

# Comportamentos Aditivos aos 18 anos - Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional 2025: Utilização da Internet



|                          |                                                                                      |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ASSUNTO</b>           | Utilização da internet em jovens de 18 anos                                          |
| <b>A QUEM SE DESTINA</b> | Profissionais especializados, decisores, meio académico, 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 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

978-989-36866-2-1

### 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

|                                                     |           |
|-----------------------------------------------------|-----------|
| <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>19</b> |
| 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        |
| Evolução 2024 - 2025                                | 34        |
| PROBLEMAS RELACIONADOS COM A UTILIZAÇÃO DA INTERNET | 35        |
| Tendências 2017 - 2025                              | 36        |
| Evolução 2024-2025                                  | 36        |
| <b>CONCLUSÕES</b>                                   | <b>40</b> |
| <b>ANEXOS</b>                                       | <b>42</b> |

|                                                                     |           |
|---------------------------------------------------------------------|-----------|
| Anexo 1. A <i>Internet</i> .....                                    | 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 <i>Internet</i> ..... | 58        |
| <b>SIGLAS E ABREVIATURAS</b> .....                                  | <b>59</b> |

## 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:<br>Problemas de rendimento na escola/trabalho (%) .....        | 37 |
| Figura 24. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025:<br>Problemas com comportamentos em casa (%) .....              | 38 |
| Figura 25. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025:<br>Relações sexuais sem preservativo (%) .....                 | 38 |
| Figura 26. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025:<br>Problemas financeiros (%) .....                             | 38 |
| Figura 27. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025:<br>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<br>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 -1 ponto percentual (pp);
- 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 inferior a 1pp.

## 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 2024 e 2025 a utilização mais intensiva pouco se alterou (<1pp) no grupo de utilizadores.

## JOGO

- 63% dos jovens de 18 anos jogam *online* (incluindo o jogo de apostas). 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 2024 e 2025 a prática mais intensiva pouco se alterou (<1pp) no grupo de jogadores.

## 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 2024 e 2025 a utilização mais intensiva pouco se alterou (+1,1pp) no grupo de jogadores.

## 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 2024 e 2025 a utilização mais intensiva pouco se alterou (<1pp) no grupo de utilizadores.

## 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 5% das raparigas (6% das utilizadoras);
- Entre 2024 e 2025 a utilização mais intensiva pouco se alterou (<1pp) no grupo de utilizadores.

## 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.
- Entre 2024 e 2025 pouco se alterou (<1pp).

# 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 Centros de Divulgação do Dia da Defesa Nacional (CDDN) 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 88 514<sup>1</sup>.

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

---

<sup>1</sup> 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 2019. 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<br>(n= 31300) | 2016<br>(n=81207) | 2017<br>(n=82854) | 2018<br>(n=66148) | 2019<br>(n=86254) | 2021<br>(n=70374) | 2022<br>(n=135273) | 2023<br>(n=92443) | 2024<br>(n=91989) | 2025<br>(88514) |
|------------------------------------------------------|--------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|--------------------|-------------------|-------------------|-----------------|
| <b>Sexo</b>                                          |                    |                   |                   |                   |                   |                   |                    |                   |                   |                 |
| 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            |
| <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               | 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             |
| <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              | 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            |
| <b>Estado Civil</b>                                  |                    |                   |                   |                   |                   |                   |                    |                   |                   |                 |
| 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

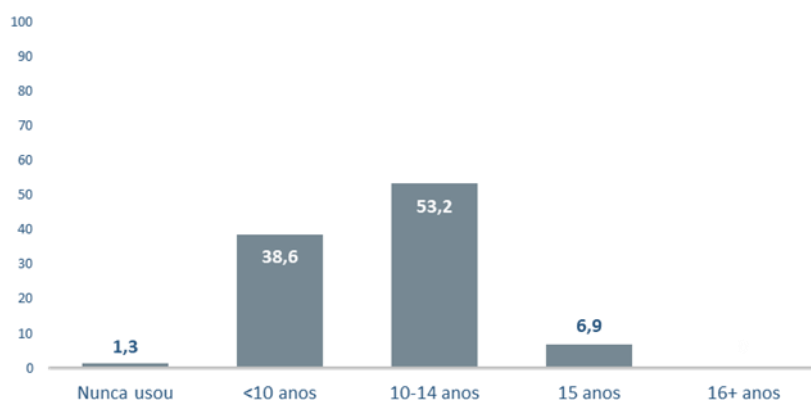
Prevalências iguais ou superiores a 50% - Variação quanto a subidas ou descidas: 4pp.

# RESULTADOS

## A INTERNET

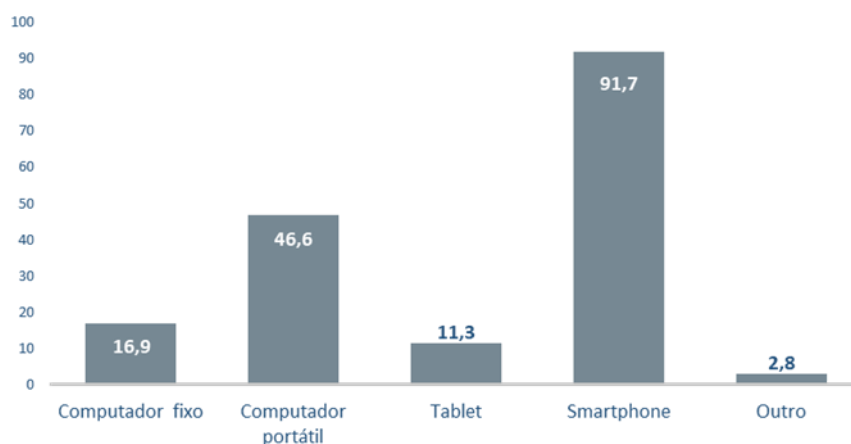
Em 2025, 99% dos jovens inquiridos têm experiência de utilização da internet, tendo iniciado invariavelmente a sua utilização antes dos 16 anos. 39% começaram antes dos 10 anos e 53% entre os 10 e os 14 anos (**Figura 1, Tabela 2**). O equipamento de eleição para aceder à internet é o *smartphone* (92%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

**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 (%)**



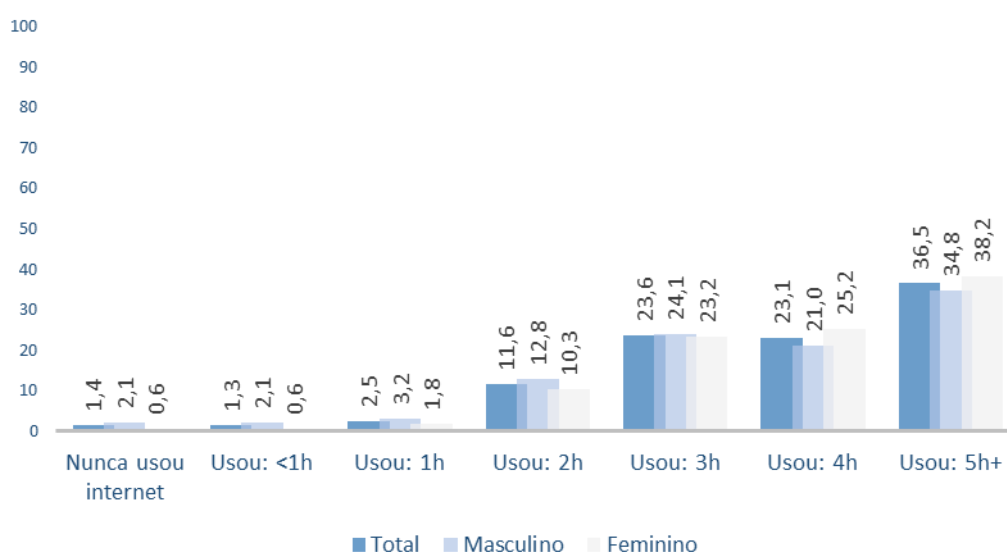
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

<sup>2</sup> As Tabelas encontram-se em Anexo.

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%; 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 (%)**



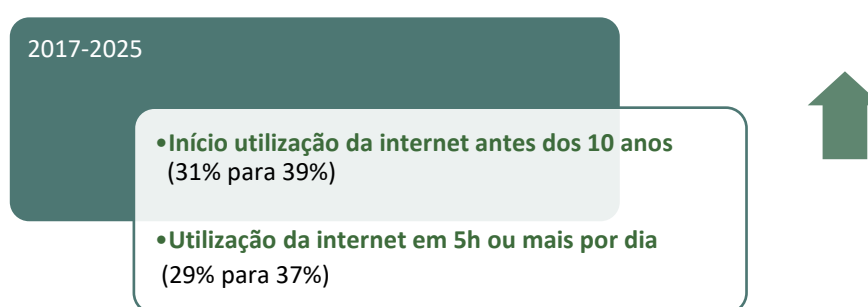
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## TENDÊNCIAS 2017-2025

- A utilização da internet mantém-se numa prevalência semelhante ao longo dos anos, sempre próxima dos 100%. Na secção de Metodologia é apresentado o critério para atribuição de aumento ou diminuição da prevalência (**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) (**Figura 4, Figura 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). De novo, este aumento é um pouco mais expressivo no grupo das raparigas (+10pp) do que no grupo dos rapazes (+5pp)) (**Figura 4, Figura 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**).

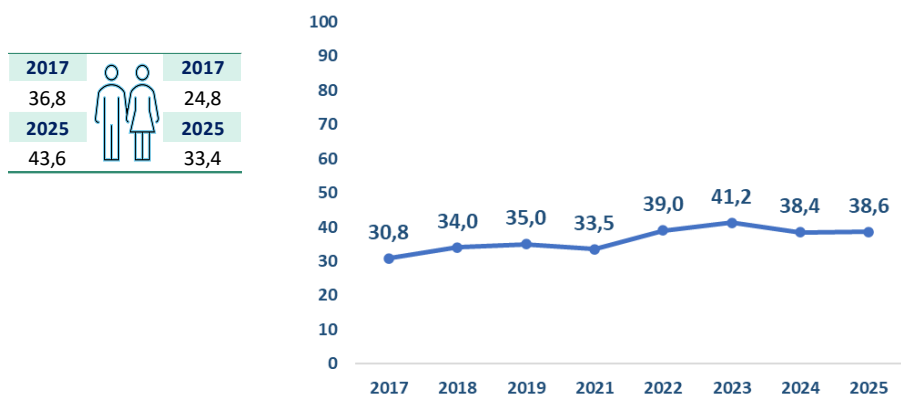
**Figura 4. Destaque das evoluções nas prevalências de utilização de internet entre 2017 e 2025**



## EVOLUÇÃO 2024-2025

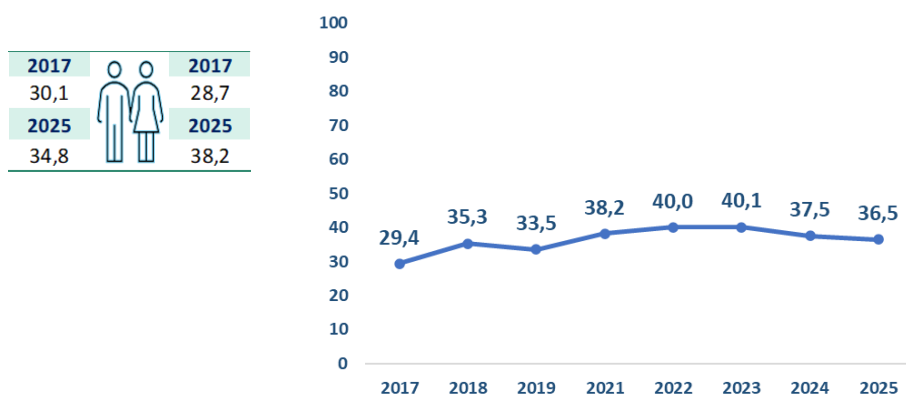
- Entre 2024 e 2025 o quadro é de **ESTABILIDADE**. Neste âmbito, a prevalência de início mais precoce da utilização da internet varia em apenas +0,2pp, quer no total de inquiridos, quer em rapazes e raparigas;
- A evolução quanto a uma utilização igual ou superior a 5 horas por dia é de -1pp (**Figura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

**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 (%)**



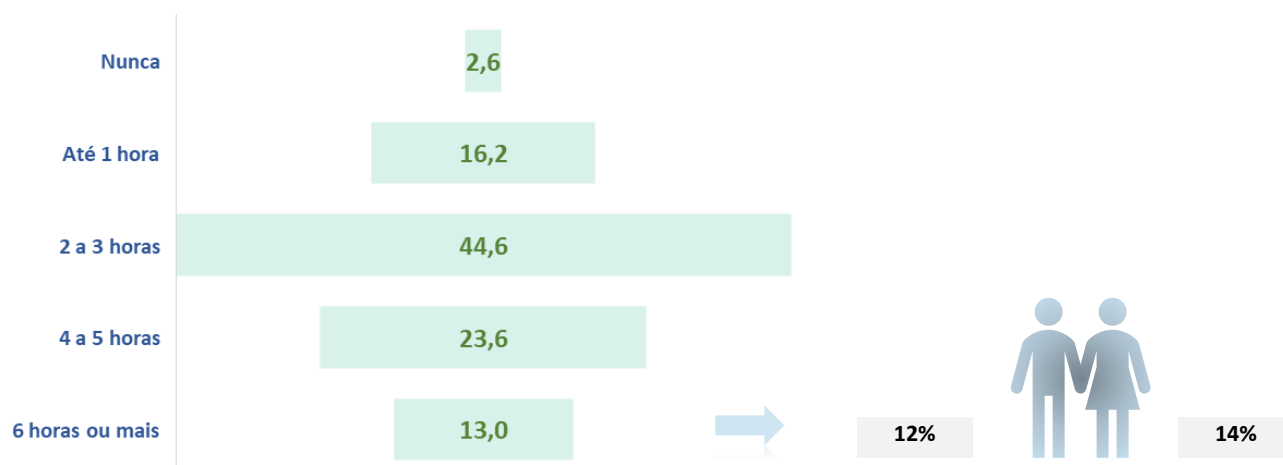
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## AS REDES SOCIAIS

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 (%)**



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## TENDÊNCIAS 2015-2025<sup>3</sup>

- 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

<sup>3</sup> A partir de 2023 a prevalência de qualquer utilização é apurada 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.

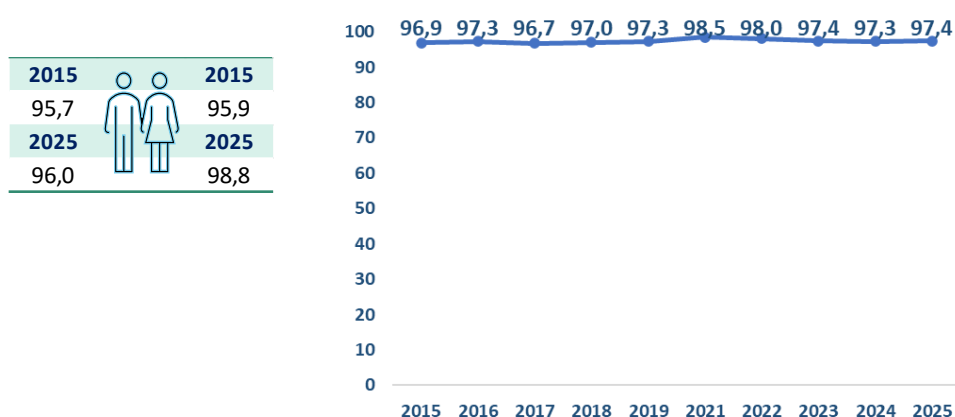
2019 e 2021, principalmente em dia de semana (em 12pp), e mantendo a prevalência em 2022. 17% dos jovens (18% dos utilizadores) declaram este tempo de utilização durante a semana, em 2015, para 27% (28% dos utilizadores) em 2022. Por sua vez, 17% (18% dos utilizadores) declaram este tempo de utilização 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

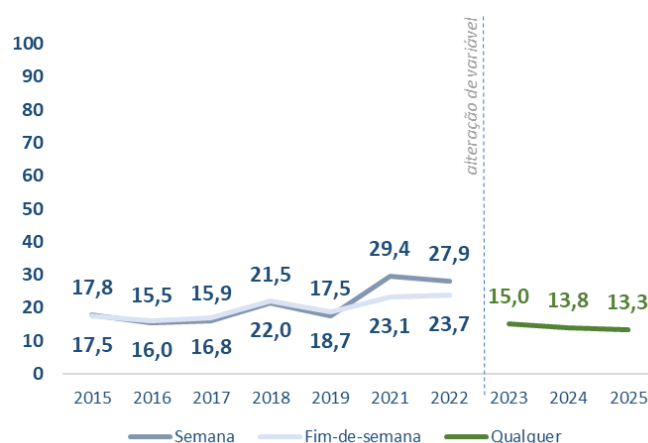
- Entre 2024 e 2025 o quadro é de **ESTABILIDADE** quanto à prevalência de utilização de redes sociais e, em particular, da utilização em 6 horas ou mais por dia. A evolução percentual no grupo de utilizadores é de -0,5pp;
- No grupo masculino a evolução percentual da utilização intensiva é de +0,1pp nos utilizadores. Já no grupo feminino de utilizadores é de -1pp (**Figura 8, Figura 9, Tabela 7**).

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



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD



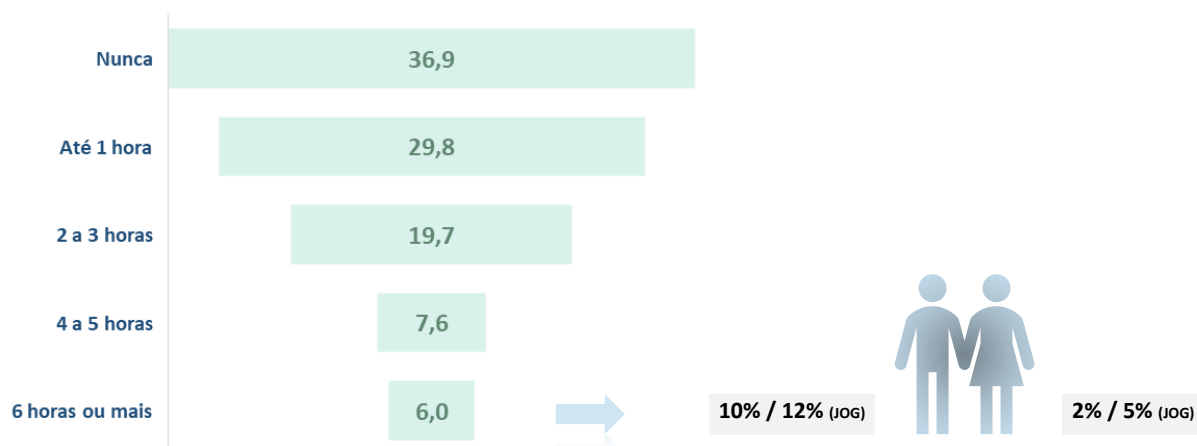
**Figura 9. Utilização de redes sociais em 6h ou mais por dia, entre os utilizadores (2015-2022, 2023-2025) (%)**

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## O JOGO ONLINE

Em 2025, 63% dos jovens de 18 anos (84% dos rapazes e 41% das raparigas) jogam *online* (incluindo o jogo de apostas). 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 2015-2025<sup>4</sup>

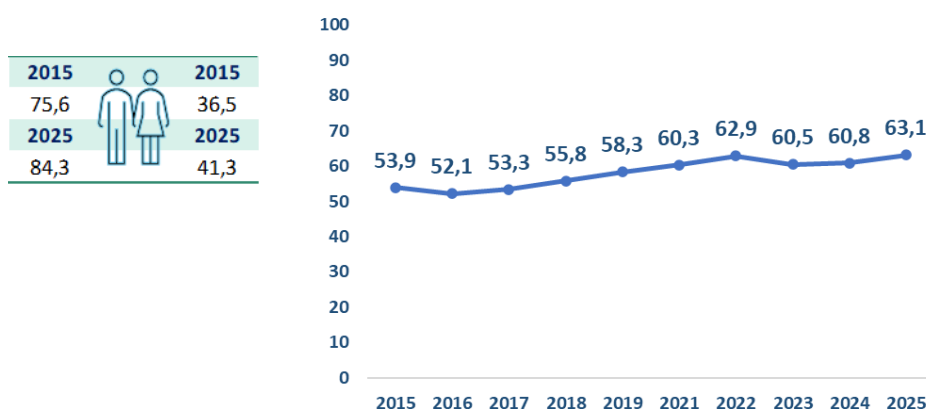
- Tem-se assistido a um incremento sucessivo da implementação do jogo *online*, entre os jovens de 18 anos. Este cresceu continuamente entre 2016 e 2022, diminuindo ligeiramente em 2022-2023, para retomar o crescimento até 2025. Em 2015 a prevalência era de 54%, sendo de 63% em 2025. Os critérios para atribuição de aumento ou diminuição da prevalência são apresentados na secção de Metodologia (**Figura 11, Tabela 8, Tabela 9, Tabela 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 (**Tabela 8, Tabela 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 e 2025 (**Tabela 10, Figura 12**).
- As reduções na prevalência entre 2022 e 2023-2025 devem ser interpretadas com cautela devido à alteração na formulação da questão.

## EVOLUÇÃO 2024-2025

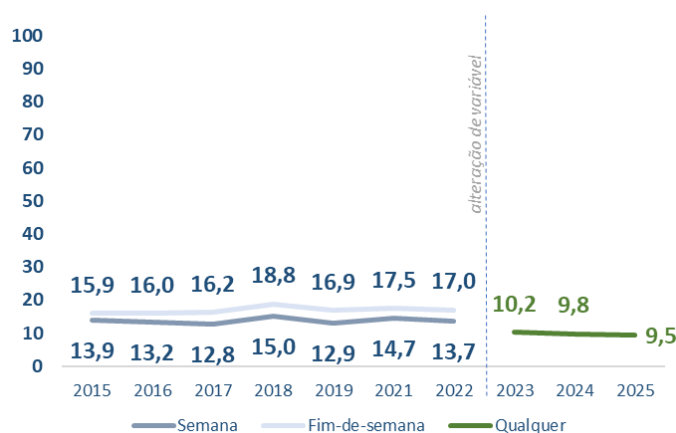
- Entre 2024 e 2025 o quadro é de **ESTABILIDADE** quanto à utilização da internet para jogar, contudo, com uma variação percentual de +2pp;
- Analisando a evolução por sexo verifica-se que tanto em rapazes (+1,6pp) como em raparigas (+4pp) a evolução percentual é no sentido ascendente, tendo critério para ser considerado um aumento de prevalência no caso das raparigas, o que é particularmente relevante, considerando que se trata de uma variação entre 2024 e 2025;

<sup>4</sup> A partir de 2023 a prevalência de qualquer utilização é apurada 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 total de inquiridos, de +0,3pp, e, entre os jogadores, de +0,1pp. No grupo das raparigas a prevalência de utilização intensiva mantém-se igual entre 2024 e 2025 no total de inquiridas, evoluindo em -0,6pp entre as jogadoras.
- Isto significa que apesar de ter aumentado a prevalência de jogadoras, não aumentou a prevalência de utilização intensiva (**Figura 11, Figura 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) (%)**

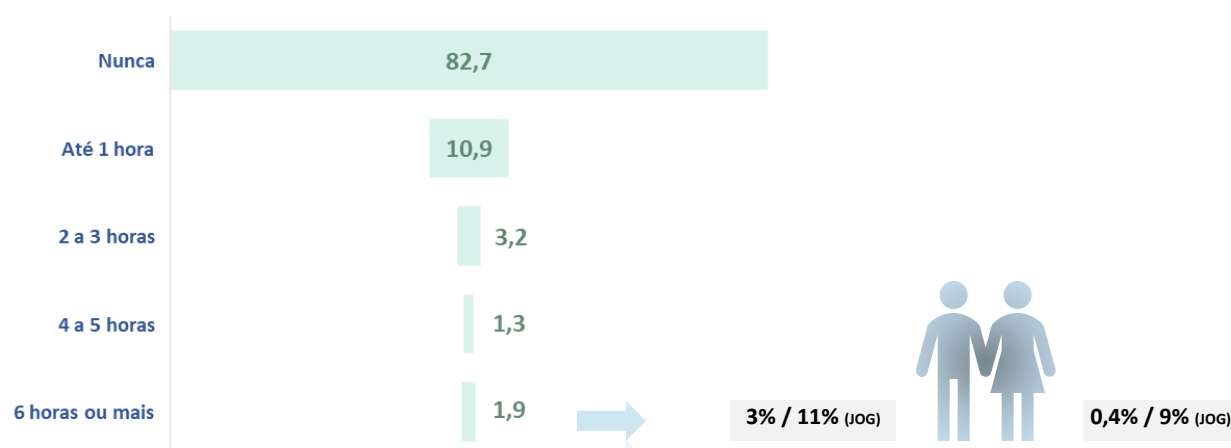
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## 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 2015-2025<sup>5</sup>

- 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, Tabela 11, Tabela 12, Tabela 13**). Na secção de metodologia são apresentados os critérios para atribuição de aumento ou diminuição da prevalência;
- 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, Tabela 11, Tabela 12, Tabela 13**);

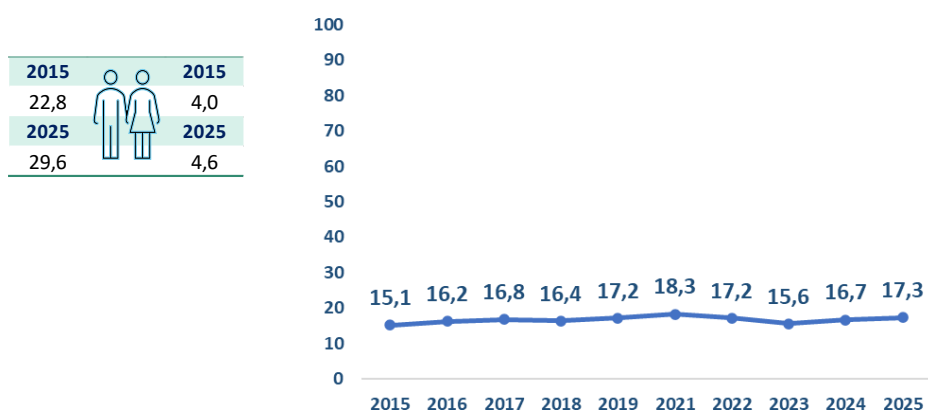
<sup>5</sup> A partir de 2023 a prevalência de qualquer utilização é apurada diretamente da variável sobre tempo de utilização, enquanto nos anos anteriores se baseava em duas variáveis, uma referente à utilização durante a semana e outra ao fim-de-semana – ver secção de Metodologia.

- 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 evolução percentual no sentido da diminuição desta prevalência entre 2015 e 2022 (**Figura 15, Tabela 11 e Tabela 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

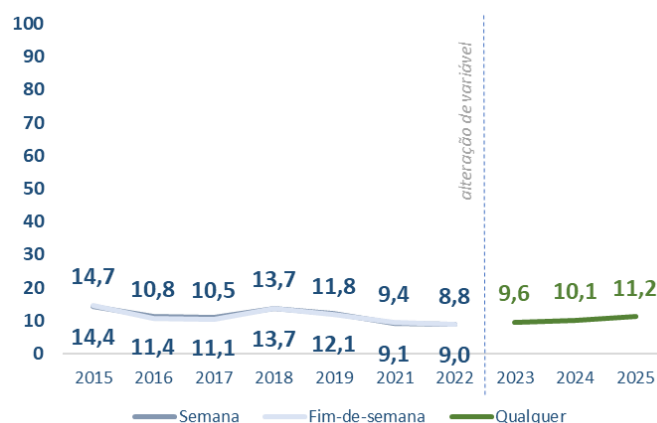
- Entre 2024 e 2025 o quadro é de **ESTABILIDADE**. Neste âmbito, a evolução percentual é de +0,6pp quanto à utilização de jogo de apostas em geral, e de +1,1pp quanto à utilização em 6 horas ou mais por dia entre os utilizadores;
- Considerando o fator género, verifica-se que, enquanto a evolução percentual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



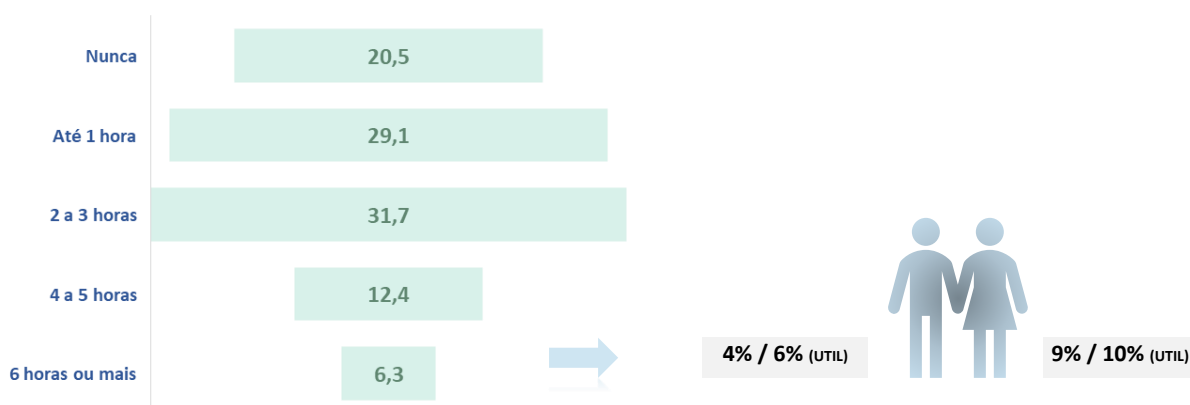
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## 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 - 2025<sup>6</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. 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, Tabela 14 e Tabela 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

<sup>6</sup> A partir de 2023 a prevalência de qualquer utilização é apurada 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.

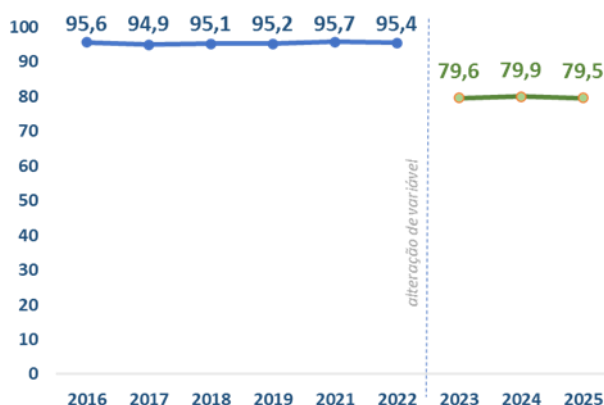
nova pergunta. Por outro lado, a pergunta referente a pesquisar passou a designar a atividade de ler ou estudar, tornando-se, portanto, mais específica;

- 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, Tabela 14 e Tabela 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 de -0,4pp, quer para a utilização da internet para pesquisas em geral, quer para a utilização durante 6 horas ou mais por dia no grupo de utilizadores;
- Esta evolução é semelhante em rapazes e raparigas (**Figura 17, Figura 18, Tabela 16**).

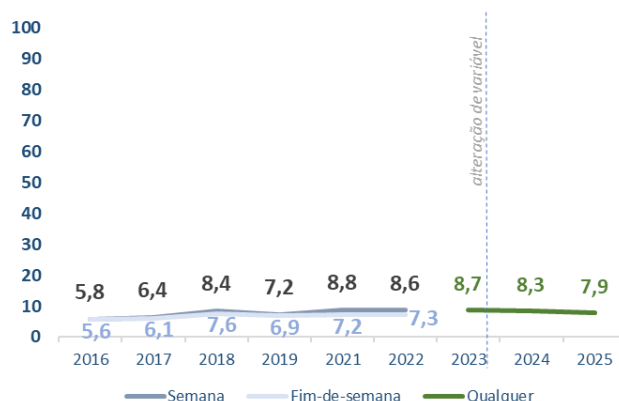
**Figura 17. Utilização de pesquisas *online* (2016-2022) / para ler ou estudar (2023-2025) (%)**



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 (%)**



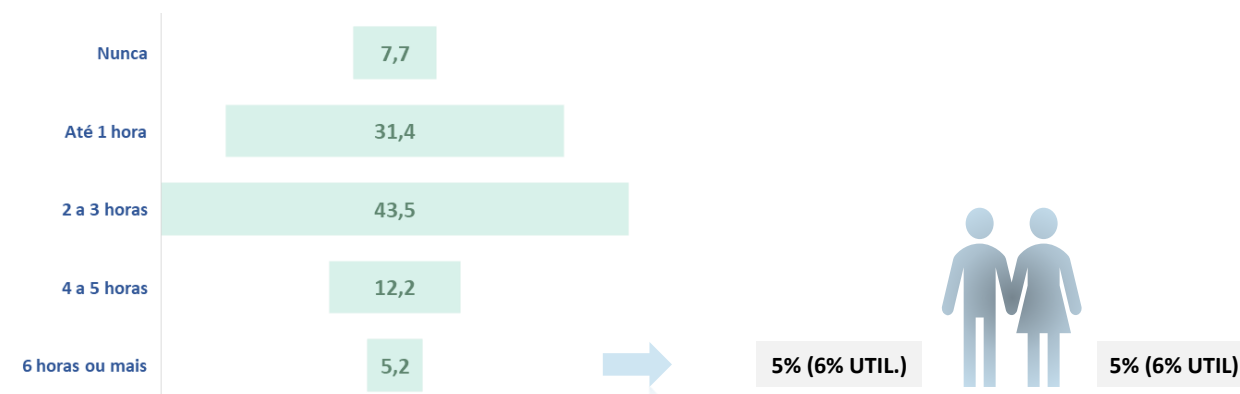
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## 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 baixa variação percentual. 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. Esta é a situação quer para rapazes como para raparigas.

## EVOLUÇÃO 2024 - 2025

- A variação percentual entre 2024 e 2025 quanto à visualização de filmes, vídeos e tutoriais é de -0,4pp;
- Por sua vez, a variação percentual quanto a esta visualização em 6 horas ou mais por dia é de -0,3pp quer nos inquiridos, quer nos utilizadores (**Tabela 17**).

## PROBLEMAS RELACIONADOS COM A UTILIZAÇÃO DA INTERNET

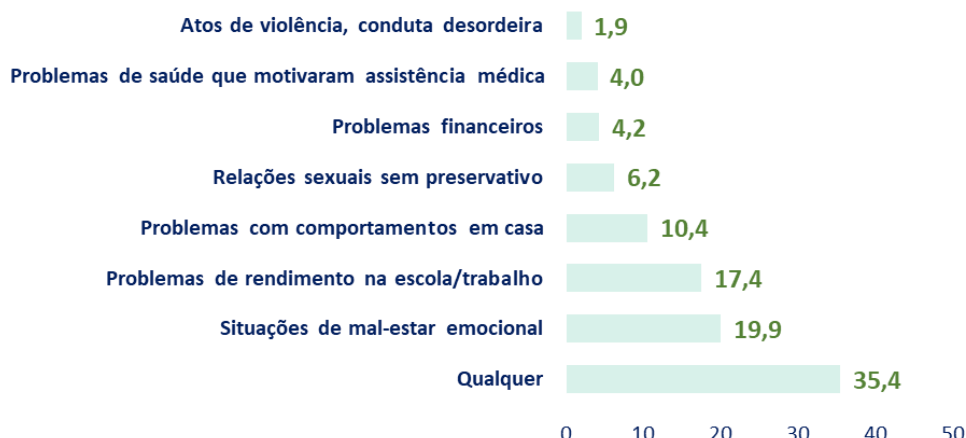
Os jovens participantes no inquérito foram questionados sobre a experiência de determinados problemas relacionados com a sua utilização da internet, nos 12 meses anteriores ao inquérito: problemas de rendimento na escola/trabalho; problemas de saúde que motivaram assistência médica; problemas com comportamentos 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 (%)**



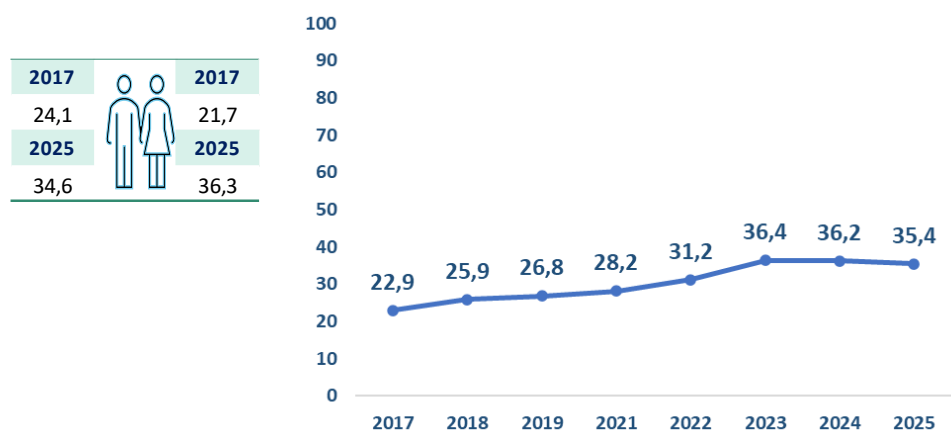
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

## TENDÊNCIAS 2017 - 2025

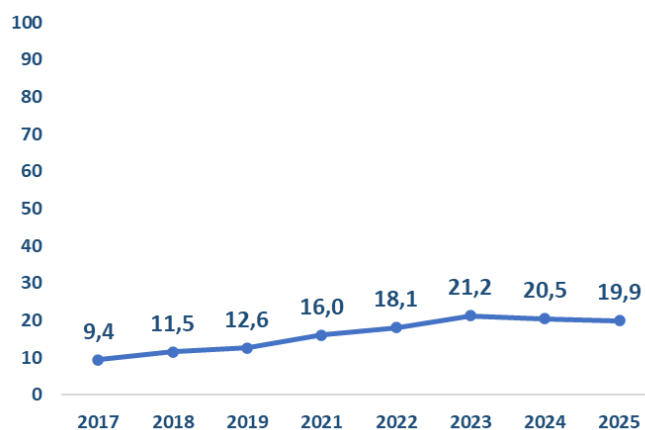
- Entre 2017 e 2025 as prevalências de qualquer problema relacionado com a utilização da internet aumentaram razoavelmente (de 23% para 35%), mais nas raparigas (de 22% para 36%) do que nos rapazes (de 24% para 35%). Na secção de Metodologia expõem-se os critérios para atribuição de aumento ou diminuição 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%) (**Figura 22, Figura 23, Figura 24, Figura 25, Figura 26, Figura 27, Tabela 18**).

## EVOLUÇÃO 2024-2025

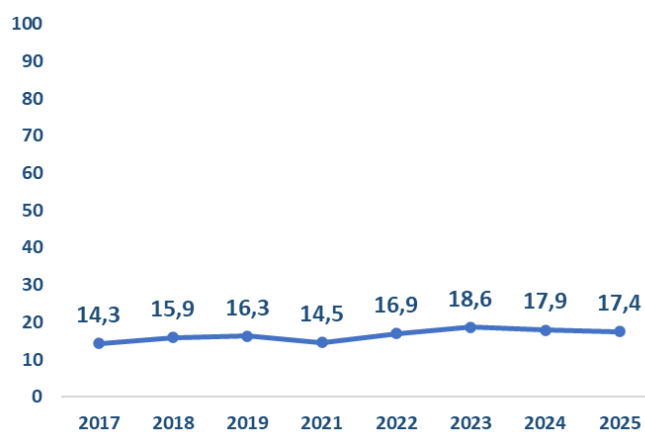
- Tratando-se de dois anos consecutivos, o quadro é de **ESTABILIDADE**. Neste âmbito, a evolução percentual dos problemas na globalidade e de cada um em particular não excede 1pp, sendo, principalmente, no sentido descendente (**Figura 21, Figura 22, Figura 23, Figura 24, Figura 25, Figura 26, Figura 27, Tabela 18**).

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

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

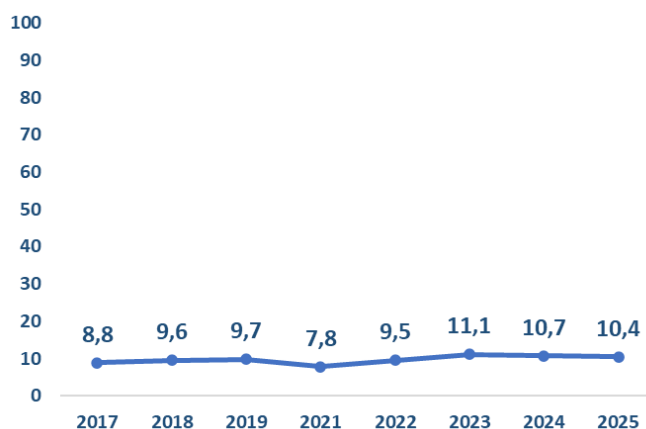
**Figura 22. Experiência de problemas associados à utilização da internet, nos 12 meses anteriores, em 2017-2025: Situações de mal-estar emocional (%)**

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 (%)**

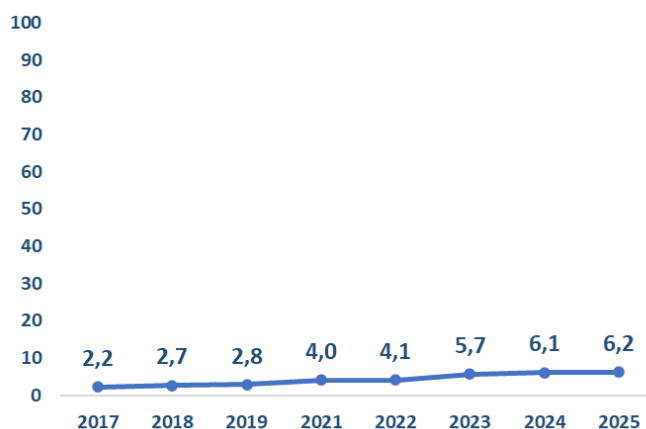
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

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



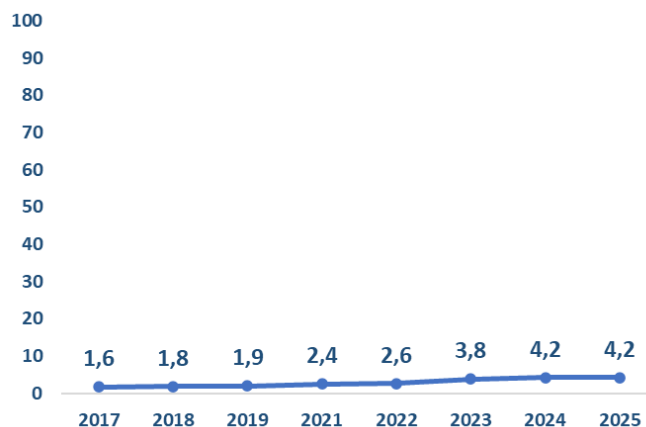
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

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



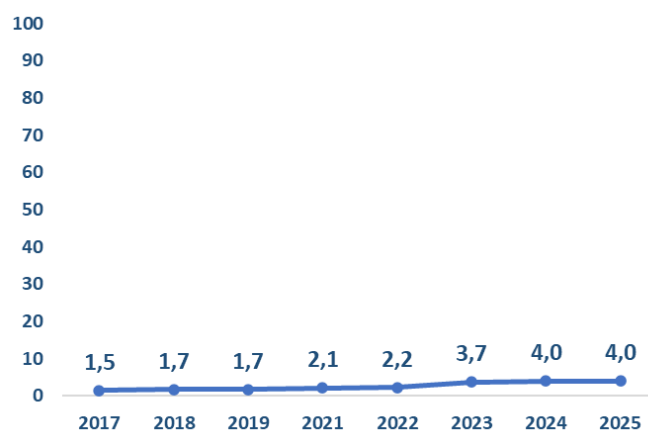
Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

**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     | %    | 25-23 | 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 | 22-15 |
| 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  | 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  |       |       |
| 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   | 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 (2023-2025)

|  |                 | Durante a semana e fim de semana |      |        |      |       |       |              |      |        |      |       |       |
|--|-----------------|----------------------------------|------|--------|------|-------|-------|--------------|------|--------|------|-------|-------|
|  |                 | INQUIRIDOS                       |      |        |      |       |       | UTILIZADORES |      |        |      |       |       |
|  |                 | 2023                             | 2024 | 2025   |      | Δ     |       | 2023         | 2024 | 2025   |      | Δ     |       |
|  |                 | %                                | %    | Nº     | %    | 24-23 | 25-23 | %            | %    | Nº     | %    | 25-24 | 25-23 |
|  | 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 | 16,6 |       |       |
|  | 2 a 3 horas     | 42,0                             | 43,8 | 38 899 | 44,6 |       |       | 43,1         | 45,0 | 38 899 | 45,8 |       |       |
|  | 4 a 5 horas     | 22,5                             | 22,7 | 20 613 | 23,6 |       |       | 23,1         | 23,4 | 20 613 | 24,3 |       |       |
|  | 6 horas ou mais | 14,6                             | 13,4 | 11 331 | 13,0 | -0,4  | -1,6  | 15,0         | 13,8 | 11 331 | 13,3 | -0,5  | -1,7  |
|  | Total           | 100                              | 100  | 87 249 | 100  |       |       | 100          | 100  | 84 986 | 100  |       |       |
|  | 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  | 21,8 |       |       |
|  | 2 a 3 horas     | 41,4                             | 43,5 | 19 553 | 44,2 |       |       | 43,2         | 45,3 | 19 553 | 46,0 |       |       |
|  | 4 a 5 horas     | 17,1                             | 17,8 | 8 286  | 18,7 |       |       | 17,9         | 18,6 | 8 286  | 19,5 |       |       |
|  | 6 horas ou mais | 13,3                             | 12,1 | 5 398  | 12,2 | 0,1   | -1,1  | 13,8         | 12,6 | 5 398  | 12,7 | 0,1   | -1,1  |
|  | Total           | 100                              | 100  | 44 270 | 100  |       |       | 100          | 100  | 42 510 | 100  |       |       |
|  | 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  | 11,5 |       |       |
|  | 2 a 3 horas     | 42,6                             | 44,1 | 19 346 | 45,0 |       |       | 43,0         | 44,6 | 19 346 | 45,5 |       |       |
|  | 4 a 5 horas     | 28,1                             | 27,9 | 12 327 | 28,7 |       |       | 28,4         | 28,2 | 12 327 | 29,0 |       |       |
|  | 6 horas ou mais | 16,0                             | 14,8 | 5 933  | 13,8 | -1,0  | -2,2  | 16,2         | 15,0 | 5 933  | 14,0 | -1,0  | -2,2  |
|  | Total           | 100                              | 100  | 42 979 | 100  |       |       | 100          | 100  | 42 476 | 100  |       |       |

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      | %    |         |   |         |
| <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  |         |   |         |
| <b>Masculino</b>        |      |      |      |         |      |      |         |      |     |         |      |      |         |       |     |         |         |      |         |   |         |
| 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  |         |   |         |
| <b>Feminino</b>         |      |      |      |         |      |      |         |      |     |         |      |      |         |       |     |         |         |      |         |   |         |
| 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  |         |   |         |
| <b>Masculino</b>        |      |      |      |         |      |      |         |      |     |         |      |      |         |       |     |         |         |      |         |   |         |
| 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  |         |   |         |
| <b>Feminino</b>         |      |      |      |         |      |      |         |      |     |         |      |      |         |       |     |         |         |      |         |   |         |
| 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 |
| 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     | Δ     |
|                                  | %          | %    | 24-23 | Nº     | %    | 25-24 | 25-23 | %            | %    | 24-23 | Nº     | %    | 25-24 | 25-23 |
| 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   | -0,2  | 10,2         | 9,8  | -0,4  | 5 140  | 9,5  | -0,3  | -0,7  |
| 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   | -0,4  | 12,6         | 11,8 | -0,8  | 4 348  | 11,9 | 0,1   | -0,7  |
| 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   | 0,1   | 4,8          | 5,1  | 0,3   | 792    | 4,5  | -0,6  | -0,3  |
| 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      | %    |         |   |         |
| <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 |
| 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 |
| 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  |       |
| Masculino                        |            |      |       |        |      |       |              |      |       |        |      |       |
| 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  |       |
| 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  |       |
| Feminino                         |            |      |       |        |      |       |              |      |       |        |      |       |
| 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     |       |
|------------------|------|------|-------|------|-------|------|-------|------|-------|---------|------|-------|-------|
|                  | %    | %    | 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 | 25-23 | %            | %    | 24-23 | Nº     | %    | 25-24 | 25-23 |
| 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  | -0,6  | 8,7          | 8,3  | -0,4  | 5 406  | 7,9  | -0,4  | -0,8  |
| 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  | -0,5  | 6,4          | 6,1  | -0,3  | 1 778  | 5,8  | -0,3  | -0,6  |
| 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  | -0,9  | 10,7         | 10,2 | -0,5  | 3 628  | 9,7  | -0,5  | -1,0  |
| 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 | 25-23 | %            | %    | 24-23 | Nº     | %    | 25-24 | 25-23 |
| 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  | -1,2  | 6,9          | 5,9  | -1,0  | 4 468  | 5,6  | -0,3  | -1,3  |
| 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  | -1,1  | 6,7          | 5,9  | -0,8  | 2 153  | 5,5  | -0,4  | -1,2  |
| 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  | -1,4  | 7,1          | 5,9  | -1,2  | 2 315  | 5,7  | -0,2  | -1,4  |
| 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 | $\Delta$<br>18-17 | 2019 | $\Delta$<br>19-18 | 2021 | $\Delta$<br>21-19 | 2022 | $\Delta$<br>22-21 | 2023 | $\Delta$<br>23-22 | 2024 | $\Delta$<br>24-23 | 2025   |      | $\Delta$<br>25-24 | $\Delta$<br>25-17 |
|-----------|-------|----------------------------------------------------------|------|-------------------|------|-------------------|------|-------------------|------|-------------------|------|-------------------|------|-------------------|--------|------|-------------------|-------------------|
|           |       |                                                          |      |                   |      |                   |      |                   |      |                   |      |                   |      |                   | Nº     | %    |                   |                   |
|           |       | <b>Qualquer problema</b>                                 |      |                   |      |                   |      |                   |      |                   |      |                   |      |                   |        |      |                   |                   |
|           | 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  |                   |                   |
|           |       | <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               | 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  |                   |                   |
|           |       | <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               | 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  |                   |                   |
|           |       | <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               | 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  |                   |                   |
|           |       | <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               | 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  |                   |                   |
|           |       | <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               | 1,9  | -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  |                   |                   |
|           |       | <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               | 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  |                   |                   |
|           |       | <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               | 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.*