 2022. 17% dos jovens (18% dos utilizadores) declaram este tempo de utilização durante a semana, em 2015, para 27% (28% dos utilizadores) em 2022. Por sua vez, 17% (18% dos utilizadores) declaram este tempo de utilização durante o fim-de-semana, em 2015, para 23% (24% dos utilizadores) em 2022 (Figura 9, Tabela 6);

- Em 2023 deixou de ser feita a distinção entre utilização durante a semana e ao fim-de-semana. Neste ano, era de 15% a percentagem de jovens que declaravam utilizar a internet durante 6 horas ou mais por dia nas redes sociais, sendo de 13% em 2025, no grupo de utilizadores (Figura 9, Tabela 7);
- As comparações entre o período 2015-2022 e 2023-2025 devem ser interpretadas com cautela devido à alteração na formulação da questão.

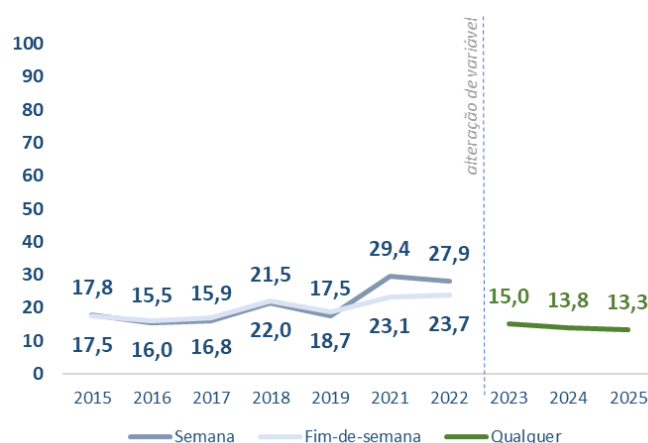
EVOLUÇÃO 2024-2025

- Entre 2024 e 2025 o quadro é de **ESTABILIDADE** quanto à prevalência de utilização de redes sociais e, em particular, da utilização em 6 horas ou mais por dia. A evolução percentual é no sentido descendente, contudo de meio ponto percentual;
- No grupo masculino a evolução percentual da utilização intensiva é no sentido ascendente, entre inquiridos e utilizadores, não atingindo meio ponto percentual. Já no grupo feminino é no sentido descendente, contudo, de apenas 1pp (Figuras 8 e 9, Tabela 7).

Figura 8. Utilização de redes sociais em 2015-2025 (%)



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

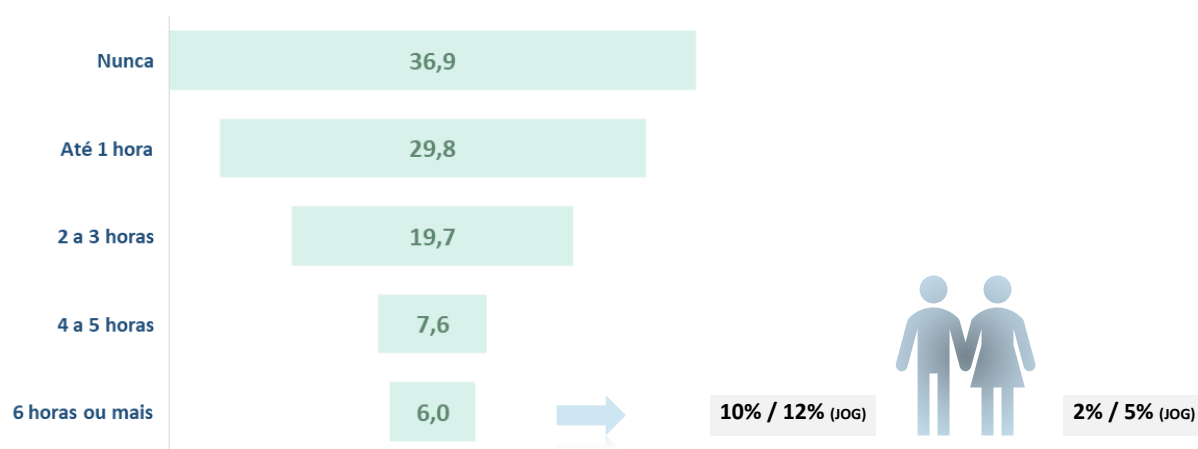
Figura 9. Utilização de redes sociais em 6h ou mais por dia, entre os utilizadores (2015-2022, 2023-2025) (%)

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

O JOGO ONLINE

Em 2025, 63% dos jovens de 18 anos (84% dos rapazes e 41% das raparigas) jogam *online*. 30% jogam, em média, menos de 2 horas por dia (47% entre os jogadores), 20% jogam entre 2 e 3 horas (31% entre os jogadores), sendo estes os períodos de jogo mais comuns. Uma utilização mais intensiva, de 6 horas ou mais por dia, é mencionada por 6% dos jovens (10% dos jogadores) (Figura 10, Tabela 10).

Comparando rapazes e raparigas constata-se que os primeiros tendem a jogar durante mais horas por dia. 10% dos rapazes (12% dos jogadores) jogam 6 ou mais horas por dia, para 2% das raparigas (5% das jogadoras) (Figura 10, Tabela 10).

Figura 10. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar, em 2025 (%)

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

TENDÊNCIAS 2015-2025⁴

- Tem-se assistido a um incremento sucessivo da implementação do jogo *online*, entre os jovens de 18 anos. Este cresceu continuamente entre 2016 e 2022, diminuindo ligeiramente em 2022-2023, para retomar o crescimento até 2025. Em 2015 a prevalência era de 54%, sendo de 63% em 2025. Os critérios para atribuição de aumento ou diminuição da prevalência são apresentados na secção de Metodologia (Figura 11, Tabelas 8 a 10);
- Este incremento na prevalência de jogo deve-se, principalmente, ao grupo dos rapazes, no qual subiu 9pp, enquanto no grupo das raparigas subiu 5pp (Figura 11);
- Considerando o número de horas de utilização por dia como indicador do grau de envolvimento no jogo, em particular, de uma utilização mais intensiva – 6 ou mais horas por dia –, constata-se uma certa estabilidade desta prevalência entre 2015 e 2022, entre os jogadores em geral (Tabelas 8 e 9, Figura 12);
 - Em 2015, 7% dos jovens (14% dos jogadores) jogavam durante 6 horas ou mais por dia de semana, para 8% (14% dos jogadores) em 2022;
 - Em 2015, 8% dos jovens (16% dos jogadores) jogavam durante 6 horas ou mais por dia de fim-de-semana, para 10% (17% dos jogadores) em 2022;
- Em 2023 deixou de ser feita a distinção entre utilização durante a semana e ao fim-de-semana. Neste ano, era de 6% a percentagem de jovens que declarou utilizar a internet durante 6 horas ou mais por dia (10% dos jogadores) para jogar, percentagens que se mantêm em 2024 (Tabela 10, Figura 12).
- As reduções na prevalência entre 2022 e 2023-2024 devem ser interpretadas com cautela devido à alteração na formulação da questão.

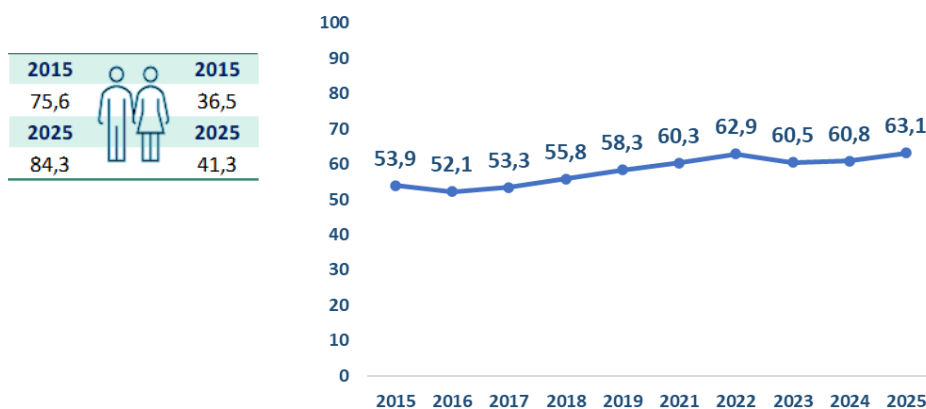
EVOLUÇÃO 2024-2025

- Entre 2024 e 2025 o quadro é de **ESTABILIDADE** quanto à utilização da internet para jogar, contudo, com uma variação percentual que atinge 2pp no sentido ascendente;
- Analisando a evolução por sexo verifica-se que tanto em rapazes como em raparigas a evolução percentual é no sentido ascendente, tendo critério para ser considerado um aumento de prevalência no caso das raparigas (em 4pp), o que é particularmente significativo, considerando que se trata de 2 anos consecutivos;

⁴ A partir de 2023 a prevalência de qualquer utilização é tirada diretamente da variável sobre tempo de utilização, enquanto nos anos anteriores se baseava em duas variáveis, uma referente à utilização durante a semana e outra ao fim-de-semana – ver secção de Metodologia.

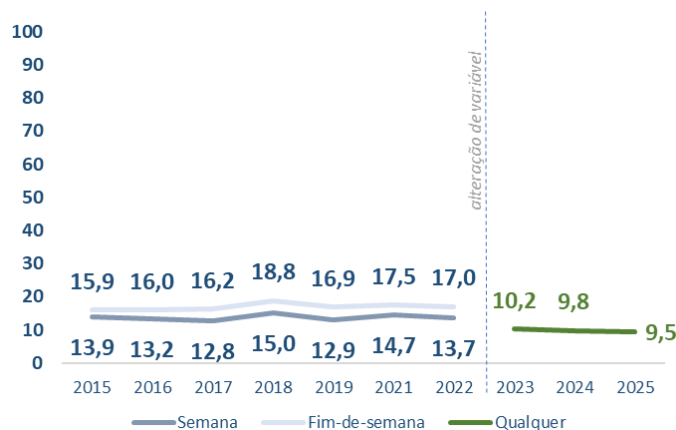
- Quanto a uma utilização mais intensiva, em 6 horas ou mais por dia, o quadro é de estabilidade, com uma variação percentual que não atinge meio ponto percentual, seja no total de inquiridos (+0,1pp), seja entre os jogadores (-0,3pp);
- No grupo dos rapazes esta evolução percentual é no sentido do aumento, no total de inquiridos (+0,3pp) e entre os jogadores (+0,1pp), não atingindo meio ponto percentual. No grupo das raparigas a prevalência de utilização intensiva mantém-se igual entre 2024 e 2025 no total de inquiridas, evoluindo no sentido da diminuição entre as jogadoras (-0,6pp).
- Isto significa que apesar de ter aumentado a prevalência de jogadoras, não aumentou a prevalência de utilização intensiva (Figuras 11 e 12, Tabela 10).

Figura 11. Utilização de jogo *online* em 2015-2025 (%)



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Figura 12. Utilização de jogo *online* em 6h ou mais por dia, entre os jogadores (2015-2022, 2023-2025) (%)



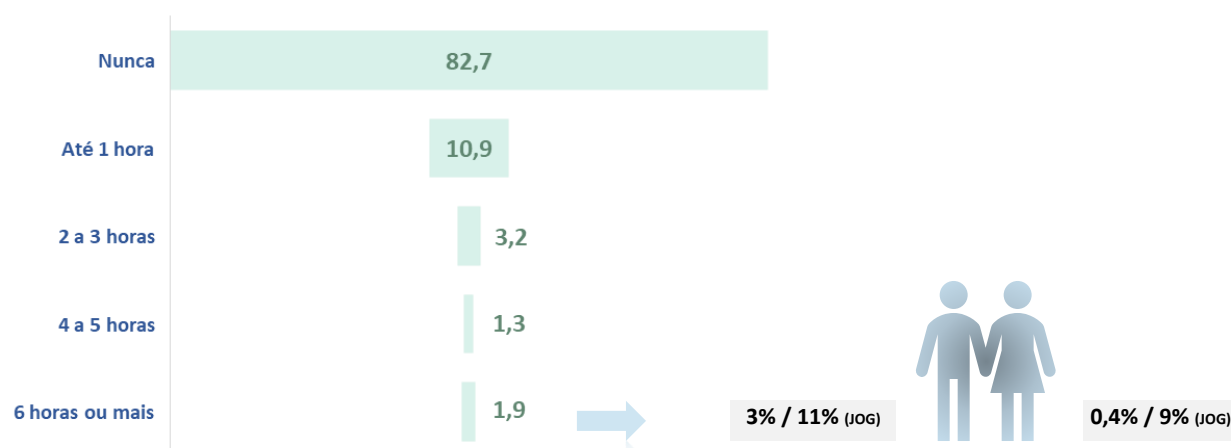
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

O JOGO DE APOSTAS *ONLINE*

Em 2025, 17% dos jovens de 18 anos (30% dos rapazes e 5% das raparigas) jogam em apostas *online*. 11% (63% dos jogadores) jogam menos de 2 horas por dia e 3% (18% dos jogadores) entre 2 e 3 horas. Estes são os tempos de jogo por dia mais mencionados pelos jovens. Uma utilização mais intensiva, de 6 horas ou mais por dia, é mencionada por 2% dos jovens (11% dos jogadores) (Figura 13, Tabela 13).

Comparando rapazes e raparigas constata-se que os primeiros tendem a jogar durante mais horas por dia, isto é, 3% dos rapazes para 0,4% das raparigas. Contudo, no grupo dos jogadores a discrepância é proporcionalmente inferior, de 2pp (11% dos jogadores para 9% das jogadoras) (Figura 13, Tabela 13).

Figura 13. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar em apostas, em 2025 (%)



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

TENDÊNCIAS 2015-2025⁵

- Entre 2015 e 2025 a variação percentual na prevalência de jogo de apostas *online* não excede os 1pp a 2pp, sendo de 15% em 2015 e de 17% em 2025 (Figura 14, Tabelas 11 a 13);
- Comparando rapazes e raparigas quanto à evolução na prevalência de jogo de apostas entre 2015 e 2025 verifica-se que esta aumentou razoavelmente no grupo dos rapazes, em 7pp, tendo-se mantido no grupo das raparigas, dado que a alteração é de +0,6pp (Figura 14, Tabelas 11 a 13);
- Considerando o número de horas de utilização por dia como indicador do grau de envolvimento no jogo, em particular, de uma utilização mais intensiva – 6 ou mais horas por dia –, constatou-se uma

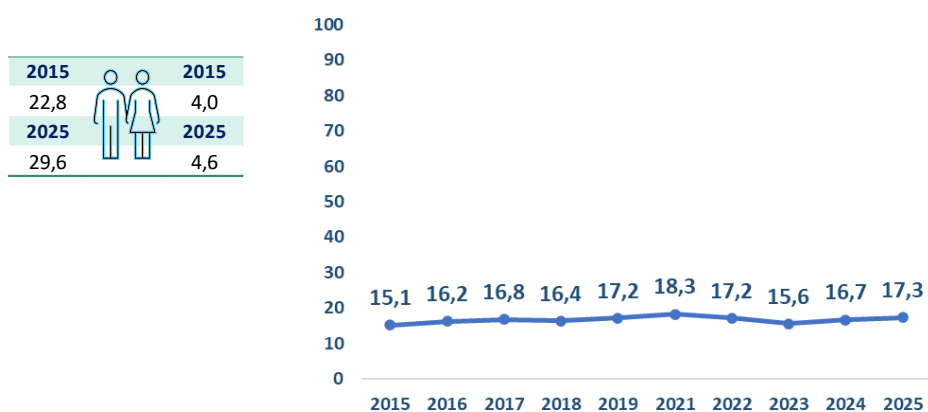
⁵ A partir de 2023 a prevalência de qualquer utilização é tirada diretamente da variável sobre tempo de utilização, enquanto nos anos anteriores se baseava em duas variáveis, uma referente à utilização durante a semana e outra ao fim-de-semana – ver secção de Metodologia. Ver p. 18 da secção quanto a critérios para atribuição de aumento ou diminuição da prevalência.

evolução percentual no sentido da diminuição desta prevalência entre 2015 e 2022 (Figura 15, Tabelas 11 e 12);

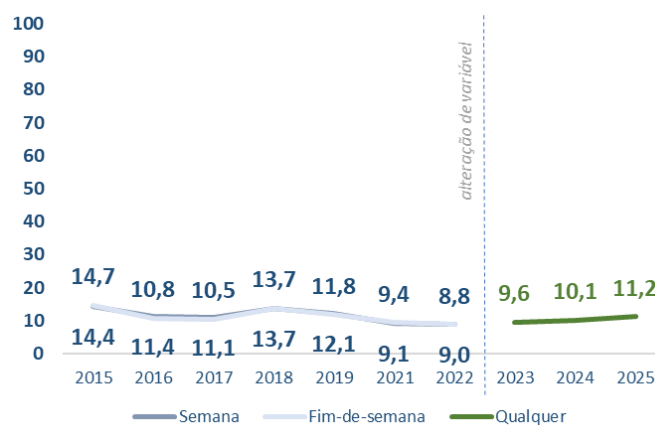
- Em 2015, 2% dos jovens (14% dos jogadores) jogavam durante 6 horas ou mais por dia de semana, para 1,3% (9% dos jogadores) em 2022;
- Em 2015, 2% dos jovens (15% dos jogadores) jogavam durante 6 horas ou mais por dia de fim-de-semana, para 1,3% (9% dos jogadores) em 2022;
- Em 2023 deixou de ser feita a distinção entre utilização durante a semana e ao fim-de-semana. Neste ano, era de 1,5% a percentagem de jovens que declararam utilizar a internet durante 6 horas ou mais por dia para jogar em apostas (10% dos jogadores), prevalências que se mantêm semelhantes em 2025, embora as evoluções percentuais sejam no sentido do aumento (de 10% para 11% dos jogadores) (Figura 15, Tabela 13);
- As reduções na prevalência de jogo de apostas *online* entre 2022 e 2023 devem ser interpretadas com cautela devido à alteração na formulação da questão.

EVOLUÇÃO 2024-2025

- Entre 2024 e 2025 o quadro é de **ESTABILIDADE**. Neste âmbito, a evolução percentual é no sentido do aumento, inferior a 1pp, quanto à utilização de jogo de apostas em geral, e na ordem de 1pp quanto à utilização em 6 horas ou mais por dia entre os utilizadores;
- Considerando o fator género, verifica-se que, enquanto a evolução percentual quanto à utilização de jogo de apostas é no sentido ascendente nos rapazes (+1,4pp), é no sentido descendente nas raparigas (-0,1pp). Por sua vez, ainda entre os inquiridos, a evolução da prevalência da utilização mais intensiva é no sentido ascendente nos rapazes (+0,4pp), mas mantém-se igual nas raparigas;
- Por outro lado, considerando especificamente os jogadores de apostas, o aumento da utilização intensiva é mais expressivo no grupo das raparigas (+1,8pp, sendo de +0,9pp nos rapazes) (Figuras 14 e 15, Tabela 13).

Figura 14. Utilização de jogo de apostas *online* em 2015-2025 (%)

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Figura 15. Utilização de jogo de apostas *online* em 6h ou mais por dia, entre os jogadores (2015-2022, 2023-2025) (%)

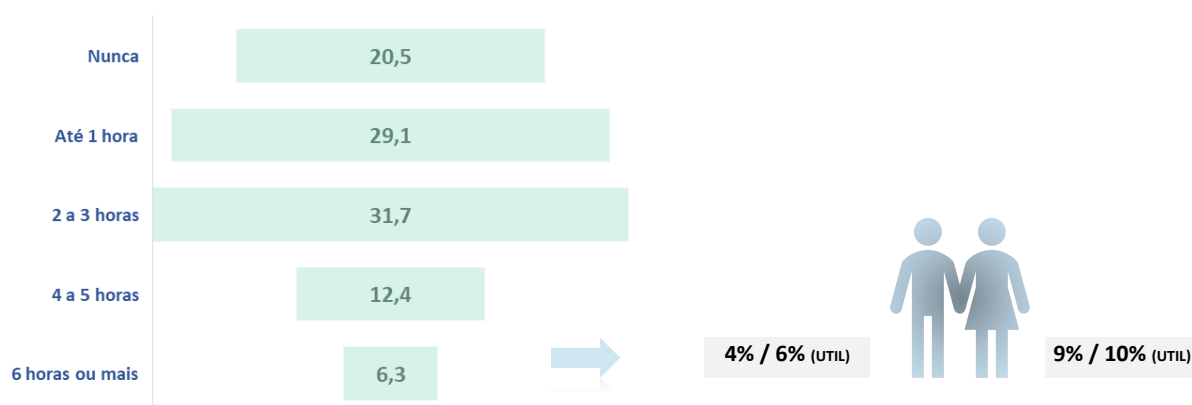
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

AS PESQUISAS *ONLINE*: LER OU ESTUDAR

Em 2025, 80% dos jovens de 18 anos (71% dos rapazes e 88% das raparigas) fazem pesquisas *online*, a ler ou estudar. 29% (37% dos utilizadores) pesquisam até 1 hora por dia e 32% (40% dos utilizadores) pesquisam entre 2 e 3 horas. Este é o tempo que, de forma mais comum, é dispensado nesta atividade. Uma utilização mais intensiva, de 6 horas ou mais por dia, é mencionada por 6% dos jovens (8% dos utilizadores) (Figura 16, Tabela 16).

Comparando rapazes e raparigas, as raparigas tendem a mencionar um pouco mais uma utilização mais intensiva (6 ou mais horas por dia). 4% dos rapazes (6% dos utilizadores) permanecem este tempo diário, para 9% das raparigas (10% das utilizadoras) (Figura 16, Tabela 16).

Figura 16. Nº de horas (por dia) de utilização da internet a ler ou estudar, em 2025 (%)



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

TENDÊNCIAS 2016 - 2025⁶

- De 2016 a 2022 as prevalências de utilização da internet para fazer pesquisas demonstram a generalização da utilização desta plataforma como forma de aceder a informação, sendo já superiores a 90% em 2016, mantendo-se em 95% em 2022. Na secção de Metodologia apresentam-se os critérios para atribuição de aumento ou diminuição da prevalência.
- Contudo, em 2023 a prevalência passou a ser de 80% (Figura 17, Tabelas 14 e 16). É possível que tal decréscimo se deva, em parte, à inclusão de uma nova pergunta no questionário de 2023, sobre a visualização de vídeos, filmes e tutoriais *online*. Porventura parte das referências a pesquisas até 2022 incluíam as pesquisas de vídeos, filmes e tutoriais, que agora passaram a ser incluídas na nova

⁶ A partir de 2023 a prevalência de qualquer utilização é tirada diretamente da variável sobre tempo de utilização, enquanto nos anos anteriores se baseava em duas variáveis, uma referente à utilização durante a semana e outra ao fim-de-semana – ver secção de Metodologia. Adicionalmente, a questão sobre a realização de pesquisas *online* passou a focar-se na atividade de ler ou estudar.

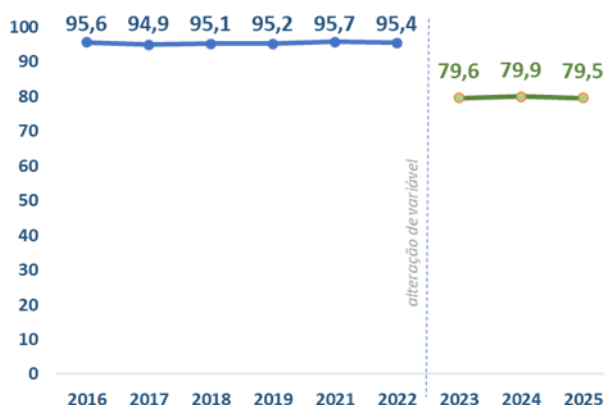
pergunta. Por outro lado, a pergunta referente a pesquisar passou a designar a atividade de ler ou estudar, tornando-se, portanto, mais específica;

- Considerando o número de horas de utilização por dia como indicador do grau de envolvimento na realização de pesquisas *online*, em particular, de uma utilização mais intensiva – 6 ou mais horas por dia –, verifica-se entre 2016 e 2022 uma ligeira oscilação percentual no sentido do aumento (Figura 18, Tabelas 14 e 15);
 - Em 2016, 6% dos jovens (6% dos utilizadores) pesquisavam durante 6 horas ou mais por dia de semana, para 8% (9% dos utilizadores) em 2022;
 - Em 2016, 5% dos jovens (6% dos utilizadores) pesquisavam durante 6 horas ou mais por dia de fim-de-semana, para 6% (7% dos utilizadores) em 2022;
- Em 2023 deixou de ser feita a distinção entre utilização durante a semana e ao fim-de-semana. Neste ano, era de 7% a percentagem de jovens que declararam utilizar a internet durante 6 horas ou mais por dia para pesquisar (9% dos utilizadores), sendo, por sua vez, de 6% (8% dos utilizadores) as prevalências em 2025 (Figura 18, Tabela 15);
- A redução na prevalência entre 2022 e 2023 de qualquer pesquisa e manutenção da prevalência de mais tempo passado a pesquisar devem ser interpretadas com cautela devido às alterações na formulação da questão.

EVOLUÇÃO 2024 – 2025

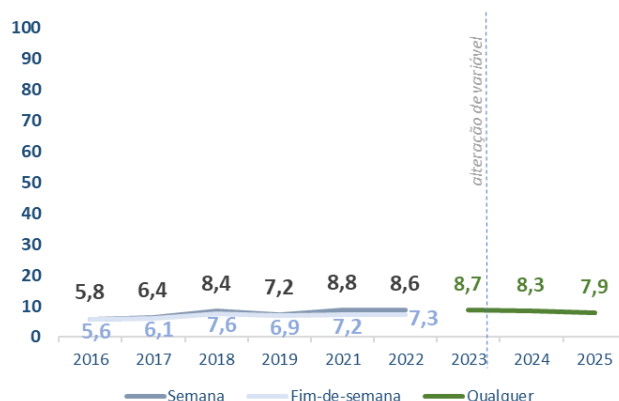
- Entre 2024 e 2025 o quadro é de **ESTABILIDADE**. Neste âmbito, a variação percentual é no sentido descendente, não atingido 1pp (-0,4pp), quer para a utilização da internet para pesquisas em geral, quer para a utilização durante 6 horas ou mais por dia (-0,4pp);
- Esta evolução é semelhante a rapazes e raparigas (Figuras 17 e 18, Tabela 16).

Figura 17. Utilização de pesquisas *online* (2016-2022) / para ler ou estudar (2023-2025) (%)



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Figura 18. Utilização de pesquisas *online* (2016-2022) / para ler ou estudar *online* (2023-2025) em 6h ou mais por dia, entre os utilizadores (%)



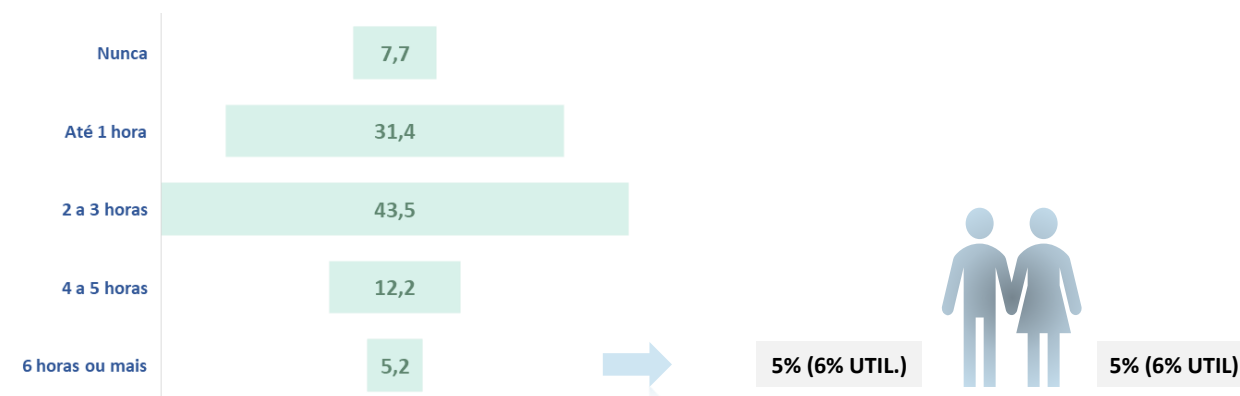
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

FILMES, VÍDEOS, TUTORIAIS *ONLINE*

92% dos jovens de 18 anos declaram utilizar a internet para ver filmes, vídeos ou tutoriais, correspondendo a 90% dos rapazes e 95% das raparigas.

31% (34% dos utilizadores) passam até 1 hora por dia neste tipo de atividade e 44% (47% dos utilizadores) passam entre 2 e 3 horas. Este é o tempo que, de forma mais comum, é dispensado nesta atividade. Uma utilização mais intensiva, de 6 horas ou mais por dia, é mencionada por 5% dos jovens (6% dos utilizadores).

Comparando rapazes e raparigas quanto a este tipo de utilização não se observam diferenças. 5% dos rapazes (6% dos utilizadores) permanecem este tempo nesta atividade por dia, para 5% das raparigas (6% das utilizadoras) (Figura 19, Tabela 17).

Figura 19. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para ver filmes, vídeos, tutoriais, em 2025 (%)

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

TENDÊNCIAS 2023 - 2025

- Entre 2023 e 2025 a prevalência de utilização da internet para ver filmes, vídeos e tutoriais é semelhante, entre 92% e 94%, correspondendo 92% ao ano mais recente. Tanto para rapazes como para raparigas a prevalência em 2025 tem o valor mais baixo, contudo, com uma variação percentual insignificante. Na secção de Metodologia expõem-se os critérios para atribuição de aumento ou diminuição da prevalência;
- Igualmente, tanto no total de inquiridos como entre os utilizadores, a prevalência de visualização de filmes, vídeos ou tutoriais em 6 horas ou mais por dia mantém-se semelhante entre 2023 e 2025, correspondendo o ano mais recente à prevalência mais baixa. A variação percentual entre 2023 e 2025 não atinge meio ponto percentual. Esta é a situação quer para rapazes como para raparigas (Tabela 17).

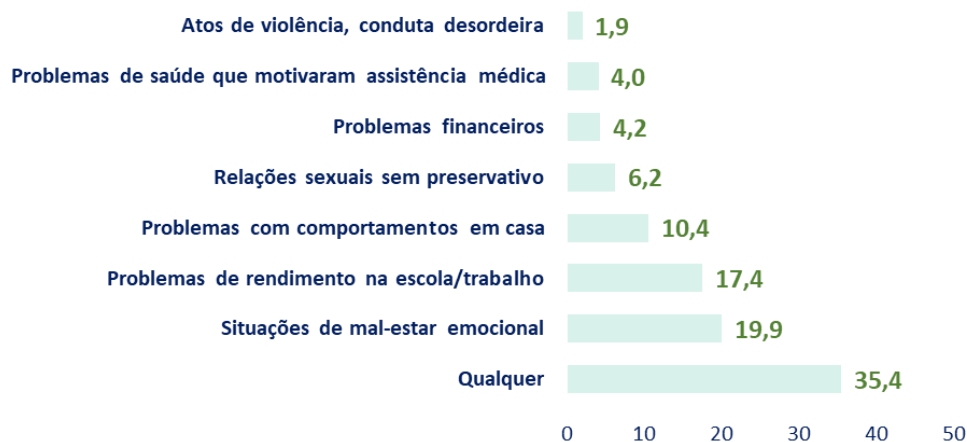
PROBLEMAS RELACIONADOS COM A UTILIZAÇÃO DA INTERNET

Os jovens participantes no inquérito foram questionados sobre a experiência de determinados problemas relacionados com a sua utilização da internet, nos 12 meses anteriores ao inquérito: problemas de rendimento na escola/trabalho; problemas de saúde que motivaram assistência médica; problemas com comportamentos em casa; problemas financeiros; atos de violência ou conduta desordeira; relações sexuais sem preservativo; e situações de mal-estar emocional.

Trata-se de uma listagem única de possíveis problemas, preparada para a generalidade dos comportamentos aditivos explorados no presente inquérito (consumos de substâncias psicoativas e utilização da internet).

Globalmente, 35% dos jovens mencionaram ter experienciado pelo menos um destes sete problemas nos 12 meses anteriores ao inquérito, relacionados com a utilização da internet. O tipo de problema mais mencionado pelos jovens em 2025 é o das situações de mal-estar emocional (20% dos jovens), seguindo-se as referências a problemas de rendimento na escola/trabalho (17%). Seguidamente, são referidos os problemas com comportamentos em casa (10%) e, com prevalências bastante inferiores, as relações sexuais desprotegidas (6%), os problemas de saúde que motivaram assistência médica (4%), os problemas financeiros (4%) e os atos de violência/conduta desordeira (2%).

Comparando rapazes e raparigas, a experiência de qualquer problema é relativamente semelhante (M=35%; F=36%) (Figura 20, Tabela 18).

Figura 20. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2025 (%)

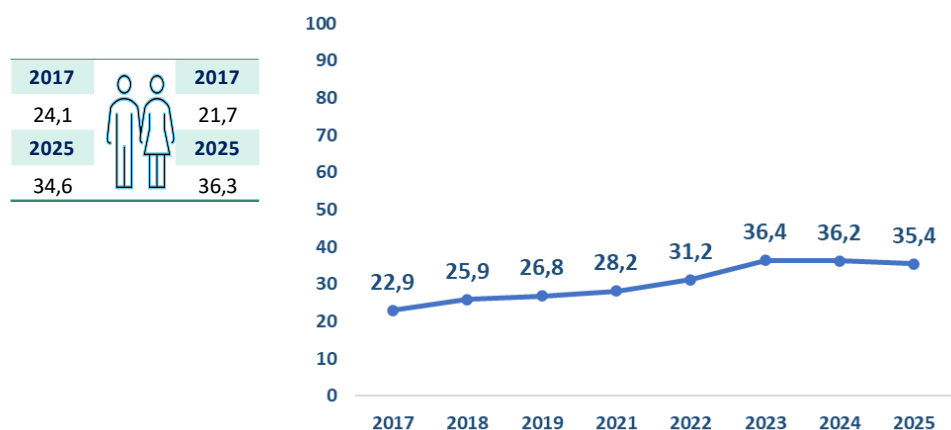
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

TENDÊNCIAS 2017 - 2025

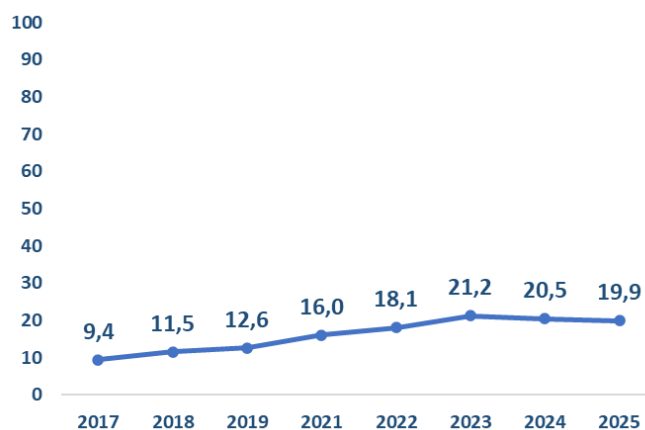
- Entre 2017 e 2025 as prevalências de qualquer problema relacionado com a utilização da internet aumentaram razoavelmente (de 23% para 35%), mais nas raparigas (de 22% para 36%) do que nos rapazes (de 24% para 35%). Na secção de Metodologia expõem-se os critérios para atribuição de aumento ou diminuição da prevalência. (Figura 21, Tabela 18);
- Este aumento é distribuído pelos sete problemas elencados no questionário, sendo mais evidente, em diferença percentual, quanto às situações de mal-estar emocional (de 9% para 20%) (Figuras 22 a 27, Tabela 18).

EVOLUÇÃO 2024-2025

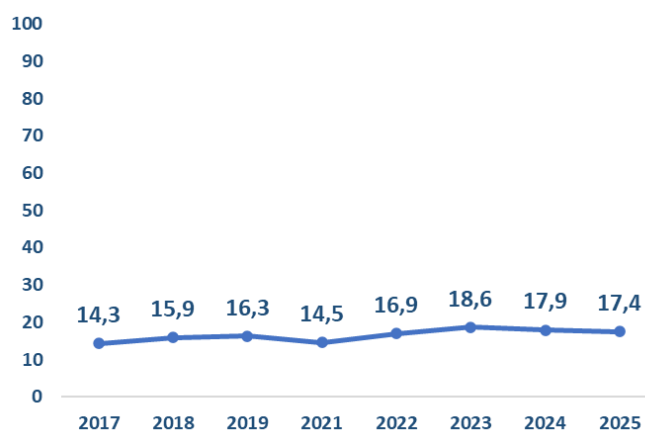
- Tratando-se de dois anos consecutivos, o quadro é de **ESTABILIDADE**. Neste âmbito, a evolução percentual dos problemas na globalidade e de cada um em particular não excede 1pp, sendo, principalmente, no sentido descendente (Figuras 21 a 27, Tabela 18).

Figura 21. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025 (%)

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

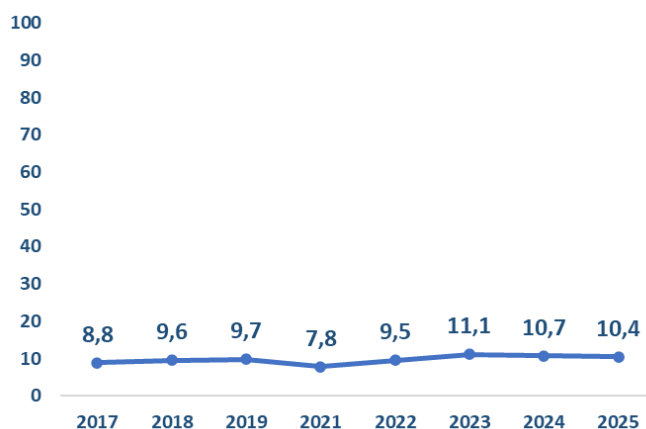
Figura 22. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025: Situações de mal-estar emocional (%)

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Figura 23. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025: Problemas de rendimento na escola/trabalho (%)

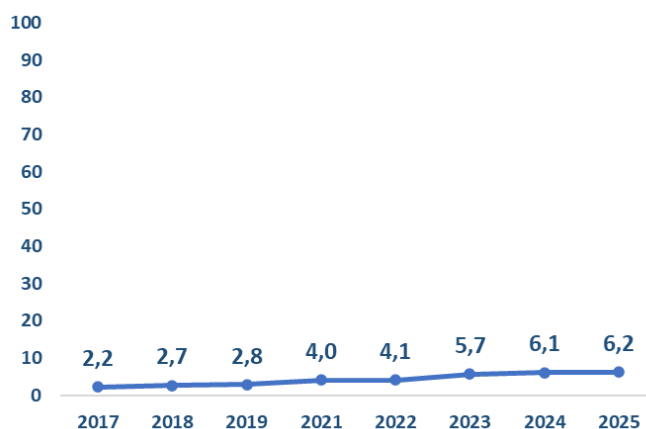
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Figura 24. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025: Problemas com comportamentos em casa (%)



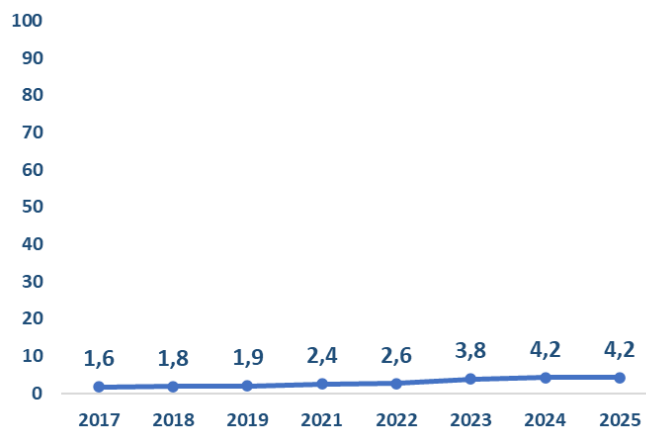
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Figura 25. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025: Relações sexuais sem preservativo (%)



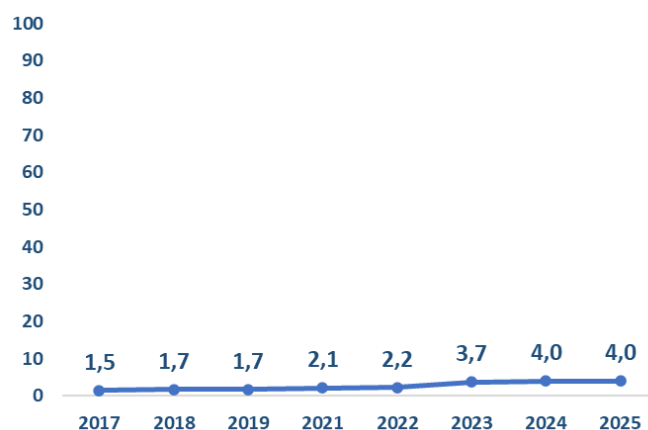
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Figura 26. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025: Problemas financeiros (%)



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Figura 27. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025: Problemas de saúde que motivou assistência médica (%)



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

CONCLUSÕES

O presente inquérito permite analisar um conjunto restrito de indicadores relativos à utilização da internet, em geral, e quanto às redes sociais, qualquer jogo, jogo de apostas, pesquisas a ler e estudar e visualização de vídeos, filmes ou tutoriais. É possível constatar como a utilização da internet, designadamente para redes sociais, para pesquisas ou para ver vídeos, filmes ou tutoriais é praticamente universal entre os inquiridos. Por seu turno, em cada 10 jovens, 6 jogam *online* e 2 fazem-no a dinheiro (jogo de apostas).

Este trabalho permite notar alguns dos tipos de utilização, uns mais comuns do que outros, e algumas experiências de utilização, que designamos por mais intensivas, por envolverem mais horas. Parece-nos significativo que 4 em cada 10 jovens declarem passar na internet durante 5 horas ou mais por dia, perfazendo cerca de um terço do tempo em que estão acordados, e que este tempo de utilização esteja a aumentar ao longo dos anos. Em si mesmo, tal indicador não é sinónimo de problemas, tão só de uma vivência em modo físico e em modo virtual, frequentemente interligadas, de novas formas de estar, de atuar e de ser.

As plataformas em que os jovens passam mais tempo são as redes sociais, com 13% a mencionarem uma utilização diária durante 6 ou mais horas, seguindo-se as pesquisas para ler ou estudar (7%), o jogo (6%) e a visualização de filmes, vídeos e tutoriais (6%), sendo aqui de considerar a interconexão de atividades nas várias plataformas.

Tomando como referência este indicador, as raparigas parecem passar um pouco mais tempo nas redes sociais e a ler ou estudar, os rapazes parecem passar mais tempo a jogar, não se constatando diferenças relevantes quanto a ver filmes, vídeos ou tutoriais.

Perto de 4 em cada 10 jovens referem a experiência de problemas que associam à utilização da internet, não se identificando diferenças particulares entre rapazes e raparigas quanto à experiência de qualquer problema. O tipo de problema mais mencionado é o das situações de mal-estar emocional (desmotivação, tristeza, insatisfação, solidão, ansiedade), seguindo-se o menor rendimento na escola ou no trabalho.

Globalmente, ao longo das sucessivas edições do inquérito, tem-se assistido a um aumento da prevalência de jovens que declaram ter iniciado a utilização da internet com menos de 10 anos, no número de horas de utilização diária e nas declarações de experiência de problemas atribuídos à internet. A constatação do tempo passado na internet e em diferentes atividades evidencia a relevância de, cada

vez mais, este ser também um espaço de atuação a considerar numa lógica de proteção dos utilizadores, principalmente no caso dos mais jovens.

Especificamente entre 2024 e 2025, sendo o quadro de estabilidade, predominam evoluções percentuais (sempre iguais ou inferiores a 1pp) no sentido da redução de uma utilização mais intensiva. A exceção reside no jogo de apostas, cuja utilização mais intensiva aumentou 1pp.

ANEXOS

Anexo 1. A internet

Tabela 2. Experiência de utilização da internet (2017-2025)

		2017	2018	Δ	2019	Δ	2021	Δ	2022	Δ	2023	Δ	2024	Δ	2025		Δ
		%	%	18-17	%	19-18	%	21-19	%	22-21	%	23-22	%	24-23	Nº	%	25-24
Utilização da internet alguma vez na vida																	
Masculino	Sim	98,2	97,9	-0,3	97,8	-0,1	98,7	0,9	97,7	-1,0	98,8	1,1	98,8	0,0	87 328	98,7	-0,1
	Não	1,1	1,2		1,3		0,7		1,1		1,2		1,2		1 186	1,3	
	Não sabe	0,7	0,9		0,9		0,7		1,2		-		-		-	-	
	Total	100	100		100		100		100		100		100		88 514	100	
Feminino	Sim	97,2	96,7	-0,5	96,8	0,1	98,0	1,2	96,4	-1,6	98,2	1,8	98,1	-0,1	44 034	98,0	-0,1
	Não	1,7	1,9		1,9		1,1		1,8		1,8		1,9		917	2,0	
	Não sabe	1,1	1,4		1,3		1,0		1,8		-		-		-	-	
	Total	100	100		100		100		100		100		100		44 951	100	
	Sim	99,3	99,0	-0,3	98,9	-0,1	99,4	0,5	99,0	-0,4	99,5	0,5	99,4	-0,1	43 294	99,4	0,0
	Não	0,4	0,6		0,7		0,3		0,5		0,5		0,6		269	0,6	
	Não sabe	0,3	0,4		0,4		0,3		0,6		-		-		-	-	
	Total	100	100		100		100		100		100		100		43 563	100	
Idade de início da utilização da internet																	
Masculino	Nunca usou internet	1,1	1,3		1,3		0,7		1,1		1,2		1,2		1 186	1,3	
	Antes dos 10 anos	30,8	34,0	3,2	35,0	1,0	33,5	-1,5	39,0	5,5	41,2	2,2	38,4	-2,8	34 136	38,6	0,2
	Entre os 10 e os 14 anos	60,2	57,5		56,9		57,8		54,2		51,1		53,3		47 123	53,2	
	Aos 15 anos	6,1	5,6		5,2		5,9		4,4		6,5		7,1		6 069	6,9	
	Aos 16 anos	1,3	1,1		1,0		1,4		0,8		-		-		-	-	
	Aos 17 anos	0,2	0,2		0,2		0,3		0,2		-		-		-	-	
	Aos 18 anos	0,3	0,3		0,4		0,4		0,3		-		-		-	-	
	Total	100	100		100		100		100		100		100		88 514	100	
Feminino	Nunca usou internet	1,7	2,0		1,9		1,1		1,8		1,8		1,9		917	2,0	
	Antes dos 10 anos	36,8	40,7	3,9	41,2	0,5	38,1	-3,1	43,7	5,6	45,9	2,2	43,4	-2,5	19 597	43,6	0,2
	Entre os 10 e os 14 anos	53,6	49,9		49,8		51,9		48,1		45,1		46,7		20 904	46,5	
	Aos 15 anos	5,8	5,5		5,2		6,2		4,6		7,2		8,1		3 533	7,9	
	Aos 16 anos	1,4	1,2		1,2		1,6		1,0		-		-		-	-	
	Aos 17 anos	0,2	0,2		0,2		0,4		0,2		-		-		-	-	
	Aos 18 anos	0,5	0,5		0,5		0,7		0,5		-		-		-	-	
	Total	100	100		100		100		100		100		100		44 951	100	
Feminino	Nunca usou internet	0,4	0,6		0,7		0,3		0,5		0,5		0,6		269	0,6	
	Antes dos 10 anos	24,8	27,6	2,8	28,9	1,3	28,6	-0,3	34,0	5,4	36,4	2,4	33,2	-3,2	14 539	33,4	0,2
	Entre os 10 e os 14 anos	66,9	64,8		64,1		63,9		60,5		57,4		60,2		26 219	60,2	
	Aos 15 anos	6,4	5,6		5,1		5,6		4,1		5,7		6,0		2 536	5,8	
	Aos 16 anos	1,2	1,1		0,9		1,1		0,6		-		-		-	-	
	Aos 17 anos	0,1	0,1		0,1		0,2		0,1		-		-		-	-	
	Aos 18 anos	0,2	0,2		0,2		0,2		0,1		-		-		-	-	
	Total	100	100		100		100		100		100		100		43 563	100	

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2017-2025)

Tabela 3. Equipamentos usados para aceder à internet (2016-2025)

	2016	2017	Δ	2018	Δ	2019	Δ	2021	Δ	2022	Δ	2023	Δ	2024	Δ	2025			Δ
	%	%	17-16	%	18-17	%	19-18	%	21-19	%	22-21	%	23-22	%	24-23	Nº	%	25-24	25-16
Acesso à internet: computador fixo																			
Sim	11,8	14,4	2,6	14,7	0,3	14,4	-0,3	13,8	-0,6	16,1	2,3	16,5	0,4	16,8	0,3	14954	16,9	0,1	5,1
Não	88,2	85,1		85,3		85,6		86,2		83,9		83,5		83,2		73560	83,1		
Total	100	100		100		100		100		100		100		100		88 514	100		
Acesso à internet: computador portátil																			
Sim	64,0	64,4	0,4	62,7	-1,7	58,8	-3,9	58,6	-0,2	49,7	-8,9	51,3	1,6	48,8	-2,5	41 287	46,6	-2,2	-17,4
Não	36,0	35,7		37,3		41,2		41,4		50,3		48,7		51,2		47 227	53,4		
Total	100	100		100		100		100		100		100		100		88 514	100		
Acesso à internet: tablet																			
Sim	10,8	14,0	3,2	11,8	-2,2	8,9	-2,9	4,0	-4,9	4,8	0,8	7,4	2,6	8,7	1,3	10 026	11,3	2,6	0,5
Não	89,2	86,1		88,2		91,1		96,0		95,2		92,6		91,3		78 488	88,7		
Total	100	100		100		100		100		100		100		100		88 514	100		
Acesso à internet: smartphone																			
Sim	49,6	51,4	1,8	52,3	0,9	51,0	-1,3	47,3	-3,7	42,9	-4,4	91,9	49,0	92,1	0,2	81 153	91,7	-0,4	42,1
Não	50,4	48,7		47,7		49,0		52,7		57,1		8,1		7,9		7 361	8,3		
Total	100	100		100		100		100		100		100		100		88 514	100		
Acesso à internet: telemóvel																			
Sim	37,8	44,5	6,7	46,6	2,1	48,6	2,0	48,6	0,0	42,7	-5,9	-	-	-	-	-	-	-	4,9
Não	62,2	55,5		53,4		51,4		51,4		57,3		-	-	-	-	-	-	-	
Total	100	100		100		100		100		100		-	-	-	-	-	-	-	
Acesso à internet: outro equipamento																			
Sim	0,7	1,5	0,8	2,1	0,6	2,3	0,2	1,2	-1,1	1,1	-0,1	2,7	1,6	2,6	-0,1	2 490	2,8	0,2	2,1
Não	99,3	98,5		97,9		97,7		98,8		98,9		97,3		97,4		86 024	97,2		
Total	100	100		100		100		100		100		100		100		88 514	100		

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional – 2016 a 2025

Tabela 4. Duração média (em horas) de utilização da internet por dia (2017-2025)

	2017	2018	Δ	2019	Δ	2021	Δ	2022	Δ	2023	Δ	2024	Δ	2025			Δ
	%	%	18-17	%	19-18	%	21-19	%	22-21	%	23-22	%	24-23	Nº	%	25-24	25-17
Nunca usou internet	1,1	1,2		1,3		0,7		1,2		1,2		1,3		1 186	1,4		0,3
Usou: duração média/dia																	
Menos de 1 hora	5,7	3,8		2,9		1,9		1,4		1,4		1,5		1 175	1,3		
1 hora	9,7	7,2		6,4		4,3		3,2		2,9		2,9		2 210	2,5		
2 horas	18,7	16,3		17,1		13,6		12,1		11,4		11,6		10 175	11,6		
3 horas	20,6	20,2		21,9		21,5	↑	21,7		21,8		23,0		20 756	23,6		
4 horas	14,8	15,9		16,9		19,7		20,5		21,3		22,2		20 260	23,1		
5 horas ou mais	29,4	35,3	5,9	33,5	-1,8	38,2	4,7	40,0	1,8	40,1	0,1	37,5	-2,6	32 012	36,5	-1,0	7,1
Total	100	100		100		100		100		100		100		87 774	100		

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2017-2025)

Anexo 2. As redes sociais

Tabela 5. Nº de horas (por dia) de utilização da internet em redes sociais (2015-2022) - inquiridos

	2015	2016	Δ	2017	Δ	2018	Δ	2019	Δ	2021	Δ	2022	Δ	
	%	%	16 -15	%	17 -16	%	18 -17	%	19 -18	%	21 -19	Nº	%	22 -21
Durante a semana														
Nunca	3,8	3,2		3,8		3,4		3,0		2,0		2 827	2,4	
Até 1 hora	27,7	31,3		30,5		22,1		21,2		13,1		14 965	12,5	
2 a 3 horas	33,4	33,5		33,3		32,8		37,3		31,9	↑	39 882	33,2	
4 a 5 horas	18,0	17,0		17,1		20,9		21,5		24,2		29 599	24,7	
6 horas ou mais	17,1	15,0	-2,1	15,3	1,0	20,8	5,5	17,0	-3,8	28,8	11,8	32 747	27,3	-1,5
Total	100	100		100		100		100		100		120 020	100	
Masculino														
Nunca	5,0	4,4		5,6		5,2		4,5		3,1		2 249	3,7	
Até 1 hora	31,0	36,8		36,6		28,2		26,9		17,3		10 037	16,4	
2 a 3 horas	33,5	31,5		30,9		32,2		35,3		32,3	↑	20 662	33,8	
4 a 5 horas	15,4	13,9		13,7		16,5		17,7		20,5		12 800	20,9	
6 horas ou mais	15,1	13,4	-1,7	13,2	-0,2	17,9	4,7	15,6	-2,3	26,8	11,2	15 363	25,1	-1,7
Total	100	100		100		100		100		100		61 111	100	
Feminino														
Nunca	2,9	2,0		1,9		1,6		1,5		0,8		578	1,0	
Até 1 hora	24,5	25,7		24,2		16,2		15,4		8,7		4 928	8,4	
2 a 3 horas	34,5	35,6		35,8		33,4		39,4		31,5	↑	19 220	32,6	
4 a 5 horas	20,7	20,2		20,7		25,2		25,2		28,1		16 799	28,5	
6 horas ou mais	17,4	16,5	-0,9	17,4	0,9	23,6	6,2	18,4	-5,2	30,9	12,5	17 384	29,5	-1,4
Total	100	100		100		100		100		100		58 909	100	
Ao fim-de-semana														
Nunca	4,8	4,3		4,7		4,1		3,7		2,6		3 625	3,0	
Até 1 hora	26,2	28,2		26,5		20,1		18,9		13,8		15 350	12,8	
2 a 3 horas	33,4	34,1		34,1		32,9		36,2		34,7	↑	41 139	34,3	
4 a 5 horas	18,9	18,1		18,7		21,8		23,2		26,3		32 157	26,8	
6 horas ou mais	16,7	15,3	-1,4	16,0	0,7	21,1	5,1	18,0	-3,1	22,5	4,5	27 520	23,0	0,5
Total	100	100		100		100		100		100		119 791	100	
Masculino														
Nunca	6,2	5,9		6,7		6,2		5,5		4,0		2 824	4,6	
Até 1 hora	29,7	34,1		32,8		26,2		24,4		18,4		10 380	17,0	
2 a 3 horas	33,5	32,7		33,1		33,2		35,8		35,3	↑	21 523	35,3	
4 a 5 horas	16,1	14,3		14,5		17,3		19,1		21,4		13 547	22,2	
6 horas ou mais	14,5	13,0	-1,5	12,9	-0,1	17,1	4,2	15,2	-1,9	21,0	5,8	12 688	20,8	-0,2
Total	100	100		100		100		100		100		60 962	100	
Feminino														
Nunca	3,8	2,7		2,6		2,1		1,9		1,2		801	1,4	
Até 1 hora	21,9	22,3		20,1		14,4		13,4		9,1		4 970	8,4	
2 a 3 horas	34,4	35,4		35,2		32,5		36,6		34,1	↑	19 616	33,3	
4 a 5 horas	21,9	22,0		22,9		26,1		27,3		31,5		18 610	31,6	
6 horas ou mais	18,0	17,6	-0,4	19,2	1,6	24,9	5,7	20,8	-4,1	24,2	3,4	14 832	25,2	1,0
Total	100	100		100		100		100		100		58 829	100	

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2015-2022)

Tabela 6. Nº de horas (por dia) de utilização da internet em redes sociais (2015-2022) - utilizadores

	2015	2016	Δ	2017	Δ	2018	Δ	2019	Δ	2021	Δ	2022	Δ	
	%	%	16-15	%	17-16	%	18-17	%	19-18	%	21-19	Nº	%	22-21
Durante a semana														
Até 1 hora	28,8	32,3		31,7		22,9		21,9		13,4		14 965	12,8	
2 a 3 horas	34,7	34,6		34,6		34,0		38,5		32,6		39 882	34,0	
4 a 5 horas	18,7	17,6		17,8		21,6		22,1		24,7	↑	29 599	25,3	
6 horas ou mais	17,8	15,5	-2,3	15,9	0,4	21,5	5,6	17,5	-4,0	29,4	11,9	32 747	27,9	-1,5
Total	100	100		100		100,1		100		100		117 193	100	10,1
Masculino														
Até 1 hora	32,6	38,5		38,8		29,8		28,2		17,8		10 037	17,1	
2 a 3 horas	35,3	32,9		32,7		34,0		36,9		33,4	↑	20 662	35,1	
4 a 5 horas	16,2	14,5		14,5		17,4		18,6		21,1		12 800	21,7	
6 horas ou mais	15,9	14,1	-1,8	14,0	-0,1	18,9	4,9	16,3	-2,6	27,6	11,3	15 363	26,1	-1,5
Total	100	100		100		100		100		100		58 862	100	10,2
Feminino														
Até 1 hora	25,2	26,2		24,6		16,5		15,7		8,8		4 928	8,4	
2 a 3 horas	35,6	36,3		36,5		34,0		40,0		31,8		19 220	32,9	
4 a 5 horas	21,3	20,7		21,1		25,5		25,6		28,3		16 799	28,8	
6 horas ou mais	17,9	16,8	-1,1	17,8	1,0	24,0	6,2	18,7	-5,3	31,1	1,7	17 384	29,8	-1,3
Total	100	100		100		100		100		100		58 331	100	11,9
Ao fim-de-semana														
Até 1 hora	27,5	29,5		27,8		21,0		19,6		14,2		15 350	13,2	
2 a 3 horas	35,1	35,6		35,8		34,3		37,6		35,7	↑	41 139	35,4	
4 a 5 horas	19,9	18,9		19,6		22,7		24,1		27,0		32 157	27,7	
6 horas ou mais	17,5	16,0	-1,5	16,8	0,8	22,0	5,2	18,7	-3,3	23,1	4,4	27 520	23,7	0,6
Total	100	100		100		100		100		100		116 166	100	6,2
Masculino														
Até 1 hora	31,7	36,2		35,1		27,9		25,8		19,1		10 380	17,9	
2 a 3 horas	35,7	34,7		35,5		35,4		37,9		36,8	↑	21 523	37,0	
4 a 5 horas	17,2	15,2		15,6		18,4		20,2		22,3		13 547	23,3	
6 horas ou mais	15,4	13,9	-1,5	13,8	-0,1	18,3	4,5	16,1	-2,2	21,9	5,8	12 688	21,8	-0,1
Total	100	100		100		100		100		100		58 138	100	6,4
Feminino														
Até 1 hora	22,8	22,9		20,7		14,6		13,6		9,2		4 970	8,6	
2 a 3 horas	35,7	36,4		36,1		33,2		37,3		34,5	↑	19 616	33,8	
4 a 5 horas	22,7	22,6		23,5		26,7		27,8		31,8		18 610	32,1	
6 horas ou mais	18,8	18,1	-0,7	19,7	1,6	25,5	5,8	21,3	-4,2	24,4	3,1	14 832	25,6	1,2
Total	100	100		100		100		100		100		58 028	100	6,8

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2015-2022)

Tabela 7. Nº de horas (por dia) de utilização da internet em redes sociais (2023-2025)

	Durante a semana e fim de semana									
	INQUIRIDOS					UTILIZADORES				
	2023			2024			2025			Δ
	%	%	Δ 24-23	Nº	%	Δ 25-24	%	%	Δ 24-23	
Nunca	2,6	2,7		2 263	2,6		..	..		..
Até 1 hora	18,3	17,4		14 143	16,2		18,8	17,9		14 143
2 a 3 horas	42,0	43,8		38 899	44,6		43,1	45,0		38 899
4 a 5 horas	22,5	22,7		20 613	23,6		23,1	23,4		20 613
6 horas ou mais	14,6	13,4	-1,2	11 331	13,0	-0,4	15,0	13,8	-1,2	11 331
Total	100	100		87 249	100		100	100		84 986
Masculino										
Nunca	4,1	4,1		1 760	4,0		..	..		..
Até 1 hora	24,1	22,5		9 273	20,9		25,1	23,4		9 273
2 a 3 horas	41,4	43,5		19 553	44,2		43,2	45,3		19 553
4 a 5 horas	17,1	17,8		8 286	18,7		17,9	18,6		8 286
6 horas ou mais	13,3	12,1	-1,2	5 398	12,2	0,1	13,8	12,6	-1,2	5 398
Total	100	100		44 270	100		100	100		42 510
Feminino										
Nunca	1,1	1,1		503	1,2		..	..		..
Até 1 hora	12,3	12,1		4 870	11,3		12,4	12,2		4 870
2 a 3 horas	42,6	44,1		19 346	45,0		43,0	44,6		19 346
4 a 5 horas	28,1	27,9		12 327	28,7		28,4	28,2		12 327
6 horas ou mais	16,0	14,8	-1,2	5 933	13,8	-1,0	16,2	15,0	-1,2	5 933
Total	100	100		42 979	100		100	100		42 476

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2023-2025)

Anexo 3. O jogo online

Tabela 8. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar (2015-2022) - inquiridos

	2015	2016	Δ	16 - 15	2017	Δ	17 - 16	2018	Δ	18 - 17	2019	Δ	19 - 18	2021	Δ	21 - 19	2022	Δ	22 - 21	Δ	22 - 15
	%	%			%			%			%			%			Nº	%			
Durante a semana																					
Nunca	48,1	50,1			49,3			46,5			44,3			43,0			47 539	40,5			
Até 1 hora	24,4	22,8			23,2			23,5			25,2			23,9			29 433	25,1			
2 a 3 horas	13,8	13,8			14,4			14,7			15,7			17,0			21 375	18,2			
4 a 5 horas	6,5	6,7			6,6			7,3			7,6			7,8			9 454	8,1			
6 horas ou mais	7,2	6,6	-0,6		6,5	-0,1		8,0	1,5		7,2	-0,8		8,4	1,2		9 550	8,1	-0,3		0,9
Total	100	100			100			100			100			100			117 351	100			
Masculino																					
Nunca	26,5	27,3			26,0			22,7			21,1			19,4			10 523	17,7			
Até 1 hora	27,3	27,0			27,6			26,4			27,8			26,6			16 132	27,1			
2 a 3 horas	22,3	22,4			23,5			23,6			25,2			26,4			16 791	28,2			
4 a 5 horas	11,4	11,5			11,4			12,7			13,2			13,0			7 838	13,2			
6 horas ou mais	12,5	11,8	-0,7		11,5	-0,3		14,6	3,1		12,7	-1,9		14,6	1,9		8 281	13,9	-0,7		1,4
Total	100	100			100			100			100			100			59 565	100			
Feminino																					
Nunca	65,5	73,1			73,2			69,6			67,7			67,4			37 016	64,1			
Até 1 hora	23,8	18,7			18,8			20,7			22,7			21,1			13 301	23,0			
2 a 3 horas	6,9	5,1			5,0			6,0			6,1			7,2			4 584	7,9			
4 a 5 horas	2,1	1,8			1,7			2,0			2,0			2,4			1 616	2,8			
6 horas ou mais	1,7	1,3	-0,4		1,3	0,0		1,7	0,4		1,5	-0,2		1,9	0,4		1 269	2,2	0,3		0,5
Total	100	100			100			100			100			100			57 786	100			
Ao fim-de-semana																					
Nunca	50,0	51,7			50,8			48,6			46,2			45,7			51 026	43,1			
Até 1 hora	20,9	19,4			19,0			18,7			19,9			18,6			22 261	18,8			
2 a 3 horas	13,5	13,4			14,1			14,3			15,3			16,5			21 056	17,8			
4 a 5 horas	7,6	7,8			8,1			8,7			9,5			9,7			12 522	10,6			
6 horas ou mais	8,0	7,7	-0,3		8,0	0,3		9,7	1,7		9,1	-0,6		9,5	0,4		11 441	9,7	0,2		1,7
Total	100	100			100			100			100			100			118 306	100			
Masculino																					
Nunca	27,6	28,7			27,3			24,3			22,3			21,4			11 659	19,4			
Até 1 hora	23,3	23,0			22,0			20,6			21,5			20,7			12 189	20,3			
2 a 3 horas	21,2	21,0			22,3			22,5			23,6			25,3			15 856	26,4			
4 a 5 horas	13,5	13,4			14,0			15,1			16,4			16,2			10 467	17,4			
6 horas ou mais	14,4	13,9	-0,5		14,4	0,5		17,5	3,1		16,2	-1,3		16,5	0,3		9 908	16,5	0,0		2,1
Total	100	100			100			100			100			100			60 079	100			
Feminino																					
Nunca	67,6	75,0			74,7			72,1			70,2			70,7			39 367	67,6			
Até 1 hora	20,5	15,7			15,8			16,8			18,3			16,4			10 072	17,3			
2 a 3 horas	7,2	5,7			5,7			6,5			7,0			7,5			5 200	8,9			
4 a 5 horas	2,7	2,1			2,3			2,5			2,6			3,1			2 055	3,5			
6 horas ou mais	2,0	1,5	-0,5		1,5	0,0		2,1	0,6		1,9	-0,2		2,3	0,4		1 533	2,6	0,3		0,6
Total	100	100			100			100			100			100,0			58 227	100			

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2015-2022)

Tabela 9. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar (2015-2022) - jogadores

	2015	2016	Δ	2017	Δ	2018	Δ	2019	Δ	2021	Δ	2022	Δ	
	%	%	16-15	%	17-16	%	18-17	%	19-18	%	21-19	Nº	%	22-21
														Δ
														22-15
Durante a semana														
Até 1 hora	47,0	45,7		45,8		44,0		45,3		41,9		29 433	42,2	
2 a 3 horas	26,6	27,7		28,3		27,4		28,2		29,8		21 375	30,6	
4 a 5 horas	12,5	13,4		13,1		13,6		13,6		13,6		9 454	13,5	
6 horas ou mais	13,9	13,2	-0,7	12,8	-0,4	15,0	2,2	12,9	-2,1	14,7	1,8	9 550	13,7	-1,0
Total	100	100		100		100		100		100		69 812	100	
Masculino														
Até 1 hora	37,1	37,0		37,3		34,2		35,2		33,0		16 132	32,9	
2 a 3 horas	30,4	30,9		31,8		30,5		32,0		32,8		16 791	34,2	
4 a 5 horas	15,4	15,9		15,4		16,4		16,7		16,1		7 838	16,0	
6 horas ou mais	17,1	16,2	-0,9	15,5	-0,7	18,9	3,4	16,1	-2,8	18,1	2,0	8 281	16,9	-1,2
Total	100	100		100		100		100		100		49 042	100	
Feminino														
Até 1 hora	68,8	69,4		70,0		68,0		70,2		64,6		13 301	64,0	
2 a 3 horas	20,0	19,0		18,6		19,8		18,9		22,2		4 584	22,1	
4 a 5 horas	6,2	6,6		6,3		6,7		6,1		7,4		1 616	7,8	
6 horas ou mais	5,0	5,0	0,0	5,1	0,1	5,5	0,4	4,8	-0,7	5,8	1,0	1 269	6,1	0,3
Total	100	100		100		100		100		100		20 770	100	
Ao fim-de-semana														
Até 1 hora	41,8	40,1		38,6		36,4		37,0		34,2		22 261	33,1	
2 a 3 horas	27,0	27,7		28,6		27,9		28,4		30,4		21 056	31,3	
4 a 5 horas	15,3	16,2		16,6		16,9		17,7		17,9		12 522	18,6	
6 horas ou mais	15,9	16,0	0,1	16,2	0,2	18,8	2,6	16,9	-1,9	17,5	0,6	11 441	17,0	-0,5
Total	100	100		100		100		100		100		67 280	100	
Masculino														
Até 1 hora	32,1	32,2		30,3		27,3		27,7		26,3		12 189	25,2	
2 a 3 horas	29,3	29,5		30,7		29,7		30,3		32,1		15 856	32,7	
4 a 5 horas	18,6	18,8		19,2		19,9		21,1		20,6		10 467	21,6	
6 horas ou mais	20,0	19,5	-0,5	19,8	0,3	23,1	3,3	20,9	-2,2	21,0	0,1	9 908	20,5	-0,5
Total	100	100		100		100		100		100		48 420	100	
Feminino														
Até 1 hora	63,3	62,7		62,7		60,2		61,7		56,0		10 072	53,4	
2 a 3 horas	22,3	22,7		22,4		23,4		23,5		25,7		5 200	27,6	
4 a 5 horas	8,4	8,6		9,0		9,0		8,6		10,5		2 055	10,9	
6 horas ou mais	6,0	6,0	0,0	5,9	-0,1	7,4	1,5	6,3	-1,1	7,8	1,5	1 533	8,1	0,3
Total	100	100		100		100		100		100		18 860	100	

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2015-2022)

Tabela 10. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar (2023-2025)

Durante a semana e fim de semana												
	INQUIRIDOS						UTILIZADORES					
	2023	2024	Δ	2025		Δ	2023	2024	Δ	2025		Δ
	%	%	24-23	Nº	%	25-24	%	%	24-23	Nº	%	25-24
Nunca	39,5	39,2		31 644	36,9		..	..		..	..	
Até 1 hora	27,6	27,9		25 547	29,8		45,6	45,9		25 547	47,2	
2 a 3 horas	19,1	19,3		16 891	19,7		31,5	31,8		16 891	31,2	
4 a 5 horas	7,7	7,6		6 519	7,6		12,7	12,5		6 519	12,1	
6 horas ou mais	6,2	5,9	-0,3	5 140	6,0	0,1	10,2	9,8	-0,4	5 140	9,5	-0,3
Total	100	100		85 741	100		100	100		54 097	100	
Masculino												
Nunca	17,8	17,3		6 811	15,7		..	..		..	..	
Até 1 hora	29,9	30,9		13 657	31,4		36,4	37,3		13 657	37,3	
2 a 3 horas	29,4	29,7		13 315	30,7		35,8	35,9		13 315	36,4	
4 a 5 horas	12,5	12,4		5 299	12,2		15,2	14,9		5 299	14,5	
6 horas ou mais	10,4	9,7	-0,7	4 348	10,0	0,3	12,6	11,8	-0,8	4 348	11,9	0,1
Total	100	100		43 430	100		100	100		36 619	100	
Feminino												
Nunca	61,9	62,2		24 833	58,7		..	..		..	..	
Até 1 hora	25,1	24,9		11 890	28,1		66,0	65,8		11 890	68,0	
2 a 3 horas	8,4	8,4		3 576	8,5		22,1	22,1		3 576	20,5	
4 a 5 horas	2,7	2,6		1 220	2,9		7,1	7,0		1 220	7,0	
6 horas ou mais	1,8	1,9	0,1	792	1,9	0,0	4,8	5,1	0,3	792	4,5	-0,6
Total	100	100		42 311	100		100	100		17 478	100	

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2023-2025)

Anexo 4. O jogo de apostas *online*

Tabela 11. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogo de apostas (2015-2022) - inquiridos

	2015	2016	Δ	16 - 15	2017	Δ	17 - 16	2018	Δ	18 - 17	2019	Δ	19 - 18	2021	Δ	21 - 19	2022	Δ	22 - 21	Δ	22 - 15
	%	%		%	%		%	%		%	%		%	%		%	Nº	%			
Durante a semana																					
Nunca	86,1	85,2			85,2			85,6			84,9			84,6			100 903	85,6			
Até 1 hora	7,1	8,3			8,6			7,9			8,5			9,7			10 951	9,3			
2 a 3 horas	3,3	3,3			3,2			3,0			3,3			3,1			3 189	2,7			
4 a 5 horas	1,5	1,5			1,4			1,5			1,5			1,2			1 268	1,1			
6 horas ou mais	2,0	1,7	-0,3		1,6	-0,1		2,0	0,4		1,8	-0,2		1,4	-0,4		1 531	1,3	-0,1		-0,7
Total	100	100			100			100			100			100			117 842	100			
Masculino																					
Nunca	77,2	74,6			74,7			75,2			74,2			73,3			45 013	75,4			
Até 1 hora	11,7	14,2			14,7			13,4			14,4			16,6			9 410	15,8			
2 a 3 horas	5,6	5,8			5,4			5,5			5,7			5,5			2 799	4,7			
4 a 5 horas	2,4	2,5			2,4			2,5			2,6			2,2			1 112	1,9			
6 horas ou mais	3,1	2,9	-0,2		2,8	-0,1		3,4	0,6		3,1	-0,3		2,5	-0,6		1 357	2,3	-0,2		-0,8
Total	100	100			100			100			100			100			59 691	100			
Feminino																					
Nunca	96,0	96,0			95,8			95,6			95,6			96,2			55 890	96,1			
Até 1 hora	2,3	2,4			2,5			2,5			2,6			2,7			1 541	2,6			
2 a 3 horas	0,8	0,8			0,9			0,9			0,8			0,6			390	0,7			
4 a 5 horas	0,4	0,4			0,4			0,4			0,4			0,3	↓		156	0,3			
6 horas ou mais	0,5	0,4	-0,1		0,4	0,0		0,6	0,2		0,6	0,0		0,3	-0,3		174	0,3	0,0		-0,2
Total	100	100			100			100			100			100			58 151	100			
Ao fim-de-semana																					
Nunca	86,5	85,2			85,0			85,4			84,8			84,2			100 843	85,3			
Até 1 hora	6,6	8,0			8,2			7,5			8,0			9,1			10 240	8,7			
2 a 3 horas	3,3	3,6			3,6			3,4			3,6			3,5			3 910	3,3			
4 a 5 horas	1,6	1,6			1,6			1,7			1,8			1,6			1 738	1,5			
6 horas ou mais	2,0	1,6	-0,4		1,6	0,0		2,0	0,4		1,8	-0,2		1,5	-0,3		1 534	1,3	-0,2		-0,7
Total	100	100			100			100			100			100			118 265	100			
Masculino																					
Nunca	77,7	74,4			74,4			74,9			74,0			72,8			44 877	74,8			
Até 1 hora	10,9	13,6			13,9			12,8			13,6			15,6			8 855	14,8			
2 a 3 horas	5,7	6,3			6,2			6,0			6,3			6,1			3 384	5,6			
4 a 5 horas	2,6	2,8			2,8			2,9			3,0			2,9			1 514	2,5			
6 horas ou mais	3,1	2,9	-0,2		2,7	-0,2		3,4	0,7		3,1	-0,3		2,6	-0,5		1 339	2,2	-0,4		-0,9
Total	100	100			100			100			100			100			59 969	100			
Feminino																					
Nunca	96,2	96,0			95,9			95,5			95,6			95,9			55 966	96,0			
Até 1 hora	2,2	2,3			2,3			2,4			2,4			2,5			1 385	2,4			
2 a 3 horas	0,8	0,9			0,9			1,0			1,0			0,9			526	0,9			
4 a 5 horas	0,4	0,4			0,5			0,5			0,5			..			224	0,4			
6 horas ou mais	0,4	0,4	0,0		0,4	0,0		0,6	0,2		0,5	-0,1		0,4	-0,1		195	0,3	-0,1		-0,1
Total	100	100			100			100			100			100			58 296	100			

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2015-2022)

Tabela 12. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogo de apostas (2015-2022) - jogadores

	2015	2016	Δ	2017	Δ	2018	Δ	2019	Δ	2021	Δ	2022	Δ	
	%	%	16-15	%	17-16	%	18-17	%	19-18	%	21-19	Nº	%	22-21
Durante a semana														Δ
Até 1 hora	51,0	56,4		58,3		54,4		56,2		62,8		10 951	64,6	
2 a 3 horas	23,5	22,5		21,2		21,8		21,7		20,0		3 189	18,8	
4 a 5 horas	11,1	9,7		9,4		10,1		10,0		8,0	↓	1 268	7,5	
6 horas ou mais	14,4	11,4	-3,0	11,1	-0,3	13,7	2,6	12,1	-1,6	9,1	-3,0	1 531	9,0	-0,1
Total	100	100		100		100		100		100		16 939	100	-5,4
Masculino														
Até 1 hora	51,4	55,7		58,0		54,0		55,8		62,0		9 410	64,1	
2 a 3 horas	24,5	22,9		21,4		22,2		22,2		20,5	↓	2 799	19,1	
4 a 5 horas	10,7	9,8		9,3		10,2		10,0		8,1		1 112	7,6	
6 horas ou mais	13,4	11,6	-1,8	11,3	-0,3	13,6	2,3	12,0	-1,6	9,4	-2,6	1 357	9,2	-0,2
Total	100	100		100		100		100		100		14 678	100	-4,2
Feminino														
Até 1 hora	58,3	60,1		60,1		56,6		58,7		69,0		1 541	68,2	
2 a 3 horas	19,4	20,7		19,9		19,8		18,9		16,6	↓	390	17,2	
4 a 5 horas	10,7	9,4		10,2		10,1		9,9		7,2		156	6,9	
6 horas ou mais	11,6	9,8	-1,8	9,8	0,0	13,5	3,7	12,5	-1,0	7,2	-5,3	174	7,7	0,5
Total	100	100		100		100		100		100		2 261	100	-3,9
Ao fim-de-semana														
Até 1 hora	48,6	53,8		54,7		51,2		52,6		57,9		10 240	58,8	
2 a 3 horas	24,7	24,6		23,9		23,6		24,0		22,3		3 910	22,4	
4 a 5 horas	12,0	10,8		10,9		11,5		11,6		10,4		1 738	10,0	
6 horas ou mais	14,7	10,8	-3,9	10,5	-0,3	13,7	3,2	11,8	-1,9	9,4	-2,4	1 534	8,8	-0,6
Total	100	100		100		100		100		100		17 422	100	-5,9
Masculino														
Até 1 hora	48,7	53,1		54,3		50,8		52,2		57,4		8 855	58,7	
2 a 3 horas	25,5	24,8		24,3		24,0		24,3		22,4		3 384	22,4	
4 a 5 horas	11,8	11,0		10,8		11,5		11,6		10,6		1 514	10,0	
6 horas ou mais	14,0	11,2	-2,8	10,7	-0,5	13,7	3,0	11,9	-1,8	9,5	-2,4	1 339	8,9	-0,6
Total	100	100		100		100		100		100		15 092	100	-5,1
Feminino														
Até 1 hora	58,4	58,1		57,1		53,2		55,1		60,7		1 385	59,4	
2 a 3 horas	20,5	23,4		22,0		21,8		22,0		21,1	↓	526	22,6	
4 a 5 horas	10,1	9,5		11,7		11,4		11,2		9,1		224	9,6	
6 horas ou mais	11,0	8,9	-2,1	9,2	0,3	13,6	4,4	11,7	-1,9	9,1	-2,6	195	8,4	-0,7
Total	100	100		100		100		100		100		2 330	100	-2,6

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2015-2022)

Tabela 13. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogo de apostas (2023-2025)

			Durante a semana e fim de semana											
			INQUIRIDOS					UTILIZADORES						
			2023	2024	Δ	2025		Δ	2023	2024	Δ	2025		Δ
			%	%	24-23	Nº	%	25-24	%	%	24-23	Nº	%	25-24
Masculino	Nunca		84,4	83,3		71 145	82,7		..	..		..	..	
	Até 1 hora		10,0	10,7		9 363	10,9		63,9	63,7		9 363	63,1	
	2 a 3 horas		2,9	3,2		2 734	3,2		18,8	18,9		2 734	18,4	
	4 a 5 horas		1,2	1,2		1 093	1,3		7,7	7,3		1 093	7,4	
	6 horas ou mais		1,5	1,7	0,2	1 658	1,9	0,2	9,6	10,1	0,5	1 658	11,2	1,1
	Total		100	100		85 993	100		100	100		14 848	100	
	Nunca		73,5	71,8		30 575	70,4		..	..		..	..	
	Até 1 hora		16,8	17,9		8 103	18,6		63,6	63,3		8 103	62,9	
	2 a 3 horas		5,0	5,3		2 397	5,5		18,8	18,9		2 397	18,6	
	4 a 5 horas		2,1	2,1		905	2,1		7,7	7,4		905	7,0	
Feminino	6 horas ou mais		2,6	3,0	0,4	1 473	3,4	0,4	9,8	10,5	0,7	1 473	11,4	0,9
	Total		100	100		43 453	100		100	100		12 878	100	
	Nunca		95,6	95,3		40 570	95,4		..	..		..	..	
	Até 1 hora		2,9	3,1		1 260	3,0		65,6	66,1		1 260	64,0	
	2 a 3 horas		0,8	0,9		337	0,8		18,7	19,0		337	17,1	
	4 a 5 horas		0,3	0,3		188	0,4		7,8	7,2		188	9,5	
	6 horas ou mais		0,4	0,4	0,0	185	0,4	0,0	8,0	7,6	-0,4	185	9,4	1,8
	Total		100	100		42 540	100		100	100		1 970	100	

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2023-2025)

Anexo 5. As pesquisas *online*

Tabela 14. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para fazer pesquisas (2015-2022) - inquiridos

	2016	2017	Δ	2018	Δ	2019	Δ	2021	Δ	2022			Δ
	%	%	17-16	%	18-17	%	19-18	%	21-19	Nº	%	22-21	22-16
Durante a semana													
Nunca	5,3	6,0		5,7		5,6		5,7		6 959	5,9		
Até 1 hora	42,4	42,3		39,1		43,1		39,3		46 944	39,9		
2 a 3 horas	35,8	34,2		34,6		32,8		34,0	↑	39 765	33,8		
4 a 5 horas	11,0	11,5		12,6		11,6		12,6		14 528	12,3		
6 horas ou mais	5,5	6,0	0,5	8,0	2,0	6,8	-1,2	8,3	1,5	9 555	8,1	-0,2	2,6
Total	100	100		100		100		100		117 751	100		
Masculino													
Nunca	7,4	8,7		8,1		7,7		7,6		4 850	8,1		
Até 1 hora	45,2	44,4		40,9		42,9		40,0		23 879	40,0		
2 a 3 horas	31,8	30,2		31,0		30,4		32,3		19 005	31,9		
4 a 5 horas	9,5	10,1		11,2		11,1		11,4		6 671	11,2		
6 horas ou mais	6,1	6,6	0,5	8,8	2,2	7,9	-0,9	8,7	0,8	5 240	8,8	0,1	2,7
Total	100	100		100		100		100		59 645	100		
Feminino													
Nunca	3,2	3,3		3,3		3,5		3,7		2 109	3,6		
Até 1 hora	39,6	40,2		37,4		43,4		38,7		23 065	39,7		
2 a 3 horas	39,8	38,1		38,1		35,2		35,8	↑	20 760	35,7		
4 a 5 horas	12,5	13,0		14,1		12,1		13,9		7 857	13,5		
6 horas ou mais	4,9	5,4	0,5	7,1	1,7	5,8	-1,3	7,9	2,1	4 315	7,4	-0,5	2,5
Total	100	100		100		100		100		58 106	100		
Ao fim-de-semana													
Nunca	14,6	14,7		13,9		13,4		14,1		16 266	13,8		
Até 1 hora	40,4	39,7		37,5		40,2		39,7		45 735	38,7		
2 a 3 horas	30,4	29,9		30,7		29,8		29,4		35 766	30,3		
4 a 5 horas	9,9	10,5		11,4		10,6		10,6		12 952	11,0		
6 horas ou mais	4,7	5,2	0,5	6,5	1,3	6,0	-0,5	6,2	0,2	7 418	6,3	0,1	1,6
Total	100	100		100		100		100		118 137	100		
Masculino													
Nunca	16,5	17,1		15,9		14,8		15,0		8 924	14,9		
Até 1 hora	42,4	41,1		38,6		40,2		39,9		23 124	38,6		
2 a 3 horas	27,3	27,0		28,0		28,0		28,2		17 425	29,1		
4 a 5 horas	8,6	9,1		10,2		10,1		9,8		6 132	10,2		
6 horas ou mais	5,2	5,7	0,5	7,3	1,6	6,9	-0,4	7,1	0,2	4 303	7,2	0,1	2,0
Total	100	100		100		100		100		59 908	100		
Feminino													
Nunca	12,7	12,2		11,9		12,0		13,3		7 342	12,6		
Até 1 hora	38,3	38,4		36,5		40,3		39,5		22 611	38,8		
2 a 3 horas	33,6	32,8		33,3		31,6		30,5		18 341	31,5		
4 a 5 horas	11,2	11,9		12,5		11,1		11,4		6 820	11,7		
6 horas ou mais	4,2	4,7	0,5	5,8	1,1	5,0	-0,8	5,3	0,3	3 115	5,3	0,0	1,1
Total	100	100		100		100		100		58 229	100		

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2015-2022)

Tabela 15. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para fazer pesquisas (2015-2022) - utilizadores da internet para fazer pesquisas

	2016	2017	Δ	2018		2019	Δ	2021	Δ		2022	Δ	Δ	
	%	%	17-16	%	18-17	%	19-18	%	21-19		Nº	%	22-21	22-16
Durante a semana														
Até 1 hora	44,8	45,0		41,5		45,7		41,7			46 944	42,4		
2 a 3 horas	37,8	36,3		36,7		34,8		36,1			39 765	35,9		
4 a 5 horas	11,6	12,3		13,4		12,3		13,4			14 528	13,1		
6 horas ou mais	5,8	6,4	0,6	8,4	2,0	7,2	-1,2	8,8	1,6		9 555	8,6	-0,2	2,8
Total	100	100		100		100		100			110 792	100		
Masculino														
Até 1 hora	48,8	48,6		44,5		46,5		43,3			23 879	43,6		
2 a 3 horas	34,3	33,2		33,7		33,0		35,0			19 005	34,7		
4 a 5 horas	10,3	11,0		12,2		12,0		12,4			6 671	12,2		
6 horas ou mais	6,6	7,2	0,6	9,6	2,4	8,5	-1,1	9,4	0,9		5 240	9,6	0,2	3,0
Total	100	100		100		100		100			54 795	100		
Feminino														
Até 1 hora	40,9	41,6		38,7		44,9		40,2			23 065	41,2		
2 a 3 horas	41,1	39,4		39,4		36,5		37,2			20 760	37,1		
4 a 5 horas	12,9	13,4		14,6		12,6		14,4	↑		7 857	14,0		
6 horas ou mais	5,1	5,6	0,5	7,3	1,7	6,0	-1,3	8,2	2,2		4 315	7,7	-0,5	2,6
Total	100	100		100		100		100			55 997	100		
Ao fim-de-semana														
Até 1 hora	47,2	46,6		43,6		46,4		46,3			45 735	44,9		
2 a 3 horas	35,6	35,1		35,6		34,4		34,2			35 766	35,1		
4 a 5 horas	11,6	12,3		13,2		12,3		12,3			12 952	12,7		
6 horas ou mais	5,6	6,1	0,5	7,6	1,5	6,9	-0,7	7,2	0,3		7 418	7,3	0,1	1,7
Total	100	100		100		100		100			101 871	100		
Masculino														
Até 1 hora	50,8	49,6		45,9		47,1		47,0			23 124	45,4		
2 a 3 horas	32,7	32,6		33,2		32,8		33,2			17 425	34,2		
4 a 5 horas	10,3	10,9		12,2		11,9		11,5			6 132	12,0		
6 horas ou mais	6,2	6,9	0,7	8,7	1,8	8,1	-0,6	8,3	0,2		4 303	8,4	0,1	2,2
Total	100	100		100		100		100			50 984	100		
Feminino														
Até 1 hora	43,9	43,7		41,4		45,8		45,5			22 611	44,4		
2 a 3 horas	38,4	37,4		37,8		35,9		35,2			18 341	36,0		
4 a 5 horas	12,8	13,5		14,2		12,7		13,2			6 820	13,4		
6 horas ou mais	4,9	5,3	0,4	6,6	1,3	5,6	-1,0	6,1	0,5		3 115	6,1	0,0	1,2
Total	100	100		100		100		100			50 887	100		

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2015-2022)

Tabela 16. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para fazer pesquisas: ler ou estudar (2023-2025)

Durante a semana e fim de semana												
	INQUIRIDOS						UTILIZADORES					
	2023	2024	Δ	2025		Δ	2023	2024	Δ	2025		Δ
	%	%	24-23	Nº	%	25-24	%	%	24-23	Nº	%	25-
Nunca	20,4	20,1		17 658	20,5		..	..		..	..	
Até 1 hora	28,2	29,0		25 003	29,1		35,4	36,3		25 003	36,6	
2 a 3 horas	31,5	31,6		27 222	31,7		39,6	39,5		27 222	39,8	
4 a 5 horas	12,9	12,8		10 702	12,4		16,3	16,0		10 702	15,7	
6 horas ou mais	6,9	6,6	-0,3	5 406	6,3	-0,3	8,7	8,3	-0,4	5 406	7,9	-0,4
Total	100	100		85 991	100		100	100		68 333	100	
Masculino												
Nunca	28,4	28,1		12 604	29,0		..	..		..	..	
Até 1 hora	32,5	33,6		14 592	33,6		45,4	46,7		14 592	47,3	
2 a 3 horas	26,4	26,1		11 149	25,7		36,9	36,3		11 149	36,1	
4 a 5 horas	8,1	7,8		3 324	7,7		11,3	10,9		3 324	10,8	
6 horas ou mais	4,6	4,4	-0,2	1 778	4,1	-0,3	6,4	6,1	-0,3	1 778	5,8	-0,3
Total	100	100		43 447	100		100	100		30 843	100	
Feminino												
Nunca	12,1	11,7		5 054	11,9		..	..		..	..	
Até 1 hora	23,7	24,1		10 411	24,5		27,0	27,3		10 411	27,8	
2 a 3 horas	36,8	37,3		16 073	37,8		41,9	42,2		16 073	42,9	
4 a 5 horas	17,9	17,9		7 378	17,3		20,4	20,3		7 378	19,7	
6 horas ou mais	9,4	9,0	-0,4	3 628	8,5	-0,5	10,7	10,2	-0,5	3 628	9,7	-0,5
Total	100	100		42 544	100		100	100		37 490	100	

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2023-2025)

Anexo 6. Os filmes, vídeos, tutoriais

Tabela 17. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para ver filmes, vídeos, tutoriais (2023-2025)

Durante a semana e fim de semana												
	INQUIRIDOS						UTILIZADORES					
	2023	2024	Δ	2025		Δ	2023	2024	Δ	2025		Δ
	%	%	24-23	Nº	%	25-24	%	%	24-23	Nº	%	25-24
Nunca	6,5	7,3		6 622	7,7		..	..		..	..	
Até 1 hora	29,6	31,3		27 040	31,4		31,6	33,8		27 040	34,1	
2 a 3 horas	43,9	43,3		37 406	43,5		47,0	46,7		37 406	47,1	
4 a 5 horas	13,6	12,6		10 454	12,2		14,5	13,6		10 454	13,2	
6 horas ou mais	6,4	5,5	-0,9	4 468	5,2	-0,3	6,9	5,9	-1,0	4 468	5,6	-0,3
Total	100	100		85 990	100		100	100		79 368	100	
Masculino												
Nunca	8,5	9,7		4 453	10,2		..	..		..	..	
Até 1 hora	32,0	34,0		15 000	34,5		35,0	37,7		15 000	38,5	
2 a 3 horas	42,4	40,9		17 610	40,5		46,3	45,3		17 610	45,2	
4 a 5 horas	11,0	10,1		4 233	9,7		12,1	11,1		4 233	10,9	
6 horas ou mais	6,1	5,3	-0,8	2 153	5,0	-0,3	6,7	5,9	-0,8	2 153	5,5	-0,4
Total	100	100		43 449	100		100	100		38 996	100	
Feminino												
Nunca	4,6	4,8		2 169	5,1		..	..		..	..	
Até 1 hora	27,1	28,5		12 040	28,3		28,4	29,9		12 040	29,8	
2 a 3 horas	45,4	45,7		19 796	46,5		47,6	48,0		19 796	49,0	
4 a 5 horas	16,2	15,4		6 221	14,6		16,9	16,1		6 221	15,4	
6 horas ou mais	6,8	5,6	-1,2	2 315	5,4	-0,2	7,1	5,9	-1,2	2 315	5,7	-0,2
Total	100	100		42 541	100		100	100		40 372	100	

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2023-2025)

Anexo 7. Problemas associados à utilização da internet

Tabela 18. Problemas associados à utilização da internet nos últimos 12 meses (2017-2025) - inquiridos

		2017	2018	Δ 18-17	2019	Δ 19-18	2021	Δ 21-19	2022	Δ 22-21	2023	Δ 23-22	2024	Δ 24-23	2025		Δ 25-24	Δ 25-17
															Nº	%		
		Qualquer problema																
	Sim	22,9	25,9	3,0	26,8	0,9	28,2	1,4	31,2	3,0	36,4	5,2	36,2	-0,2	29 412	35,4	-0,8	12,5
	Não	77,1	74,1		73,2		71,8		68,8		63,6		63,8		53 596	64,6		
	Total	100	100		100		100		100		100		100		83 008	100		
Masculino																		
	Sim	24,1	26,5	2,4	26,4	-0,1	27,8	1,4	30,4	2,6	35,3	4,9	35,3	0,0	14 518	34,6	-0,7	10,5
	Não	75,9	73,5		73,6		72,2		69,6		64,7		64,7		27 478	65,4		
	Total	100	100		100		100		100		100		100		41 996	100		
Feminino																		
	Sim	21,7	25,3	3,6	27,3	2,0	28,7	1,4	32,0	3,3	37,5	5,5	37,1	-0,4	14 894	36,3	-0,8	14,6
	Não	78,3	74,7		72,7		71,3		68,0		62,5		62,9		26 118	63,7		
	Total	100	100		100		100		100		100		100		41 012	100		
		Problemas de rendimento na escola/trabalho																
	Sim	14,3	15,9	1,6	16,3	0,4	14,5	-1,8	16,9	2,4	18,6	1,7	17,9	-0,7	14 724	17,4	-0,5	3,1
	Não	85,7	84,1		83,7		85,5		83,1		81,4		82,1		69 863	82,6		
	Total	100,0	100		100		100		100		100		100		84 587	100		
		Problemas de saúde que motivou assistência médica																
	Sim	1,5	1,7	0,2	1,7	0,0	2,1	0,4	2,2	0,1	3,7	1,5	4,0	0,3	3 371	4,0	0,0	2,5
	Não	98,5	98,3		98,3		97,9		97,8		96,3		96,0		80 611	96,0		
	Total	100	100		100		100		100		100		100		83 982	100		
		Problemas com comportamentos em casa																
	Sim	8,8	9,6	0,8	9,7	0,1	7,8	-1,9	9,5	1,7	11,1	1,6	10,7	-0,4	8 743	10,4	-0,3	1,6
	Não	91,2	90,4		90,3		92,2		90,5		88,9		89,3		75 118	89,6		
	Total	100	100		100		100		100		100		100		83 861	100		
		Problemas financeiros																
	Sim	1,6	1,8	0,2	1,9	0,1	2,4	0,5	2,6	0,2	3,8	1,2	4,2	0,4	3 498	4,2	0,0	2,6
	Não	98,4	98,2		98,1		97,6		97,4		96,2		95,8		80 323	95,8		
	Total	100	100		100		100		100		100		100		83 821	100		
		Atos de violência, conduta desordeira																
	Sim	1,2	1,4	0,2	1,4	0,0	1,3	-0,1	1,5	0,2	2,0	0,5	1,9	-0,1	1 601	1,9	0,0	0,7
	Não	98,8	98,6		98,6		98,7		98,5		98,0		98,1		82 217	98,1		
	Total	100	100		100		100		100		100		100		83 818	100		
		Relações sexuais sem preservativo																
	Sim	2,2	2,7	0,5	2,8	0,1	4,0	1,2	4,1	0,1	5,7	1,6	6,1	0,4	5 168	6,2	0,1	4,0
	Não	97,8	97,3		97,2		96,0		95,9		94,3		93,9		78 729	93,8		
	Total	100	100		100		100		100		100		100		83 897	100		
		Situações de mal-estar emocional																
	Sim	9,4	11,5	2,1	12,6	1,1	16,0	3,4	18,1	2,1	21,2	3,1	20,5	-0,7	16 700	19,9	-0,6	10,5
	Não	90,6	88,5		87,4		84,0		81,9		78,8		79,5		67 143	80,1		
	Total	100	100		100		100		100		100		100		83 843	100		

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2017 - 2025)

SIGLAS E ABREVIATURAS

ARS – Administrações Regionais de Saúde, I.P.

CDDN – Centro de Divulgação do Dia da Defesa Nacional

DGE – Direção Geral de Educação

DGRDN – Direção Geral de Recursos da Defesa Nacional

DICAD – Divisão de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

JA – Jogo de apostas

JO – Jogo *online*

JOG - Jogadores

PP – Pontos Percentuais

PLV – Prevalência ao longo da vida

P12M – Prevalência nos últimos 12 meses

P30D – Prevalência nos últimos 30 dias

SICAD – Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

U12M – Últimos 12 meses

UTIL - Utilizadores



Empoderar. *Empower.*
Cuidar. *Care.*
Proteger. *Protect.*