

# Comportamentos Aditivos aos 18 anos - Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional 2024: utilização da internet



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

## FICHA TÉCNICA

### TÍTULO

Comportamentos Aditivos aos 18 anos - Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional 2024: utilização da internet

### AUTORIA

Ludmila Carapinha, Vasco Calado, Helena Neto

### GRAFISMO

ICAD, IP / Gabinete de Tecnologias e Sistemas de Informação

### CAPA

Foto de Papaioannou Kosta na Unsplash

### EDITOR

ICAD, IP, Lisboa 2025.

### ISBN

978-989-36386-0-6



Comportamentos Aditivos aos 18  
anos - Inquérito aos jovens  
participantes no Dia da Defesa  
Nacional 2024:  
utilização da internet

2025



# ÍNDICE

<b>DESTAQUES</b>	<b>9</b>
<b>AGRADECIMENTOS</b>	<b>12</b>
<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>13</b>
<b>METODOLOGIA</b>	<b>14</b>
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
<b>RESULTADOS</b>	<b>20</b>
<b>A INTERNET</b>	<b>20</b>
Tendências 2017-2024	21
<b>AS REDES SOCIAIS</b>	<b>23</b>
Tendências 2015-2024	24
<b>O JOGO ONLINE</b>	<b>25</b>
Tendências 2015-2024	26
<b>O JOGO DE APOSTAS ONLINE</b>	<b>27</b>
Tendências 2015-2024	28
<b>AS PESQUISAS ONLINE: LER OU ESTUDAR</b>	<b>30</b>
Tendências 2016 - 2024	30
<b>FILMES, VÍDEOS, TUTORIAIS ONLINE</b>	<b>32</b>
<b>PROBLEMAS ASSOCIADOS À UTILIZAÇÃO DA INTERNET</b>	<b>33</b>
Tendências 2017 - 2024	34
<b>CONCLUSÕES</b>	<b>37</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>39</b>
Anexo 1. A internet	40
Anexo 2. As redes sociais	42
Anexo 3. O jogo online	45
Anexo 4. O jogo de apostas online	48
Anexo 5. As pesquisas online	51
Anexo 6. Os filmes, vídeos, tutoriais	54
Anexo 7. Problemas associados à utilização da internet	55

**ÍNDICE DE FIGURAS**

Figura 1. Idade de início da utilização da internet, em 2023 (%) .....	20
Figura 2. Equipamentos usados para aceder à internet, em 2023 (%) .....	20
Figura 3. Duração média (em horas) de utilização da internet por dia, por sexo, em 2023 (%) .....	21
Figura 5. Destaque das evoluções nas prevalências de consumo entre 2017 e 2023 .....	22
Figura 4. Início da utilização da internet anterior aos 10 anos de idade, 2017-2023 (%) .....	22
Figura 6. Utilização da internet em 5 horas ou mais por dia (em média), 2017-2023 (%).....	23
Figura 7. Nº de horas (por dia) de utilização da internet em redes sociais, em 2023 (%).....	23
Figura 8. Utilização de redes sociais em 2015-2023 (%) .....	24
Figura 9. Utilização de redes sociais em 6h ou mais por dia, entre os utilizadores (2015-2022, 2023) (%) .....	25
Figura 10. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar, em 2023 (%).....	25
Figura 11. Utilização de jogo online em 2015-2023 (%).....	27
Figura 12. Utilização de jogo online em 6h ou mais por dia, entre os jogadores (2015-2022, 2023) (%) .	27
Figura 13. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar em apostas, em 2023 (%).....	28
Figura 14. Utilização de jogo de apostas online em 6h ou mais por dia, entre os jogadores (2015-2022, 2023) (%).....	29
Figura 15. Utilização de jogo de apostas online em 2015-2023 (%) .....	29
Figura 16. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para pesquisas, em 2023 (%).....	30
Figura 17. Utilização de pesquisas online, em 2016-2023 (%).....	31
Figura 18. Utilização de pesquisas online em 6h ou mais por dia, entre os utilizadores (2016-2022, 2023) (%).....	32
Figura 19. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para ver filmes, vídeos, tutoriais, em 2023 (%).....	33
Figura 20. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2023 (%).....	34

Figura 21. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2023 (%) ..... 34

Figura 22. Experiência de problemas associados à utilização da internet, ..... 35

Figura 23. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2023: Problemas de rendimento na escola/trabalho (%) ..... 35

Figura 24. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2023: Problemas com comportamentos em casa (%) ..... 35

Figura 25. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2023: Relações sexuais sem preservativo (%)..... 36

Figura 26. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2023: Problemas financeiros (%) ..... 36

Figura 27. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2023: Problemas de saúde que motivou assistência médica (%) .....36

**ÍNDICE DE TABELAS**

Tabela 1. Características sociodemográficas (%) ..... 19

Tabela 2. Experiência de utilização da internet (2017-2023)..... 40

Tabela 3. Equipamentos usados para aceder à internet (2016-2023) ..... 41

Tabela 4. Duração média (em horas) de utilização da internet por dia (2017-2023) ..... 41

Tabela 5. Nº de horas (por dia) de utilização da internet em redes sociais (2015-2022) - inquiridos ..... 42

Tabela 6. Nº de horas (por dia) de utilização da internet em redes sociais (2015-2022) - utilizadores .... 43

Tabela 7. Nº de horas (por dia) de utilização da internet em redes sociais (2023)..... 44

Tabela 8. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar (2015-2022) - inquiridos..... 45

Tabela 9. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar (2015-2022) - jogadores..... 46

Tabela 10. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar (2023) ..... 47

Tabela 11. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogo de apostas (2015-2022) - inquiridos ..... 48

Tabela 12. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogo de apostas (2015-2022) - jogadores ..... 49

Tabela 13. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogo de apostas (2023) ..... 50

Tabela 14. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para fazer pesquisas (2015-2022) - inquiridos .....	51
Tabela 15. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para fazer pesquisas (2015-2022) - utilizadores da internet para fazer pesquisas.....	52
Tabela 16. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para fazer pesquisas (2023).....	53
Tabela 17. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para ver filmes, vídeos, tutoriais (2023) .....	54
Tabela 18. Problemas associados à utilização da internet nos últimos 12 meses (2017-2023) - inquiridos .....	55

# DESTAQUES

## INTERNET EM GERAL

- A maioria (60%) dos jovens usa, em média, a internet durante 4 horas ou mais por dia, sendo que 38% 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, tendo diminuído entre 2023 e 2024;
- 38% 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, tendo diminuído entre 2023 e 2024.

## REDES SOCIAIS

- 97% dos jovens de 18 anos são utilizadores de redes sociais. 36% frequentam as redes sociais durante 4 horas ou mais por dia (em média) e 44% 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=15%).

## JOGO

- 61% dos jovens de 18 anos jogam online. 28% jogam, em média, menos de 2 horas por dia (46% entre os jogadores), 19% jogam entre 2 e 3 horas (32% 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=83%; F=38%), bem como, que 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).

## APOSTAS

- 17% dos jovens de 18 anos jogam em apostas online. Comparando rapazes e raparigas, verifica-se que são mais os rapazes que jogam em apostas online (M=28%; F=5%);
- 11% (64% dos jogadores) jogam menos de 2 horas por dia e 3% (19% 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 (10% 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 (8% das jogadoras).

## 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=72%; F=88%);
- 29% (36% 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 7% 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).

## FILMES, VÍDEOS, TUTORIAIS

- 93% 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 43% (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 6% 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 nesta atividade por dia, para 6% das raparigas (6% das utilizadoras).

## PROBLEMAS ASSOCIADOS À UTILIZAÇÃO DA INTERNET

- Globalmente, 36% 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 2024 é o das situações de mal-estar emocional (21% dos jovens), seguindo-se as referências a problemas de rendimento na escola/trabalho (18%);
- Comparando rapazes e raparigas, a experiência de qualquer problema é ligeiramente superior entre as raparigas (M=35%; F=37%).

Entre 2017 e 2024 as prevalências de qualquer problema relacionado com a utilização da internet aumentaram razoavelmente (de 23% para 36%), contudo, com uma diminuição entre 2023 e 2024.

# 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 nona 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 – Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (SICAD – atual ICAD), ex - Divisões de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (DICAD) das 5 Administrações Regionais de Saúde, 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 os 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 2<sup>a</sup>a a 6<sup>a</sup> / 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 (2<sup>a</sup>a a 6<sup>a</sup> / 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/2024 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 108.536 cidadãos, tendo-se verificado a presença de 94.993 desses jovens, dos quais, 92.122 participaram no inquérito com questionários válidos. 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 108.536 convocados para o Dia da Defesa Nacional/2023, este estudo caracteriza 91.989 jovens<sup>1</sup>.

Metade dos jovens analisados é do sexo masculino e a outra do sexo feminino. Mais de metade (53%) frequenta o ensino secundário, sobretudo o 12º ano (32%, mais 15% em curso profissional com equivalência ao 12º ano), sendo também de destacar a percentagem dos que já iniciaram o ensino superior (36%). 73% são estudantes a tempo inteiro e 8% conjugam os estudos com o trabalho. Uma

---

<sup>1</sup> Dos 92.122 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 91.989 jovens.

pequena percentagem de jovens está empregada (sem estudar: 10%), enquanto os restantes estão 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 em 2024. 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= 31 300)	2016 (n=81 207)	2017 (n=82 854)	2018 (n=66 148)	2019 (n=86 254)	2021 (n=70 374)	2022 (n=135 273)	2023 (n=92 443)	2024 (n=91 989)
<b>Sexo</b>									
Masculino	51,2	50,6	50,8	49,4	50,5	51,2	51,2	51,0	51,4
Feminino	48,8	49,4	49,2	50,6	49,5	48,8	48,8	49,0	48,6
<b>Nível de escolaridade (concluiu ou frequenta)</b>									
6º ano ou menos	1,4	1,1	1,0	0,8	0,8	0,5	0,3	0,3	0,3
7º ano	0,8	0,6	0,5	0,4	0,4	0,2	0,2	0,2	0,1
8º ano	1,0	0,8	0,6	0,5	0,5	0,3	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
Curso profissional a)	3,6	3,3	2,8	2,4	2,6	2,0	1,7	1,7	1,7
10º ano	4,5	3,2	2,9	2,7	2,4	1,2	1,1	1,3	1,1
11º ano	12,2	9,9	9,8	9,5	9,5	4,0	5,1	5,9	5,2
12º ano	28,0	29,4	31,7	34,1	33,9	25,5	25,3	32,0	31,5
Curso profissional b)	16,1	18,7	17,9	16,9	16,9	19,1	16,1	15,5	15,2
Curso espec. c)	1,0	0,8	0,8	0,7	0,7	1,2	1,4	0,8	0,9
Ensino Superior	21,2	22,6	22,1	22,2	21,8	36,5	40,6	34,2	35,8
Curso TS Prof. d)	-	1,3	1,8	1,9	2,0	3,6	3,6	2,8	2,9
Outra*	-	0,5	0,7	0,7	0,6	0,6	0,7	0,4	0,5
<b>Situação face ao trabalho</b>									
Estudante	78,5	73,0	73,2	72,6	71,5	67,9	71,9	73,4	73,4
Desempregado	8,3	8,4	7,1	6,1	6,1	7,8	6,9	7,6	8,5
Traba-Estudante	7,1	8,4	8,8	10,0	10,5	16,2	9,3	8,0	7,7
Empregado	6,1	10,2	7,1	11,3	11,9	8,1	12,0	11,0	10,4
<b>Estado Civil</b>									
Solteiro	97,0	97,5	97,5	97,2	97,7	97,9	97,9	97,9	97,9
União de facto	2,0	1,6	1,6	1,7	1,4	0,2	1,4	1,3	1,4
Casado	0,2	0,3	0,3	0,3	0,3	1,4	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

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%

Varição quanto a subidas ou descidas: 0,2 pontos percentuais (pp)

Prevalências iguais ou superiores a 1% e inferiores a 10%

Varição quanto a subidas ou descidas: 2pp

Prevalências iguais ou superiores a 10% e inferiores a 50%

Varição quanto a subidas ou descidas: 3pp

Prevalências iguais ou superiores a 50%

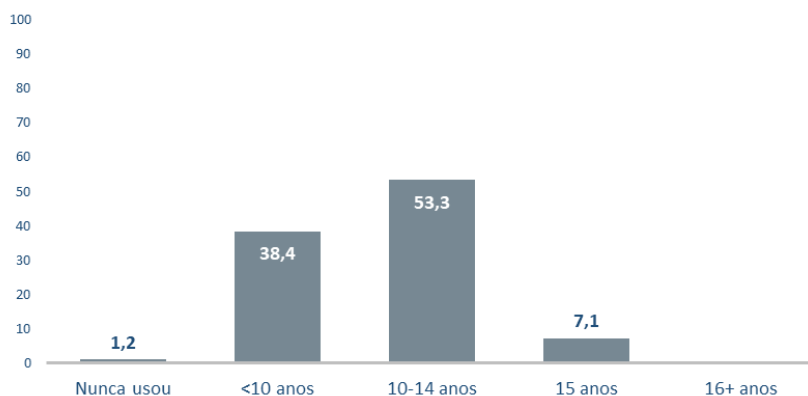
Varição quanto a subidas ou descidas: 4pp.

# RESULTADOS

## A INTERNET

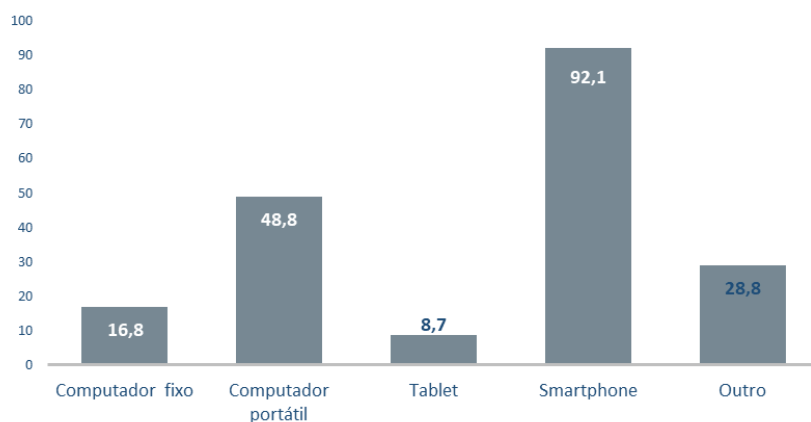
Em 2024, 99% dos jovens inquiridos têm experiência de utilização da internet, tendo iniciado, na totalidade, a sua utilização antes dos 16 anos. 38% começaram antes dos 10 anos e 53% entre os 10 e os 14 anos (Figura 1, Tabela 2). O equipamento de eleição para aceder à internet é o *smartphone* (92% dos jovens), seguindo-se o computador portátil (49% dos jovens) (Figura 2, Tabela 3).

**Figura 1. Idade de início da utilização da internet, em 2024 (%)**



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

**Figura 2. Equipamentos usados para aceder à internet, em 2024 (%)**

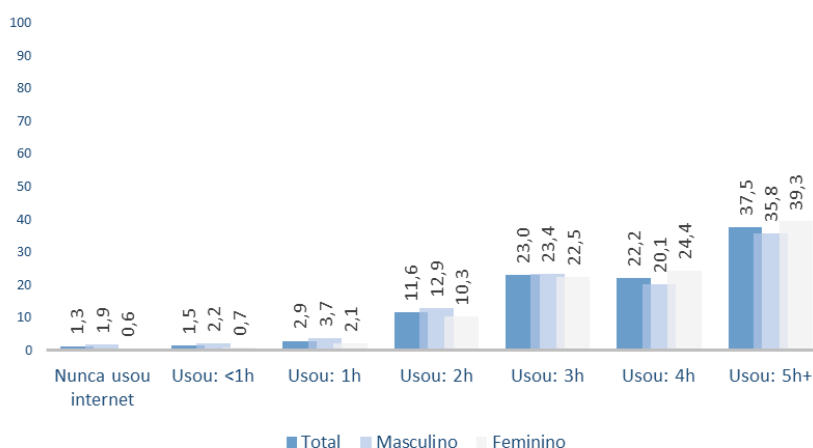


Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

A maioria (60%) dos jovens usa, em média, a internet durante 4 horas ou mais por dia, sendo que 38% 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 (43% dos rapazes iniciaram antes dos 10 anos, para 33% das raparigas), mas, por outro lado, em média, as raparigas passam mais tempo na internet (36% dos rapazes usam durante 5h ou mais, para 39% das raparigas) (Tabela 2, Figura 3).

**Figura 3. Duração média (em horas) de utilização da internet por dia, por sexo, em 2024 (%)**



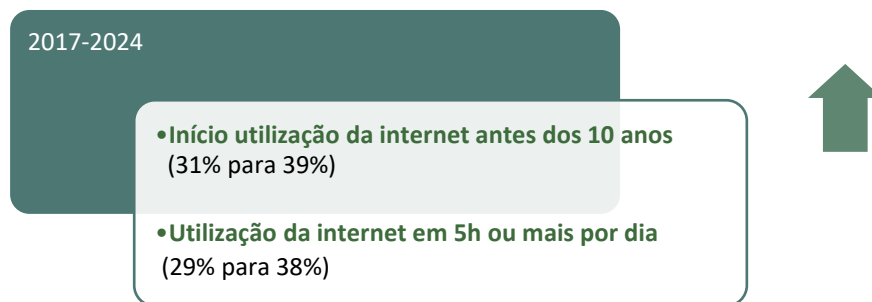
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## TENDÊNCIAS 2017-2024



- A utilização da internet mantém-se numa prevalência semelhante ao longo dos anos, sempre próxima dos 100% (Tabela 2);
- No espaço de 7 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 (+8pp) do que no grupo dos rapazes (+7pp) (Figuras 4 e 5, Tabela 2);
- Entre 2017 e 2024 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 38% em 2024. De novo, este aumento é um pouco mais expressivo no grupo das raparigas (+8pp) do que no grupo dos rapazes (+6pp)) (Figuras 4 e 6, Tabela 4);

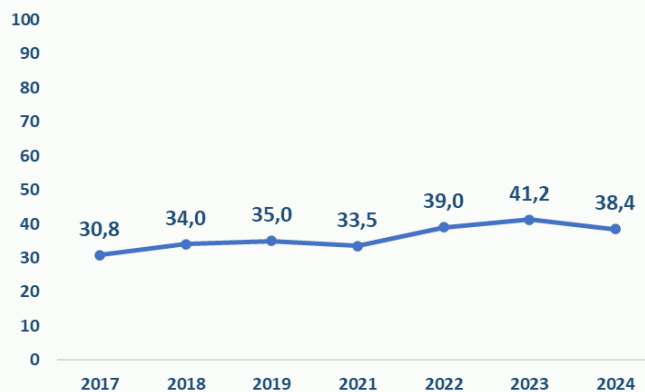
- Entre 2016 e 2022 os três tipos de equipamentos mais assinalados para aceder à internet foram sendo o computador portátil, o telefone e o *smartphone*, em percentagens semelhantes, por comparação com o computador fixo e o tablet. Em 2023 procedeu-se a uma alteração no questionário no sentido de eliminar 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, como os equipamentos mais usados para aceder à internet (Tabela 3).

**Figura 4. Destaque das evoluções nas prevalências de utilização de internet entre 2017 e 2024**



**Figura 5. Início da utilização da internet anterior aos 10 anos de idade, 2017-2024 (%)**

2017		2017
36,8		24,8
2024		2024
43,4		33,2



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

**Figura 6. Utilização da internet em 5 horas ou mais por dia (em média), 2017-2024 (%)**

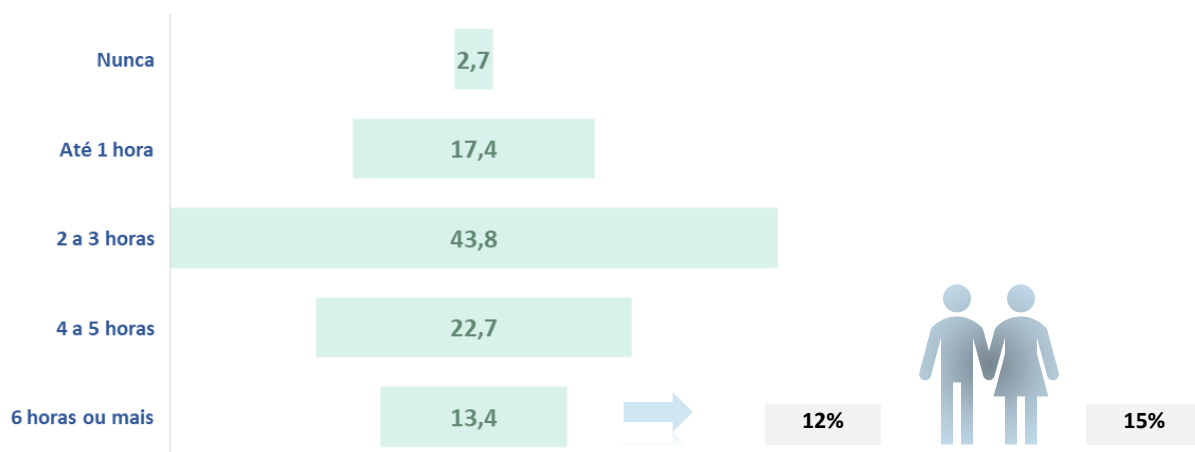


## AS REDES SOCIAIS

Em 2024, 97% dos jovens (96% dos rapazes e 99% das raparigas) de 18 anos são utilizadores de redes sociais. 36% frequentam as redes sociais durante 4 horas ou mais por dia (em média) e 44% durante 2 a 3 horas. É reduzida a percentagem de jovens que usam redes sociais em menos de 2 horas por dia (17%) (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=15%) (Figura 7, Tabela 7).

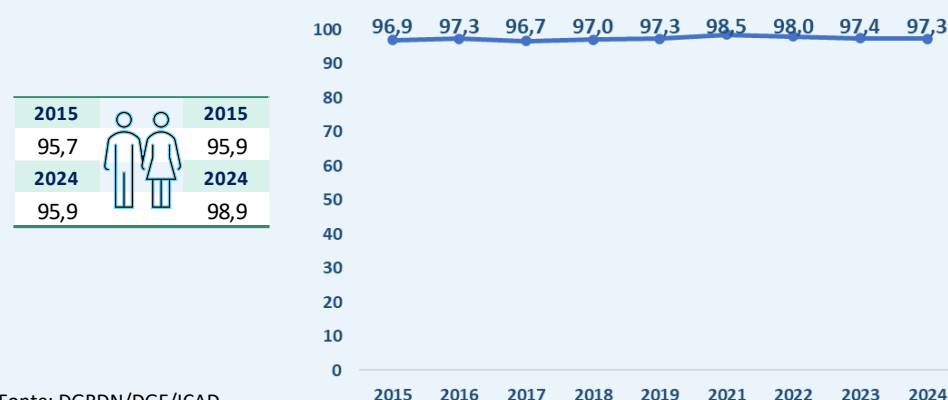
**Figura 7. Nº de horas (por dia) de utilização da internet em redes sociais, em 2024 (%)**



## TENDÊNCIAS 2015-2024<sup>2</sup>

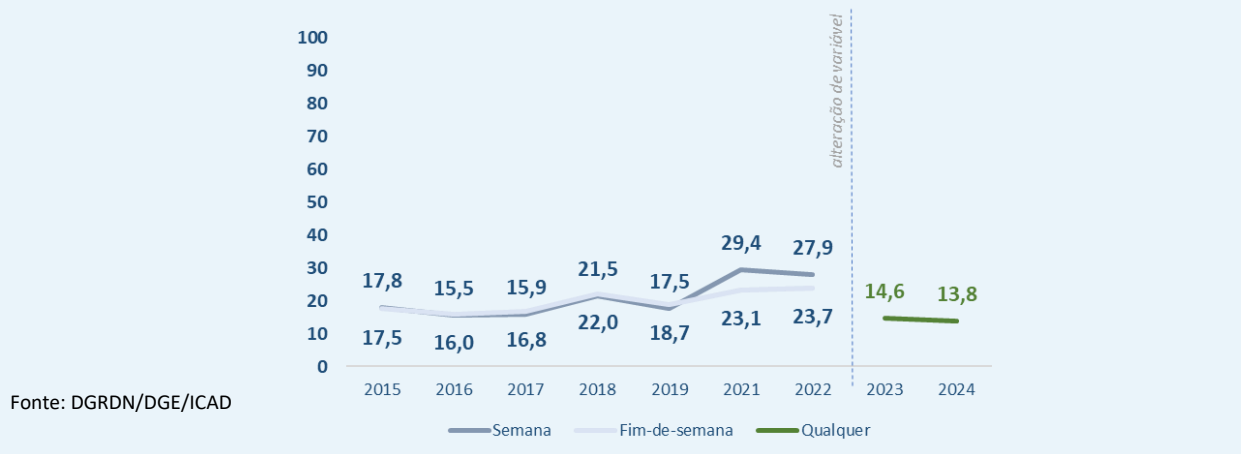
- Tem-se assistido, a partir de 2015, a um incremento da implementação das redes sociais virtuais, já generalizado entre os jovens de 18 anos no primeiro ano de aplicação do inquérito, com reduzida diferenciação entre rapazes e raparigas (Figura 8, Tabela 5);
- Considerando o número de horas de utilização 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 entre 2017 e 2018 e, mais ainda, ao aumento entre 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 declara utilizar a internet durante 6 horas ou mais por dia nas redes sociais, mantendo-se em 14% em 2024 (Figura 9, Tabela 7);
- As comparações entre o período 2015-2022 e 2023-2024 devem ser interpretadas com cautela devido à alteração na formulação da questão.

Figura 8. Utilização de redes sociais em 2015-2024 (%)



<sup>2</sup> 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.

**Figura 9. Utilização de redes sociais em 6h ou mais por dia, entre os utilizadores (2015-2022, 2023-2024) (%)**

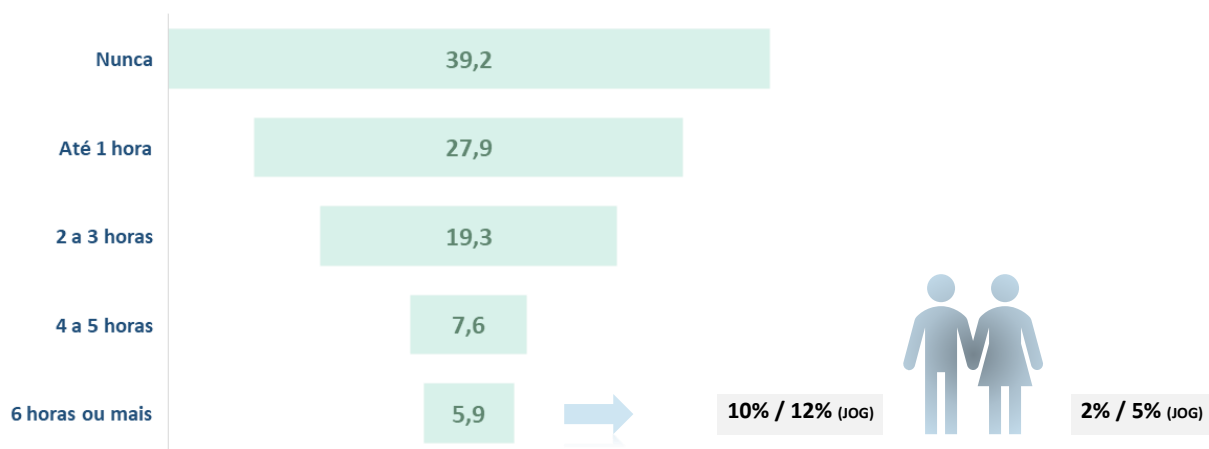


## O JOGO ONLINE

Em 2024, 61% dos jovens de 18 anos (83% dos rapazes e 38% das raparigas) jogam online. 28% jogam, em média, menos de 2 horas por dia (46% entre os jogadores), 19% jogam entre 2 e 3 horas (32% 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 2024 (%)**



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

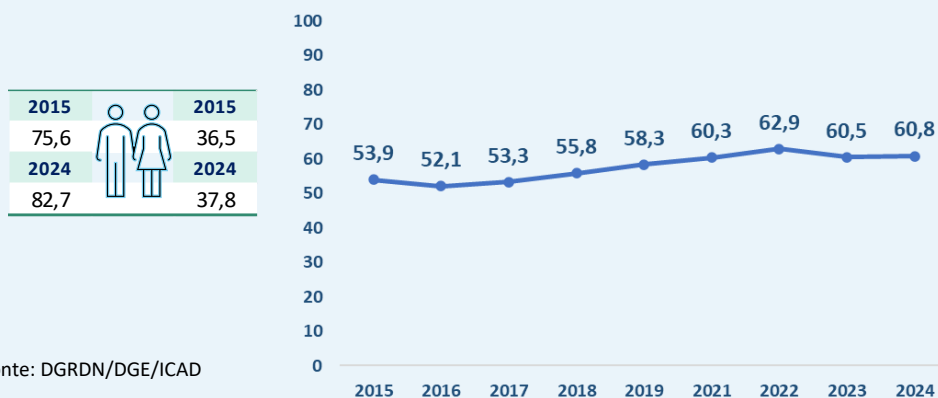
## TENDÊNCIAS 2015-2024<sup>3</sup>

- Tem-se assistido, a partir de 2016, a um incremento sucessivo da implementação do jogo online, entre os jovens de 18 anos, até 2022, diminuindo ligeiramente para 2023 e mantendo-se em 2024. Em 2015 a prevalência era de 54%, sendo de 61% em 2024 (Figura 11, Tabelas 8 a 10);
- Este incremento na prevalência de jogo deve-se, principalmente, ao grupo dos rapazes, no qual subiu 7pp, enquanto no grupo das raparigas subiu 1pp (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.

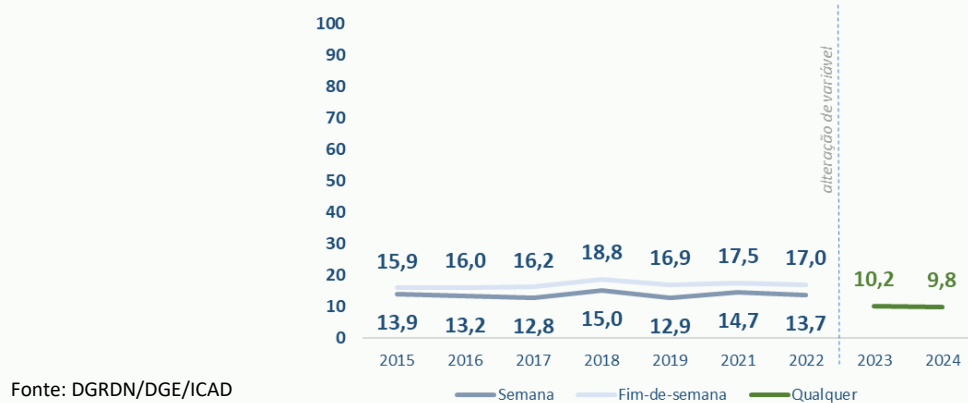
---

<sup>3</sup> 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.

**Figura 11. Utilização de jogo online em 2015-2024 (%)**



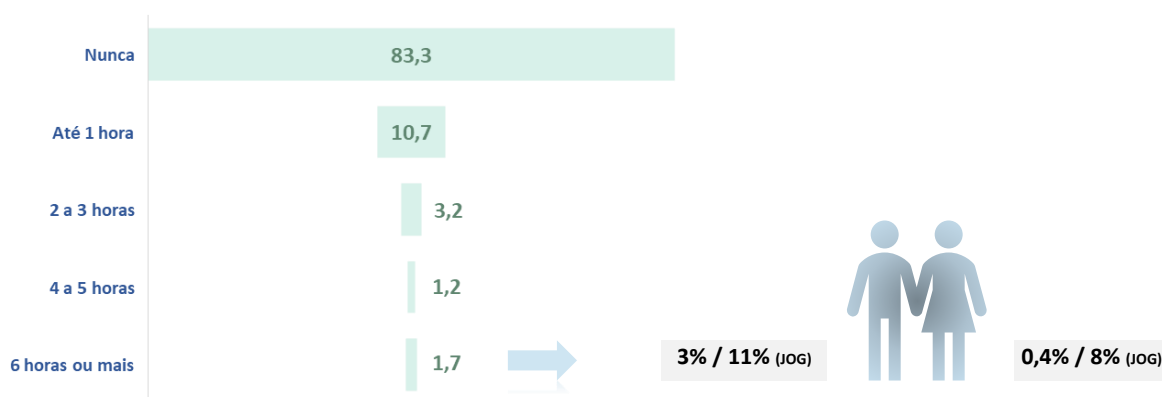
**Figura 12. Utilização de jogo online em 6h ou mais por dia, entre os jogadores (2015-2022, 2023-2024) (%)**



## O JOGO DE APOSTAS ONLINE

Em 2024, 17% dos jovens de 18 anos (28% dos rapazes e 5% das raparigas) jogam em apostas online. 11% (64% dos jogadores) jogam menos de 2 horas por dia e 3% (19% 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 (10% dos jogadores) (Figura 13, Tabela 13).

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 (8% das jogadoras). Contudo, no grupo dos jogadores, a discrepância é de 3pp (Figura 13, Tabela 13).

**Figura 13. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para jogar em apostas, em 2024 (%)**


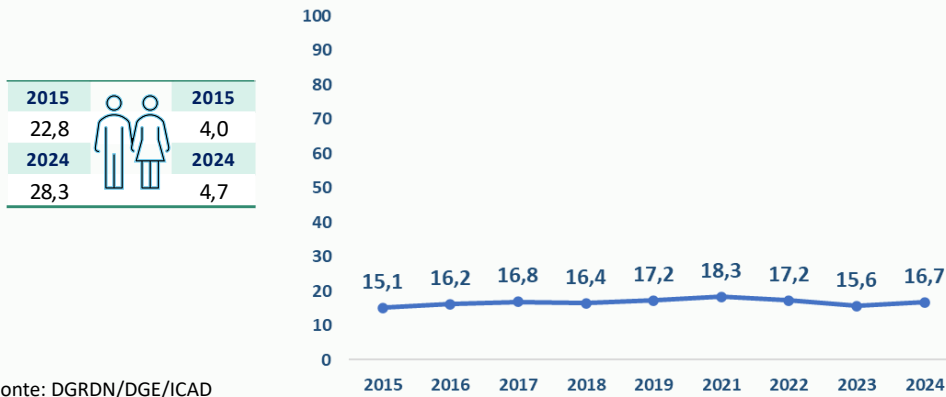
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## TENDÊNCIAS 2015-2024<sup>4</sup>

- Entre 2015 e 2024 a variação percentual na prevalência de jogo de apostas online não excede os 1-2pp, sendo de 15% em 2015 e de 17% em 2024 (Figura 14, Tabelas 11 a 13);
- Comparando rapazes e raparigas quanto à evolução na prevalência de jogo de apostas entre 2015 e 2024 verifica-se que esta aumentou razoavelmente no grupo dos rapazes, em 6pp, tendo-se mantido no grupo das raparigas, dado que a alteração é de +0,7pp (Figura 15, 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 –, tem-se constatado uma 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 declarou utilizar a internet durante 6 horas ou mais por dia para jogar em apostas (10% dos jogadores), prevalências que se mantêm semelhantes em 2024 (Figura 15, Tabela 13);
- As reduções na prevalência entre 2022 e 2023-2024 devem ser interpretadas com cautela devido à alteração na formulação da questão.

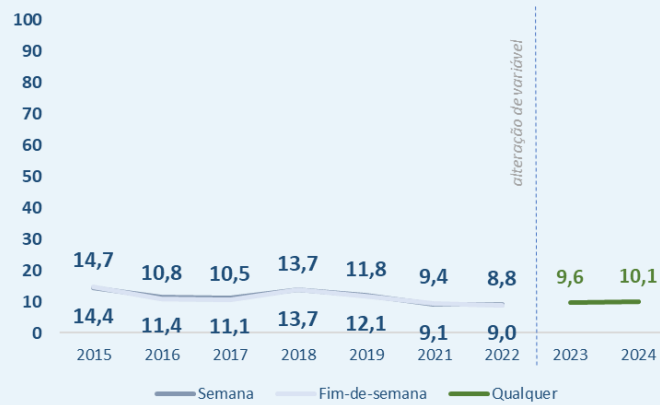
<sup>4</sup> A partir de 2023 a prevalência de qualquer utilização é tirada diretamente da variável sobre tempo de utilização, enquanto nos anos anteriores se baseava em duas variáveis, uma referente à utilização durante a semana e outra ao fim-de-semana – ver secção de Metodologia.

**Figura 14. Utilização de jogo de apostas online em 2015-2024 (%)**



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

**Figura 15. Utilização de jogo de apostas online em 6h ou mais por dia, entre os jogadores (2015-2022, 2023-2024) (%)**



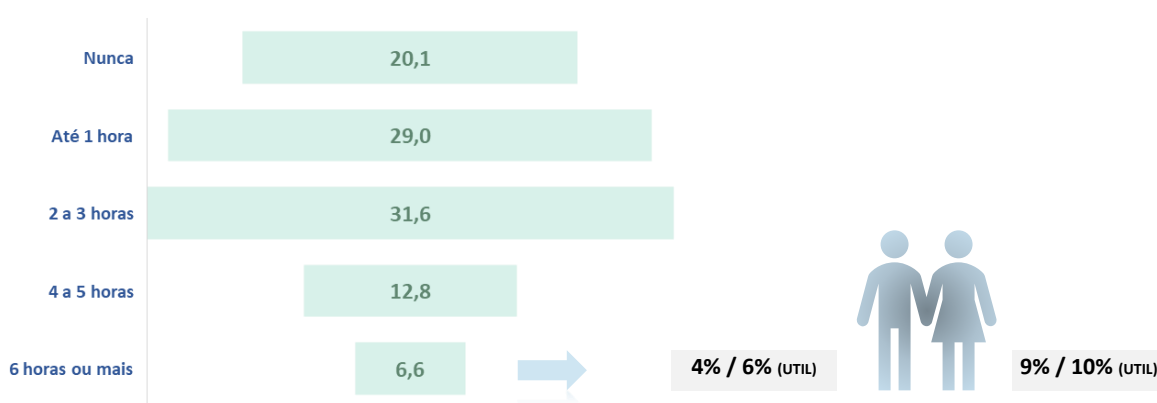
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## AS PESQUISAS ONLINE: LER OU ESTUDAR

Em 2024, 80% dos jovens de 18 anos (72% dos rapazes e 88% das raparigas) fazem pesquisas online a ler ou estudar. 29% (36% 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 7% 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 a pesquisar por dia, 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 2024 (%)**



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## TENDÊNCIAS 2016 - 2024<sup>5</sup>

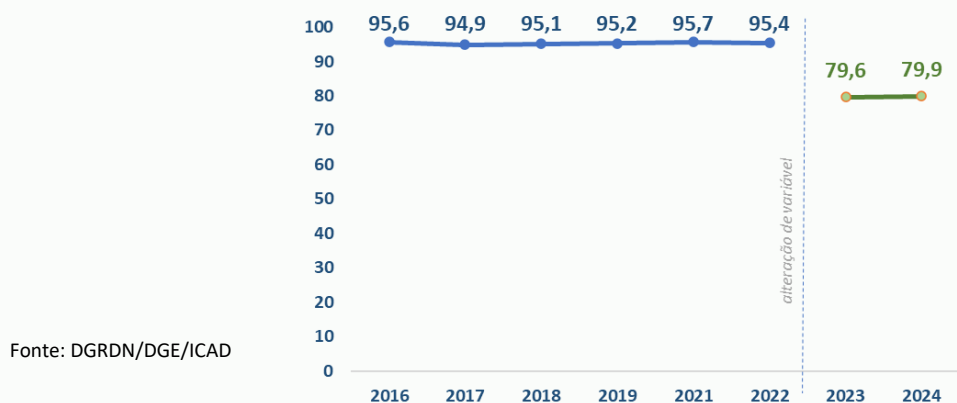
- De 2016 a 2022 as prevalências de utilização da internet para fazer pesquisas demonstram a generalização da utilização desta plataforma como forma de aceder a informação, sendo já superiores a 90% em 2016, mantendo-se em 95% em 2022.
- Contudo, em 2023 e 2024 a prevalência é de 80% (Figura 17, Tabelas 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

<sup>5</sup> 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.

na nova pergunta. Por outro lado, a pergunta referente a pesquisar passou a designar a atividade de ler ou estudar;

- 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 declarou utilizar a internet durante 6 horas ou mais por dia para pesquisar (9% dos utilizadores), sendo, também, de 7% (8% dos utilizadores) as prevalências em 2024 (Figura 18, Tabela 15);
- A redução na prevalência entre 2022 e 2023-2024 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.

**Figura 17. Utilização de pesquisas online (2016-2022) / ler ou estudar (2023-2024) (%)**



**Figura 18. Utilização de pesquisas online (2016-2022) / ler ou estudar online (2023-2024) em 6h ou mais por dia, entre os utilizadores (%)**



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

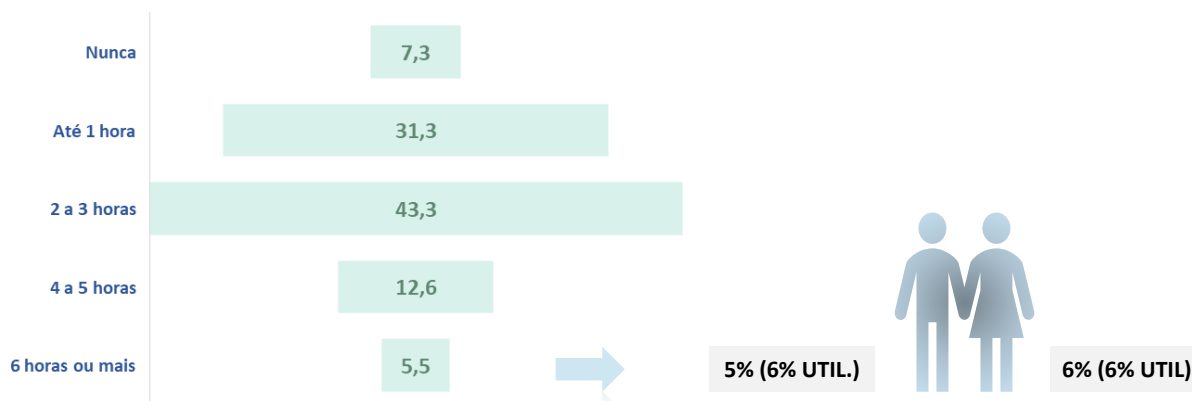
## FILMES, VÍDEOS, TUTORIAIS ONLINE

Nesta edição do inquérito foi, pela segunda vez, colocada a questão sobre o tempo passado na internet a ver filmes, vídeos ou tutoriais. 93% dos jovens de 18 anos declaram utilizar a internet para este fim, correspondendo a 90% dos rapazes e 95% das raparigas.

31% (34% dos utilizadores) passam até 1 hora por dia neste tipo de atividade e 43% (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 6% 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 nesta atividade por dia, para 6% 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 2024 (%)**



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## PROBLEMAS ASSOCIADOS À UTILIZAÇÃO DA INTERNET

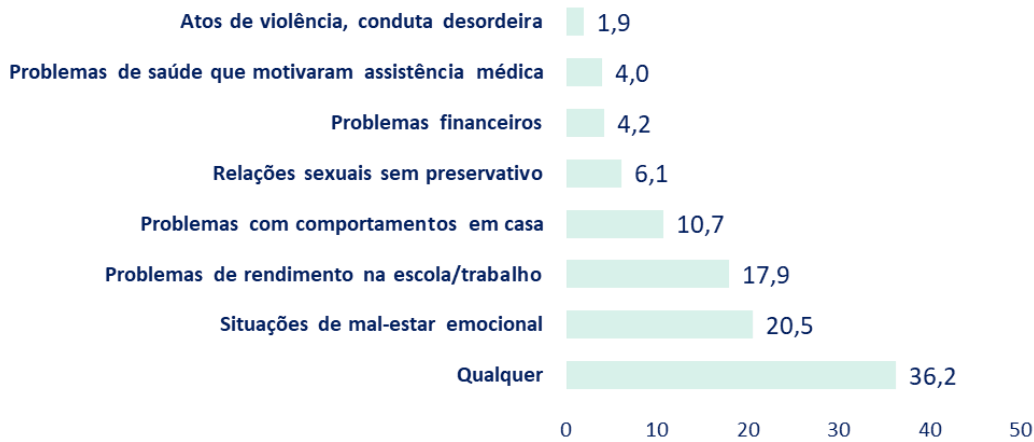
Os jovens participantes no inquérito foram questionados sobre a experiência de determinados problemas em relação com a sua utilização da internet, nos 12 meses anteriores ao inquérito: problemas de rendimento na escola/trabalho; problemas de saúde que motivaram assistência médica; problemas com comportamentos 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, 36% dos jovens mencionaram ter experienciado pelo menos um destes sete problemas nos 12 meses anteriores ao inquérito, em associação com a utilização da internet. O tipo de problema mais mencionado pelos jovens em 2024 é o das situações de mal-estar emocional (21% dos jovens), seguindo-se as referências a problemas de rendimento na escola/trabalho (18%). Seguidamente, são referidos os problemas com comportamentos em casa (11%) 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=37%) (Figura 20, Tabela 18).

**Figura 20. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2024 (%)**

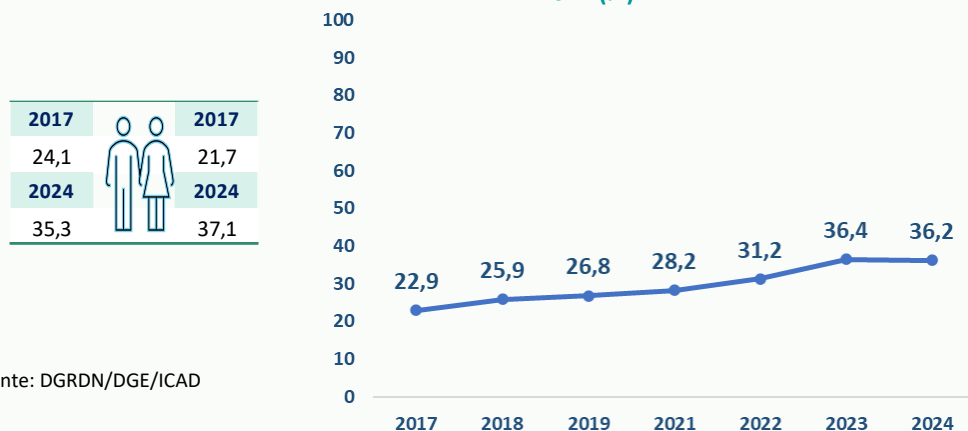


Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## TENDÊNCIAS 2017 - 2024

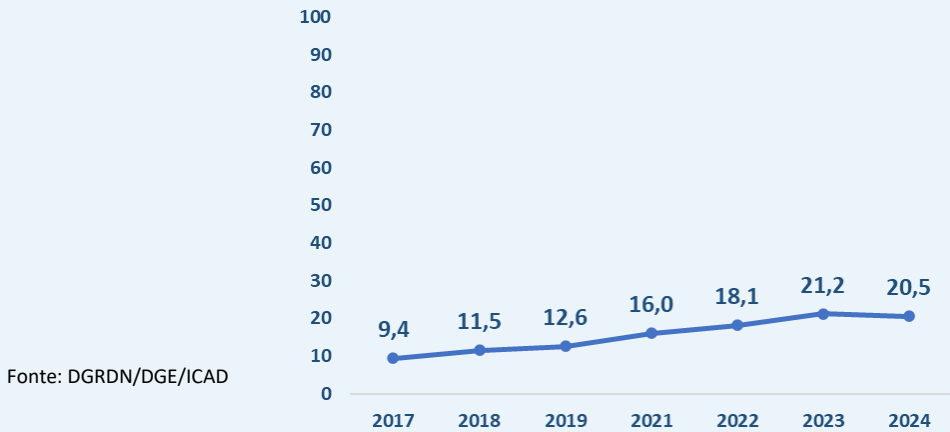
- Entre 2017 e 2024 as prevalências de qualquer problema relacionado com a utilização da internet aumentaram razoavelmente (de 23% para 36%), mais nas raparigas (de 22% para 37%) do que nos rapazes (de 24% para 35%) (Figura 21, Tabela 18);
- Este aumento é distribuído pelos sete problemas elencados no questionário, sendo mais evidente, em diferença percentual, quanto às situações de mal-estar emocional (de 9% para 21%) (Figuras 22 a 27, Tabela 18).

**Figura 21. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2024 (%)**

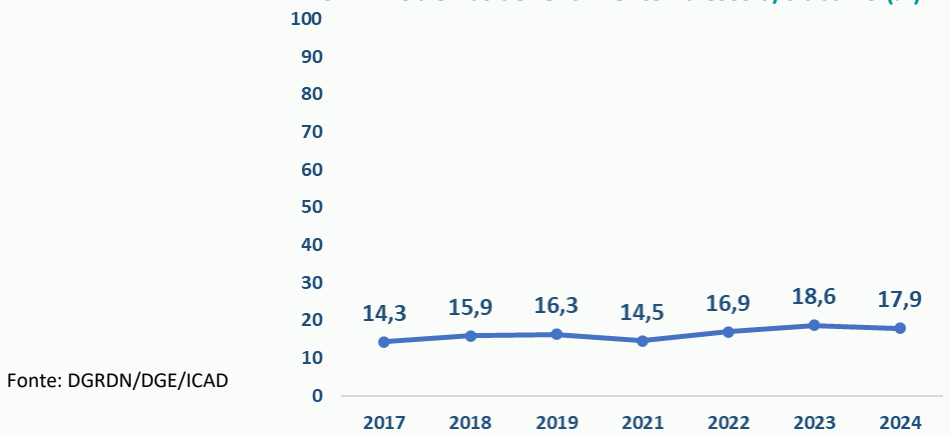


Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

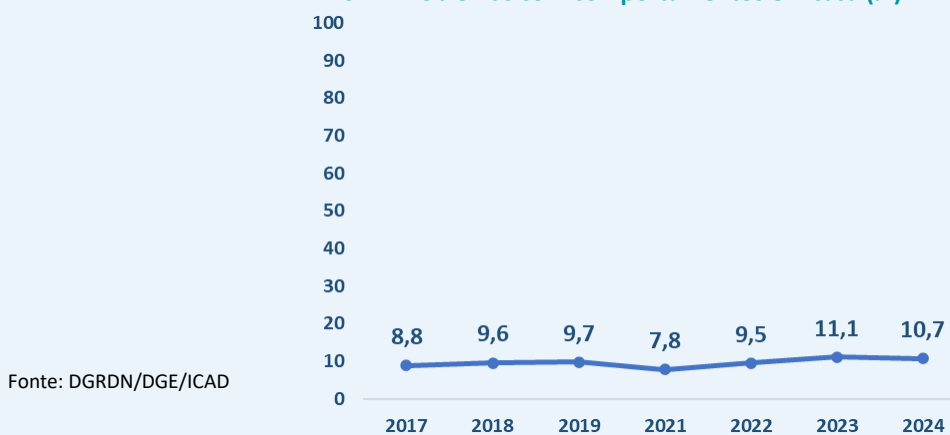
**Figura 22. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2024: Situações de mal-estar emocional (%)**



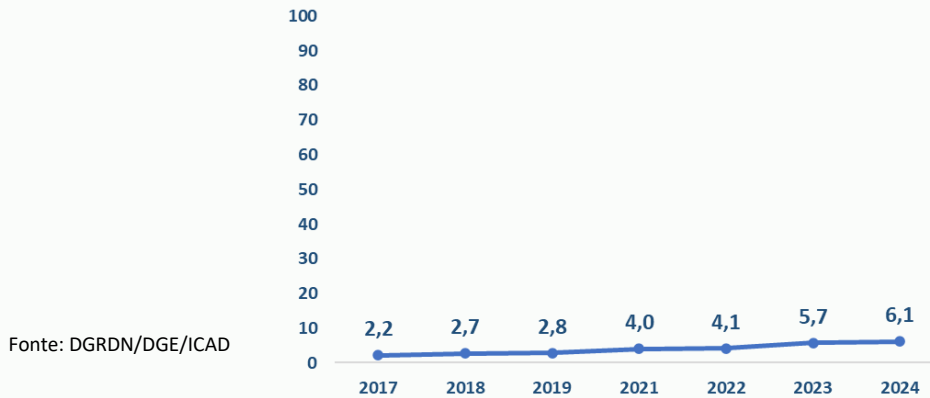
**Figura 23. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2024: Problemas de rendimento na escola/trabalho (%)**



**Figura 24. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2024: Problemas com comportamentos em casa (%)**



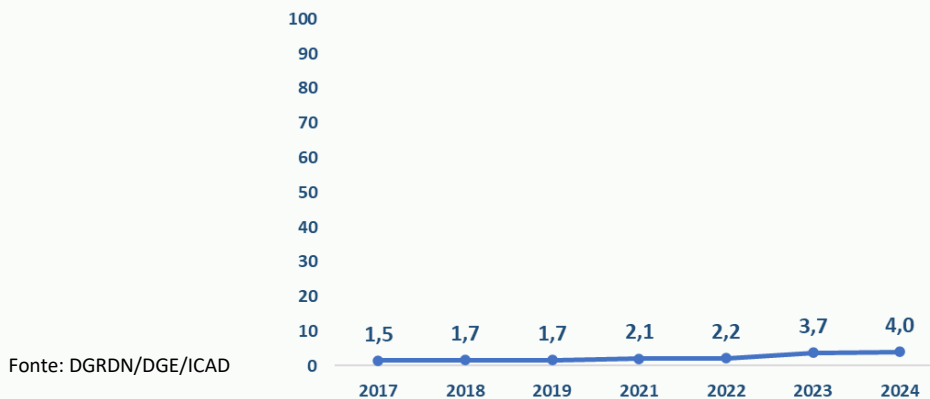
**Figura 25. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2024: Relações sexuais sem preservativo (%)**



**Figura 26. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2024: Problemas financeiros (%)**



**Figura 27. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2024: Problemas de saúde que motivou assistência médica (%)**



# 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, contudo, com algumas variações consoante os anos. Com efeito, entre 2023 e 2024 esta prevalência diminuiu um pouco. De forma semelhante, o número de horas de utilização diária tem vindo, globalmente, a

aumentar, contudo, entre 2023 e 2024 diminuiu um pouco. Finalmente, as declarações de experiência de problemas atribuídos à internet têm vindo sucessivamente a aumentar, mas sem variação significativa entre 2023 e 2024.

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.

# ANEXOS

Anexo 1. A internet

Tabela 2. Experiência de utilização da internet (2017-2024)

		2017	2018	Δ	2019	Δ	2021	Δ	2022	Δ	2023	Δ	2024		Δ	
		%	%	18-17	%	19-18	%	21-19	%	22-21	%	23-22	Nº	%	24-23	24-17
<b>Utilização da internet alguma vez na vida</b>																
	Sim	98,2	97,9	-0,3	97,8	-0,1	98,7	0,9	97,7	-1,0	98,8	1,1	90 847	98,8	0,0	0,6
	Não	1,1	1,2		1,3		0,7		1,1		1,2		1 141	1,2		
	Não sabe	0,7	0,9		0,9		0,7		1,2		-		-	-		
	Total	100	100		100		100		100		100		91 988	100		
Masculino																
	Sim	97,2	96,7	-0,5	96,8	0,1	98,0	1,2	96,4	-1,6	98,2	1,8	46 420	98,1	-0,1	0,9
	Não	1,7	1,9		1,9		1,1		1,8		1,8		890	1,9		
	Não sabe	1,1	1,4		1,3		1,0		1,8		-		-	-		
	Total	100	100		100		100		100		100		47 310	100		
Feminino																
	Sim	99,3	99,0	-0,3	98,9	-0,1	99,4	0,5	99,0	-0,4	99,5	0,5	44 427	99,4	-0,1	0,1
	Não	0,4	0,6		0,7		0,3		0,5		0,5		251	0,6		
	Não sabe	0,3	0,4		0,4		0,3		0,6		-		-	-		
	Total	100	100		100		100		100		100		44 678	100		
<b>Idade de início da utilização da internet</b>																
	Nunca usou internet	1,1	1,3		1,3		0,7		1,1		1,2		1 141	1,2		
	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	35 336	38,4	-2,8	7,6
	Entre os 10 e os 14 anos	60,2	57,5		56,9		57,8		54,2		51,1		49 001	53,3		
	Aos 15 anos	6,1	5,6		5,2		5,9		4,4		6,5		6 510	7,1		
	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		91 988	100		
Masculino																
	Nunca usou internet	1,7	2,0		1,9		1,1		1,8		1,8		890	1,9		
	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	20 521	43,4	-2,5	6,6
	Entre os 10 e os 14 anos	53,6	49,9		49,8		51,9		48,1		45,1		22 087	46,7		
	Aos 15 anos	5,8	5,5		5,2		6,2		4,6		7,2		3 812	8,1		
	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		47 310	100		
Feminino																
	Nunca usou internet	0,4	0,6		0,7		0,3		0,5		0,5		251	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	14 815	33,2	-3,2	8,4
	Entre os 10 e os 14 anos	66,9	64,8		64,1		63,9		60,5		57,4		26 914	60,2		
	Aos 15 anos	6,4	5,6		5,1		5,6		4,1		5,7		2 698	6,0		
	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		44 678	100		

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2017-2024)

**Tabela 3. Equipamentos usados para aceder à internet (2016-2024)**

		2017	2018	Δ	2019	Δ	2021	Δ	2022	Δ	2023	Δ	2024		Δ	
		%	%	18-17	%	19-18	%	21-19	%	22-21	%	23-22	Nº	%	24-23	24-17
<b>Utilização da internet alguma vez na vida</b>																
	Sim	98,2	97,9	-0,3	97,8	-0,1	98,7	0,9	97,7	-1,0	98,8	1,1	90 847	98,8	0,0	0,6
	Não	1,1	1,2		1,3		0,7		1,1		1,2		1 141	1,2		
	Não sabe	0,7	0,9		0,9		0,7		1,2		-		-	-		
	Total	100	100		100		100		100		100		91 988	100		
Masculino																
	Sim	97,2	96,7	-0,5	96,8	0,1	98,0	1,2	96,4	-1,6	98,2	1,8	46 420	98,1	-0,1	0,9
	Não	1,7	1,9		1,9		1,1		1,8		1,8		890	1,9		
	Não sabe	1,1	1,4		1,3		1,0		1,8		-		-	-		
	Total	100	100		100		100		100		100		47 310	100		
Feminino																
	Sim	99,3	99,0	-0,3	98,9	-0,1	99,4	0,5	99,0	-0,4	99,5	0,5	44 427	99,4	-0,1	0,1
	Não	0,4	0,6		0,7		0,3		0,5		0,5		251	0,6		
	Não sabe	0,3	0,4		0,4		0,3		0,6		-		-	-		
	Total	100	100		100		100		100		100		44 678	100		
<b>Idade de início da utilização da internet</b>																
	Nunca usou internet	1,1	1,3		1,3		0,7		1,1		1,2		1 141	1,2		
	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	35 336	38,4	-2,8	7,6
	Entre os 10 e os 14 anos	60,2	57,5		56,9		57,8		54,2		51,1		49 001	53,3		
	Aos 15 anos	6,1	5,6		5,2		5,9		4,4		6,5		6 510	7,1		
	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		91 988	100		
Masculino																
	Nunca usou internet	1,7	2,0		1,9		1,1		1,8		1,8		890	1,9		
	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	20 521	43,4	-2,5	6,6
	Entre os 10 e os 14 anos	53,6	49,9		49,8		51,9		48,1		45,1		22 087	46,7		
	Aos 15 anos	5,8	5,5		5,2		6,2		4,6		7,2		3 812	8,1		
	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		47 310	100		
Feminino																
	Nunca usou internet	0,4	0,6		0,7		0,3		0,5		0,5		251	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	14 815	33,2	-3,2	8,4
	Entre os 10 e os 14 anos	66,9	64,8		64,1		63,9		60,5		57,4		26 914	60,2		
	Aos 15 anos	6,4	5,6		5,1		5,6		4,1		5,7		2 698	6,0		
	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		44 678	100		

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2017-2024)

**Tabela 4. Duração média (em horas) de utilização da internet por dia (2017-2024)**

		2017	2018	Δ	2019	Δ	2021	Δ	2022	Δ	2023	Δ	2024		Δ	
		%	%	18-17	%	19-18	%	21-19	%	22-21	%	23-22	Nº	%	24-23	24-17
	Nunca usou internet	1,1	1,2		1,3		0,7		1,2		1,2		1 141	1,3		0,2
	Usou: duração média/dia															
	Menos de 1 hora	5,7	3,8		2,9		1,9		1,4		1,4		1 331	1,5		
	1 hora	9,7	7,2		6,4		4,3		3,2		2,9		2 684	2,9		
	2 horas	18,7	16,3		17,1		13,6		12,1		11,4		10 610	11,6		
	3 horas	20,6	20,2		21,9		21,5		21,7		21,8		20 966	23		
	4 horas	14,8	15,9		16,9		19,7		20,5		21,3		20 286	22,2		
	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	34 245	37,5	-2,6	8,1
	Total	100	100		100		100		100		100		91 263	100		

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2017-2024)

## 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	22 -15
<b>Durante a semana</b>															
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	10,2
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>120 020</b>	<b>100</b>		
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	10,0
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>61 111</b>	<b>100</b>		
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	12,1
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>58 909</b>	<b>100</b>		
<b>Ao fim-de-semana</b>															
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	6,3
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>119 791</b>	<b>100</b>		
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	6,3
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>60 962</b>	<b>100</b>		
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	7,2
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>58 829</b>	<b>100</b>		

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	22-15
<b>Durante a semana</b>															
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	10,1
Total	100	100		100		100,1		100		100		117 193	100		
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	10,2
Total	100	100		100		100		100		100		58 862	100		
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	11,9
Total	100	100		100		100		100		100		58 331	100		
<b>Ao fim-de-semana</b>															
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	6,2
Total	100	100		100		100		100		100		116 166	100		
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	6,4
Total	100	100		100		100		100		100		58 138	100		
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	6,8
Total	100	100		100		100		100		100		58 028	100		

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 (2023-2024)**

Durante a semana e fim de semana								
	INQUIRIDOS				UTILIZADORES			
	2023	2024		Δ 24-23	2023	2024		Δ 24-23
	%	Nº	%		%	Nº	%	
Nunca	2,6	2 420	2,7		..	..	..	
Até 1 hora	18,3	15 818	17,4		18,8	15 818	17,9	
2 a 3 horas	42,0	39 711	43,8		43,1	39 711	45,0	
4 a 5 horas	22,5	20 630	22,7		23,1	20 630	23,4	
6 horas ou mais	14,6	12 178	13,4	-1,2	15,0	12 178	13,8	-1,2
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>90 757</b>	<b>100</b>		<b>100</b>	<b>88 337</b>	<b>100</b>	
Masculino								
Nunca	4,1	1 915	4,1		..	..	..	
Até 1 hora	24,1	10 480	22,5		25,1	10 480	23,4	
2 a 3 horas	41,4	20 274	43,5		43,2	20 274	45,3	
4 a 5 horas	17,1	8 326	17,8		17,9	8 326	18,6	
6 horas ou mais	13,3	5 654	12,1	-5,0	13,8	5 654	12,6	-5,3
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>46 649</b>	<b>100</b>		<b>100</b>	<b>44 734</b>	<b>100</b>	
Feminino								
Nunca	1,1	505	1,1		..	..	..	
Até 1 hora	12,3	5 338	12,1		12,4	5 338	12,2	
2 a 3 horas	42,6	19 437	44,1		43,0	19 437	44,6	
4 a 5 horas	28,1	12 304	27,9		28,4	12 304	28,2	
6 horas ou mais	16,0	6 524	14,8	-1,2	16,2	6 524	15,0	-1,2
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>44 108</b>	<b>100</b>		<b>100</b>	<b>43 603</b>	<b>100</b>	

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2023-2024)

## 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	%			
<b>Durante a semana</b>																					
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			
<b>Ao fim-de-semana</b>																					
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	
													22-15	
<b>Durante a semana</b>														
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	
<b>Ao fim-de-semana</b>														
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 (2023-2024)**

Durante a semana e fim de semana								
	INQUIRIDOS				UTILIZADORES			
	2023	2024		Δ	2023	2024		Δ
	%	Nº	%	24-23	%	Nº	%	24-23
Nunca	39,5	34 932	39,2		..	..	..	
Até 1 hora	27,6	24 924	27,9		45,6	24 924	45,9	
2 a 3 horas	19,1	17 228	19,3		31,5	17 228	31,8	
4 a 5 horas	7,7	6 803	7,6		12,7	6 803	12,5	
6 horas ou mais	6,2	5 296	5,9	-0,3	10,2	5 296	9,8	-0,4
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>89 183</b>	<b>100</b>		<b>100</b>	<b>54 251</b>	<b>100</b>	
Masculino								
Nunca	17,8	7 929	17,3		..	..	..	
Até 1 hora	29,9	14 123	30,9		36,4	14 123	37,3	
2 a 3 horas	29,4	13 603	29,7		35,8	13 603	35,9	
4 a 5 horas	12,5	5 656	12,4		15,2	5 656	14,9	
6 horas ou mais	10,4	4 460	9,7	-2,8	12,6	4 460	11,8	-3,4
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>45 771</b>	<b>100</b>		<b>100</b>	<b>37 842</b>	<b>100</b>	
Feminino								
Nunca	61,9	27 003	62,2		..	..	..	
Até 1 hora	25,1	10 801	24,9		66,0	10 801	65,8	
2 a 3 horas	8,4	3 625	8,4		22,1	3 625	22,1	
4 a 5 horas	2,7	1 147	2,6		7,1	1 147	7,0	
6 horas ou mais	1,8	836	1,9	0,1	4,8	836	5,1	0,3
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>43 412</b>	<b>100</b>		<b>100</b>	<b>16 409</b>	<b>100</b>	

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2023-2024)

## 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	
	%	%		%	%		%	%		%	%		%	%		%	Nº	%	22 - 21	22 - 15
<b>Durante a semana</b>																				
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		
<b>Ao fim-de-semana</b>																				
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	22-15
<b>Durante a semana</b>															
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	-5,4
Total	100	100		100		100		100		100		16 939	100		
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	-4,2
Total	100	100		100		100		100		100		14 678	100		
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	-3,9
Total	100	100		100		100		100		100		2 261	100		
<b>Ao fim-de-semana</b>															
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	-5,9
Total	100	100		100		100		100		100		17 422	100		
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	-5,1
Total	100	100		100		100		100		100		15 092	100		
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	-2,6
Total	100	100		100		100		100		100		2 330	100		

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 (2023-2024)**

Durante a semana e fim de semana								
	INQUIRIDOS				UTILIZADORES			
	2023	2024		Δ 24-23	2023	2024		Δ 24-23
	%	Nº	%		%	Nº	%	
Nunca	84,4	74 509	83,3		..	..	..	
Até 1 hora	10,0	9 539	10,7		63,9	9 539	63,7	
2 a 3 horas	2,9	2 829	3,2		18,8	2 829	18,9	
4 a 5 horas	1,2	1 100	1,2		7,7	1 100	7,3	
6 horas ou mais	1,5	1 509	1,7	0,2	9,6	1 509	10,1	0,5
Total	100	89 486	100		100	14 977	100	
Masculino								
Nunca	73,5	32 893	71,8		..	..	..	
Até 1 hora	16,8	8 178	17,9		63,6	8 178	63,3	
2 a 3 horas	5,0	2 437	5,3		18,8	2 437	18,9	
4 a 5 horas	2,1	951	2,1		7,7	951	7,4	
6 horas ou mais	2,6	1 352	3,0	0,9	9,8	1 352	10,5	2,8
Total	100	45 811	100		100	12 918	100	
Feminino								
Nunca	95,6	41 616	95,3		..	..	..	
Até 1 hora	2,9	1 361	3,1		65,6	1 361	66,1	
2 a 3 horas	0,8	392	0,9		18,7	392	19,0	
4 a 5 horas	0,3	149	0,3		7,8	149	7,2	
6 horas ou mais	0,4	157	0,4	0,0	8,0	157	7,6	-0,4
Total	100	43 675	100		100	2 059	100	

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2023-2024)

## 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
<b>Durante a semana</b>													
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		
<b>Masculino</b>													
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		
<b>Feminino</b>													
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		
<b>Ao fim-de-semana</b>													
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		
<b>Masculino</b>													
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		
<b>Feminino</b>													
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	Δ	2019	Δ	2021	Δ	2022		Δ	
	%	%	17-16	%	18-17	%	19-18	%	21-19	Nº	%	22-21	22-16
<b>Durante a semana</b>													
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		
<b>Ao fim-de-semana</b>													
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 (2023-2024)**

Durante a semana e fim de semana								
	INQUIRIDOS				UTILIZADORES			
	2023	2024		Δ 24-23	2023	2024		Δ 24-23
	%	Nº	%		%	Nº	%	
Nunca	20,4	17 975	20,1		..	..	..	
Até 1 hora	28,2	25 934	29,0		35,4	25 934	36,3	
2 a 3 horas	31,5	28 245	31,6		39,6	28 245	39,5	
4 a 5 horas	12,9	11 412	12,8		16,3	11 412	16,0	
6 horas ou mais	6,9	5 931	6,6	-0,3	8,7	5 931	8,3	-0,4
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>89 497</b>	<b>100</b>		<b>100</b>	<b>71 522</b>	<b>100</b>	
Masculino								
Nunca	28,4	12 869	28,1		..	..	..	
Até 1 hora	32,5	15 391	33,6		45,4	15 391	46,7	
2 a 3 horas	26,4	11 976	26,1		36,9	11 976	36,3	
4 a 5 horas	8,1	3 595	7,8		11,3	3 595	10,9	
6 horas ou mais	4,6	2 001	4,4	-3,7	6,4	2 001	6,1	-5,2
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>45 832</b>	<b>100</b>		<b>100</b>	<b>32 963</b>	<b>100</b>	
Feminino								
Nunca	12,1	5 106	11,7		..	..	..	
Até 1 hora	23,7	10 543	24,1		27,0	10 543	27,3	
2 a 3 horas	36,8	16 269	37,3		41,9	16 269	42,2	
4 a 5 horas	17,9	7 817	17,9		20,4	7 817	20,3	
6 horas ou mais	9,4	3 930	9,0	-0,4	10,7	3 930	10,2	-0,5
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>43 665</b>	<b>100</b>		<b>100</b>	<b>38 559</b>	<b>100</b>	

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2023-2024)

## Anexo 6. Os filmes, vídeos, tutoriais

Tabela 17. Nº de horas (por dia) de utilização da internet para ver filmes, vídeos, tutoriais (2023-2024)

Durante a semana e fim de semana								
	INQUIRIDOS				UTILIZADORES			
	2023	2024		Δ 24-23	2023	2024		Δ 24-23
	%	Nº	%		%	Nº	%	
Nunca	6,5	6 530	7,3		..	..	..	
Até 1 hora	29,6	28 026	31,3		31,6	28 026	33,8	
2 a 3 horas	43,9	38 740	43,3		47,0	38 740	46,7	
4 a 5 horas	13,6	11 321	12,6		14,5	11 321	13,6	
6 horas ou mais	6,4	4 891	5,5	-0,9	6,9	4 891	5,9	-1,0
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>89 508</b>	<b>100</b>		<b>100</b>	<b>82 978</b>	<b>100</b>	
Masculino								
Nunca	8,5	4 446	9,7		..	..	..	
Até 1 hora	32,0	15 587	34,0		35,0	15 587	37,7	
2 a 3 horas	42,4	18 766	40,9		46,3	18 766	45,3	
4 a 5 horas	11,0	4 611	10,1		12,1	4 611	11,1	
6 horas ou mais	6,1	2 427	5,3	-5,7	6,7	2 427	5,9	-6,2
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>45 837</b>	<b>100</b>		<b>100</b>	<b>41 391</b>	<b>100</b>	
Feminino								
Nunca	4,6	2 084	4,8		..	..	..	
Até 1 hora	27,1	12 439	28,5		28,4	12 439	29,9	
2 a 3 horas	45,4	19 974	45,7		47,6	19 974	48,0	
4 a 5 horas	16,2	6 710	15,4		16,9	6 710	16,1	
6 horas ou mais	6,8	2 464	5,6	-1,2	7,1	2 464	5,9	-1,2
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>43 671</b>	<b>100</b>		<b>100</b>	<b>41 587</b>	<b>100</b>	

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2023-2024)

## Anexo 7. Problemas associados à utilização da internet

Tabela 18. Problemas associados à utilização da internet nos últimos 12 meses (2017-2024) - inquiridos

		2017	2018	$\Delta$ 18-17	2019	$\Delta$ 19-18	2021	$\Delta$ 21-19	2022	$\Delta$ 22-21	2023	$\Delta$ 23-22	2024		$\Delta$ 24-23	$\Delta$ 24-17	
													Nº	%			
<b>Qualquer problema</b>																	
Masculino	Sim	22,9	25,9	3,0	26,8	0,9	28,2	1,4	31,2	3,0	36,4	5,2	31 414	36,2	-0,2	13,3	
	Não	77,1	74,1		73,2		71,8		68,8		63,6		55 466	63,8			
	Total	100	100		100		100		100		100		86 880	100			
Feminino	Sim	24,1	26,5	2,4	26,4	-0,1	27,8	1,4	30,4	2,6	35,3	4,9	15 709	35,3	0,0	11,2	
	Não	75,9	73,5		73,6		72,2		69,6		64,7		28 840	64,7			
	Total	100	100		100		100		100		100		44 549	100			
	Sim	21,7	25,3	3,6	27,3	2,0	28,7	1,4	32,0	3,3	37,5	5,5	15 705	37,1	-0,4	15,4	
	Não	78,3	74,7		72,7		71,3		68,0		62,5		26 626	62,9			
	Total	100	100		100		100		100		100		42 331	100			
<b>Problemas de rendimento na escola/trabalho</b>																	
	Sim	14,3	15,9	1,6	16,3	0,4	14,5	-1,8	16,9	2,4	18,6	1,7	15 833	17,9	-0,7	3,6	
	Não	85,7	84,1		83,7		85,5		83,1		81,4		72 582	82,1			
	Total	100,0	100		100		100		100		100		88 415	100			
<b>Problemas de saúde que motivou assistência médica</b>																	
	Sim	1,5	1,7	0,2	1,7	0,0	2,1	0,4	2,2	0,1	3,7	1,5	3 517	4,0	0,3	2,5	
	Não	98,5	98,3		98,3		97,9		97,8		96,3		84 321	96,0			
	Total	100	100		100		100		100		100		87 838	100			
<b>Problemas com comportamentos em casa</b>																	
	Sim	8,8	9,6	0,8	9,7	0,1	7,8	-1,9	9,5	1,7	11,1	1,6	9 363	10,7	-0,4	1,9	
	Não	91,2	90,4		90,3		92,2		90,5		88,9		78 347	89,3			
	Total	100	100		100		100		100		100		87 710	100			
<b>Problemas financeiros</b>																	
	Sim	1,6	1,8	0,2	1,9	0,1	2,4	0,5	2,6	0,2	3,8	1,2	3 722	4,2	0,4	2,6	
	Não	98,4	98,2		98,1		97,6		97,4		96,2		83 990	95,8			
	Total	100	100		100		100		100		100		87 712	100			
<b>Atos de violência, conduta desordeira</b>																	
	Sim	1,2	1,4	0,2	1,4	0,0	1,3	-0,1	1,5	0,2	2,0	0,5	1 626	1,9	-0,1	0,7	
	Não	98,8	98,6		98,6		98,7		98,5		98,0		86 093	98,1			
	Total	100	100		100		100		100		100		87 719	100			
<b>Relações sexuais sem preservativo</b>																	
	Sim	2,2	2,7	0,5	2,8	0,1	4,0	1,2	4,1	0,1	5,7	1,6	5 327	6,1	0,4	3,9	
	Não	97,8	97,3		97,2		96,0		95,9		94,3		82 445	93,9			
	Total	100	100		100		100		100		100		87 772	100			
<b>Situações de mal-estar emocional</b>																	
	Sim	9,4	11,5	2,1	12,6	1,1	16,0	3,4	18,1	2,1	21,2	3,1	17 959	20,5	-0,7	11,1	
	Não	90,6	88,5		87,4		84,0		81,9		78,8		69 788	79,5			
	Total	100	100		100		100		100		100		87 747	100			

Fonte: Comportamentos Aditivos aos 18 anos: Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional (2017 - 2024)

# 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.*