Comportamentos Aditivos aos 18 anos

Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional

Regiões 2025

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

ICAD
Instituto para os Comportamentos Aditivos e as Dependências, I.P.

FICHA TÉCNICA

TÍTULO
Comportamentos Aditivos aos 18 anos – Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional. Regiões 2025

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

AUTORIA
Vasco Calado;Ludmila Carapinha;Helena Neto

GRAFISMO
ICAD, IP / Gabinete de Tecnologias e Sistemas de Informação

CAPA
Foto de Papaioannou Kosta (Unsplash.com)

EDITOR
Instituto para os Comportamentos Aditivos e Dependências, I.P., Lisboa 2026

ISBN
978-989-36866-3-8

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

ICAD
Instituto para os Comportamentos Aditivos e as Dependências, I.P.



Comportamentos Aditivos aos 18 anos

Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional

- Regiões -

2025

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.

Índice

Introdução 1
Destaques 3
Metodologia 7
Resultados 2025 9
Substâncias psicoativas 11
Experimentação 11
Consumo recente 13
Consumo atual 17
Utilização da Internet 23
Problemas 27
Evolução 2015-2025 33
Substâncias psicoativas 35
Internet 37
Problemas 39
Conclusão 59
Siglas e abreviaturas 64
Referências bibliográficas 65

Índice de figuras

Figura 1. Prevalência de consumo ao longo da vida, por região (%) 12
Figura 2. Prevalência de consumo de substâncias ilícitas ao longo da vida, por tipo de substância e região (%) - 2025 13
Figura 3. Prevalência de consumo nos últimos 12 meses, por região (%) 2025 15
Figura 4. Comportamentos de risco acrescido nos últimos 12 meses, por região (%)2025 16
Figura 5. Prevalência de consumo de substâncias ilícitas nos últimos 12 meses, por tipo de substância e região (%) - 2025 17
Figura 6. Prevalência de consumo nos últimos 30 dias, por região (%)2025 19
Figura 7. Prevalência de consumo de substâncias ilícitas nos últimos 30 dias, por tipo de substância e região (%) - 2025 20
Figura 8. Prevalência de consumo diário ou quase diário nos últimos 30 dias, entre inquiridos e por região (%) – 2025 21

Figura 9. Utilização da Internet, por tipo de utilização e região (%) - 2025 25

Figura 10. Experiência de problemas relacionados com comportamentos aditivos nos últimos 12 meses, entre inquiridos e por tipo de CAD e região (%) – 2025..... 29

Figura 11. Experiência de problemas relacionados com comportamentos aditivos nos últimos 12 meses, entre inquiridos e consumidores / utilizadores, por tipo de CAD, tipo de problema e região (%) - 2025..... 31

Figura 12. ÁLCOOL Prevalência de consumo ao longo da vida (%) por região face ao total nacional, 2015-2025 40

Figura 13. ÁLCOOL Prevalência de consumo nos últimos 12 meses (%) por região face ao total nacional, 2015-2025 41

Figura 14. ÁLCOOL Prevalência de consumo nos últimos 30 dias (%) por região face ao total nacional, 2015-2025 42

Figura 15. ÁLCOOL Prevalência de consumo *binge* nos últimos 12 meses (%) por região face ao total nacional, 2015-2025 43

Figura 16. ÁLCOOL Prevalência de embriaguez severa nos últimos 12 meses (%) por região face ao total nacional, 2015-2025 44

Figura 17. ÁLCOOL Prevalência de consumo diário* nos últimos 30 dias (%) por região face total nacional (inquiridos), 2015-2025..... 45

Figura 18. TABACO Prevalência de consumo nos últimos 12 meses (%) por região face total nacional, 2015-2025 46

Figura 19. TABACO Prevalência de consumo diário* nos últimos 30 dias (%) por região face total nacional (inquiridos), 2015-2025..... 47

Figura 20. DROGAS ILÍCITAS Prevalência de consumo ao longo da vida (%) por região face ao total nacional, 2015-2025 48

Figura 21. DROGAS ILÍCITAS Prevalência de consumo nos últimos 12 meses (%) por região face ao total nacional, 2015-2025 49

Figura 22. DROGAS ILÍCITAS Prevalência de consumo nos últimos 30 dias (%) por região face ao total nacional, 2015-2025 50

Figura 23. CANÁBIS Prevalência de consumo diário* nos últimos 30 dias (%) por região face total nacional (inquiridos), 2015-2025..... 51

Figura 24. TRANQUILIZANTES/SEDATIVOS não-prescritos Prevalência de consumo ao longo da vida (%) por região face ao total nacional, 2015-2025 52

Figura 25. TRANQUILIZANTES/SEDATIVOS não-prescritos Prevalência de consumo nos últimos 12 meses (%) por região face ao total nacional, 2015-2025 53

Figura 26. TRANQUILIZANTES/SEDATIVOS não-prescritos Prevalência de consumo nos últimos 30 dias (%) por região face ao total nacional, 2015-2025 54

Figura 27. JOGO DE APOSTAS *ONLINE* (%) por região face ao total nacional, 2015-2025 55

Figura 28. EXPERIÊNCIA DE PROBLEMAS RELACIONADOS COM O CONSUMO DE ÁLCOOL Prevalência nos últimos 12 meses (%) por região face ao total ncional (inquiridos), 2017-2025 56

Figura 29. EXPERIÊNCIA DE PROBLEMAS RELACIONADOS COM O CONSUMO DE DROGAS ILÍCITAS Prevalência nos últimos 12 meses (%) por região face ao total nacional (inquiridos), 2017-2025 57

Figura 30. EXPERIÊNCIA DE PROBLEMAS RELACIONADOS COM A UTILIZAÇÃO DA INTERNET Prevalência nos últimos 12 meses (%) por região face ao total nacional (inquiridos), 2017-2025 58

Índice de tabelas

Tabela 1. Características sociodemográficas em função da região de residência (%) 8

Tabela 2. Prevalência de consumo diário ou quase diário nos últimos 30 dias, entre consumidores atuais e por região (%) - 2025 22

Tabela 3. Idade de Inicio de utilização da Internet, entre utilizadores e por região (%) - 2025 23

Tabela 4. Nº de horas (por dia) de utilização de Internet em redes sociais, entre utilizadores e por região (%) - 2025 26

Tabela 5. Nº de horas (por dia) de utilização de Internet para jogar, entre jogadores e por região (%) - 2025 26

Tabela 6. Nº de horas (por dia) de utilização de Internet para jogo de apostas, entre jogadores e por região (%) - 2025 26

Tabela 7. Experiência de problemas relacionados com comportamentos aditivos nos últimos 12 meses, entre inquiridos, por tipo de CAD e região (%) - 2025 30

Introdução

Esta é a décima edição do Inquérito aos Jovens Participantes no Dia da Defesa Nacional, um estudo que se realiza anualmente desde 2015 (com um ano de interrupção devido à pandemia da COVID-19, em 2020) e que é hoje uma ferramenta crucial na monitorização da situação relativa aos principais comportamentos aditivos entre os jovens portugueses, bem como um instrumento de grande importância para a definição e avaliação de políticas públicas com base na evidência, na medida em que torna possível medir a evolução dos comportamentos aditivos, nomeadamente a nível regional.

Apesar de não permitir explicar os motivos subjacentes, o estudo tem vindo a apontar de forma consistente para uma situação de maior consumo de determinadas substâncias psicoativas em algumas regiões do país, verificando-se discrepâncias regionais – por vezes, bastante acentuadas – no que aos comportamentos aditivos entre os jovens de 18 anos diz respeito. Por outro lado, o estudo ilustra bem como o fenómeno dos comportamentos aditivos sem substância tende a ser um pouco mais transversal e homogéneo entre os jovens, variando menos no plano regional.

Os dois últimos relatórios regionais (Calado, Carapinha & Neto, 2025; 2024) apontavam para um país cada vez mais homogéneo nestas matérias, fruto de um aproximar dos valores registados nas diferentes regiões, fosse pelo aumento dos comportamentos aditivos nas regiões onde tinham menor expressão ou, mais frequentemente, pela aproximação das regiões onde eram mais prevalentes – Alentejo (no caso do álcool e do tabaco), Algarve (no caso da canábis) e Açores (no caso de tranquilizantes/sedativos não-prescritos e outras drogas ilícitas que não canábis) – face ao total nacional.

Para além de traçar um retrato regional atualizado no tempo presente, o estudo tem também como objetivo principal monitorizar a evolução no plano regional de um conjunto de indicadores e tendências. No relatório anterior (Calado, Carapinha & Neto, 2025) destacavam-se a descida do consumo de álcool, tabaco e drogas ilícitas e o aumento da prática de jogos de apostas através da Internet, bem como a estabilização dos problemas associados aos comportamentos aditivos que se verificavam em todas ou quase todas as regiões do país, depois de anos de crescimento sistemático. Importa agora perceber se estas tendências se confirmam ou se, pelo contrário, se inverteram ou transfiguraram.

À semelhança das anteriores análises regionais, o presente relatório volta a estar construído a partir de duas perspetivas diferentes e complementares: uma visão sincrónica e uma visão diacrónica. Na primeira parte do documento apresentam-se de forma breve os resultados obtidos em 2025, promovendo uma comparação das prevalências registada em cada região por relação às outras e ao total nacional. A segunda parte do documento centra-se na evolução dos fenómenos em estudo desde 2015, analisando os resultados registados em cada região por comparação com as prevalências obtidas anteriormente, por forma a evidenciar as principais tendências no plano regional.

Destaques

- O Inquérito aos Jovens Participantes no Dia da Defesa Nacional é um estudo que se realiza anualmente desde 2015 e que é hoje uma ferramenta crucial na monitorização da situação relativa aos principais comportamentos aditivos entre os jovens portugueses, bem como um instrumento de grande importância para a definição e avaliação de políticas públicas com base na evidência, na medida em que torna possível medir a evolução dos comportamentos aditivos, nomeadamente a nível regional.
- Os resultados agora obtidos revelam que, à semelhança do que vem sendo apontado em relatórios anteriores, as discrepâncias são bastante relevantes a nível regional, sobretudo no que ao consumo juvenil de substâncias psicoativas diz respeito. Depois de no relatório passado se ter concluído que as discrepâncias regionais apresentavam uma tendência de diminuição, hoje verifica-se a tendência contrária, sendo que são mais os casos em que aumentou a diferença entre as regiões com o valor mais e menos elevado do que as situações em que esta diminuiu.
- A discrepância entre as regiões é mais acentuada no que diz respeito ao consumo de álcool e de tabaco e também a alguns comportamentos de risco acrescido, como a ingestão *binge* de bebidas alcoólicas, a embriaguez ligeira e a embriaguez severa. Em contrapartida, no que se refere a outros indicadores, como a utilização da Internet e o consumo das várias substâncias psicoativas numa base diária, a variação regional é menos acentuada e o país menos discrepante.
- Se a diferença de valores registada entre as regiões com as maiores e as menores prevalências nos diferentes indicadores é hoje maior do que num passado recente, tal deve-se fundamentalmente ao agravamento (ou menor desagravamento face ao conjunto do país) nas regiões onde a situação já era mais gravosa e não à subida (ou menor descida face ao total nacional) das prevalências nas regiões onde a situação era menos gravosa.
- Considerando os indicadores relativos aos comportamentos aditivos entre os jovens de 18 anos analisados, e na senda do que se tem verificado nos últimos anos, Alentejo e Açores são as regiões que mais vezes registam prevalências superiores ao total nacional, enquanto Norte e Madeira se destacam em sentido contrário. Já Grande Lisboa, Península de Setúbal e Centro são as regiões que mais tendem a registar valores semelhantes ou muito próximos do total nacional.
- O último relatório regional destacava algumas tendências que importava confirmar na presente edição do estudo, nomeadamente o maior consumo de álcool e de tabaco entre os jovens de 18 anos no Alentejo, um consumo mais elevado de canábis no Algarve, um maior consumo de outras drogas ilícitas que não canábis nos Açores e uma experiência de problemas associados à utilização da Internet mais prevalente na Área Metropolitana de Lisboa (Grande Lisboa + Península de Setúbal).

- Os resultados de 2025 confirmam algumas destas tendências, mas outras nem tanto. O Alentejo continua a apresentar o maior consumo de álcool do país entre os jovens de 18 anos, sendo que se distanciou ainda mais do total nacional, ao registar subidas residuais enquanto nas restantes regiões as prevalências desceram entre 2024 e 2025.
- No que se refere ao tabaco, o Alentejo permanece a região com o maior consumo, mas, neste caso, deu-se uma pequena aproximação ao total nacional, ao verificar-se uma descida um pouco mais expressiva do que no conjunto do país.
- Ao contrário de anos anteriores, o Algarve não é a região do país onde o consumo de drogas ilícitas (tomadas em conjunto) é claramente mais elevado, pois a Região Autónoma dos Açores já regista valores da mesma ordem de grandeza (e até ligeiramente superiores no que concerne à temporalidade dos últimos 30 dias). Apesar das prevalências relativas ao consumo de drogas ilícitas terem descido no Algarve entre 2024 e 2025, o decréscimo foi inferior ao registado no conjunto do país.
- Por tipo de droga ilícita, o Algarve permanece a região com o maior consumo de canábis (a substância ilícita de maior consumo em todas as regiões do país), enquanto os Açores se destacam claramente por um consumo mais elevado das restantes substâncias ilícitas, com prevalências proporcionalmente muito superiores ao total nacional, nomeadamente heroína e NSP.
- A Região Autónoma dos Açores é cada vez mais a região do país com o maior consumo não-prescrito de tranquilizantes/sedativos, tendo-se assistido na região ao aumento considerável das prevalências entre 2024 e 2025, em contraciclo com a tendência nacional de estabilização deste fenómeno.
- A Região Autónoma dos Açores apresenta também a maior proporção de jovens de 18 anos que referem utilizar a Internet para fazer jogos de apostas, tendo a prevalência subido mais na região do que em qualquer outra, o que faz com que os Açores se distanciem cada vez mais do conjunto do país no que ao jogo a dinheiro *online* diz respeito.
- É também na Região Autónoma dos Açores que se verifica o maior aumento da experiência recente de problemas relacionados com a ingestão de bebidas alcoólicas e com o consumo de drogas ilícitas, em contraciclo com a tendência nacional de estabilização. Por seu lado, a Área Metropolitana de Lisboa permanece a região do país onde os problemas decorrentes da utilização da Internet são mais prevalentes. Em sentido contrário, face ao ano anterior, o Algarve apresenta a maior redução de problemas associados aos comportamentos aditivos.
- Analisando a evolução dos comportamentos aditivos entre os jovens de 18 anos nos últimos anos, é possível verificar que, a nível nacional, os valores relativos à maioria dos indicadores atingiram em 2025 mínimos históricos. Isto é, desde que o estudo teve início, em 2015, nunca se registaram prevalências tão pouco elevadas no diz respeito ao consumo de álcool, tabaco, drogas ilícitas. A nível regional, o panorama não é tão linear, ainda que as diferentes regiões tendam a registar os valores mais baixos desde que o estudo teve início.
- Todas as regiões, exceto o Alentejo, registam em 2025 os valores menos elevados relativos à experimentação, consumo recente e consumo atual de bebidas alcoólicas desde 2015. O mesmo se verifica no que se refere ao consumo *binge*, com exceção novamente do Alentejo, mas também do Centro, região onde se regista o segundo valor mais baixo desde 2015. Já a ingestão de bebidas alcoólicas numa base diária regista mínimos históricos no Norte, no Centro e no Alentejo.

- Todas as regiões apresentam em 2025 os valores menos elevados relativos ao consumo recente de tabaco, sendo que, no que se refere ao consumo diário nos últimos 30 dias, apenas o Centro não regista mínimos históricos, dado ter-se verificado na região uma subida residual, em contraciclo com a tendência nacional de descida.
- Todas as regiões, exceto os Açores, registam em 2025 os valores menos elevados relativos à experimentação e consumo recente de drogas ilícitas. Já no que concerne ao consumo atual deste tipo de substâncias psicoativas, mínimos históricos são atingidos no Norte, no Centro, em Lisboa e na Madeira, enquanto no que diz respeito ao consumo diário ou quase diário de canábis isso acontece no Norte, no Centro e em Lisboa.
- Em sentido contrário, nunca a prevalência relativa à utilização da Internet para fazer jogos de apostas foi tão elevada na Área Metropolitana de Lisboa quanto o é hoje, enquanto a Região Autónoma dos Açores regista máximos históricos no que se refere à experiência de problemas relacionados com o consumo de álcool. Os valores relativos aos problemas decorrentes do consumo de drogas ilícitas nunca foram tão elevados na região Centro e, sobretudo, nos Açores.
- A iniciação à Internet faz-se em idades menos precoces nos Açores, sendo também nesta Região Autónoma que os jovens de 18 anos menos utilizam a Internet para obter informação e participar em redes sociais. Em contrapartida é aqui que os jogos de apostas *online* são mais prevalentes e onde mais tempo diário é passado na Internet. A experiência de problemas decorrentes da utilização da Internet é maior na Área Metropolitana de Lisboa, região onde a iniciação à Internet se faz mais cedo e o videojogo *online* é mais prevalente. Tal demonstra que um maior tempo de ecrã não se traduz necessariamente em problemas, sendo que é preciso tomar em consideração outros fatores, como o tipo de utilização e a precocidade com que se começa a utilizar a Internet.
- Em suma, face ao relatório regional anterior, não se verificam diferenças substanciais, sendo que, considerando o conjunto dos indicadores analisados, os valores registados entre 2024 e 2025 pouco se alteraram nas diferentes regiões. A tendência nacional de descida e de estabilização dos comportamentos aditivos entre os jovens de 18 anos, que vem sendo apontada nos últimos anos, verifica-se no plano regional. Ainda assim, em contraciclo com o conjunto do país, assiste-se a um aumento do consumo de álcool no Alentejo e a um agravamento da situação nos Açores no que se refere sobretudo ao consumo não-prescrito de tranquilizantes/sedativos e de outras drogas ilícitas que não canábis.
- A próxima edição do estudo permitirá verificar se estas e outras tendências, nomeadamente o aumento das discrepâncias regionais, têm continuidade ou, se pelo contrário, a situação se irá inverter ou adquirir novos contornos.

Metodologia

Como vem sendo hábito, para uma descrição detalhada dos procedimentos metodológicos seguidos no presente estudo, remete-se para o relatório nacional relativo a 2025 (Carapinha, Calado & Neto, 2026). Não obstante o presente documento não aprofundar questões metodológicas, importa, ainda assim, caracterizar as diferentes amostras regionais em função de algumas características sociodemográficas, uma vez que tal deve ser levado em conta quando, mais à frente, se analisarem as prevalências nas nove regiões do país.

Com a exceção da Região Autónoma dos Açores, em todas as regiões a amostra regional é composta por mais elementos do sexo masculino do que do sexo feminino, sendo que a discrepância é ligeiramente mais acentuada no Alentejo.

Quanto à escolaridade dos inquiridos, a maior percentagem de jovens de 18 anos com menores qualificações (9º ano ou menos) encontra-se também nos Açores (20%), a larga distância das restantes regiões. Por outro lado, o Centro é a região com a maior proporção (48%) de inquiridos com qualificações académicas mais elevadas (na prática, estudantes universitários).

Relativamente à situação face ao trabalho, em todas as regiões do país a maior parte dos jovens de 18 anos estuda a tempo inteiro, sendo que tal é mais acentuado na Grande Lisboa (80%), na Madeira (79%) e na Península de Setúbal (79%), sendo menos expressivo no Algarve (61%). Esta última região destaca-se pela maior percentagem de inquiridos que estão empregados (17%) e também desempregados (11%), neste último caso juntamente com o Alentejo (10%).

O facto de a percentagem de jovens de 18 anos a estudar no ensino superior ser no Centro cerca do dobro do registado na Região Autónoma dos Açores ilustra bem as discrepâncias regionais em causa e como o perfil dos jovens é diferente entre as várias regiões que compõem Portugal. Em contrapartida, poucas diferenças há no que no concerne ao estado civil, sendo que em todas as regiões do país a percentagem de inquiridos que não são solteiros é mínima (Tabela 1).

Ainda que tal não esteja diretamente relacionado com a metodologia do estudo, mas com a análise dos dados, convém sublinhar que esta é a primeira edição do estudo que segue a divisão administrativa do país para fins estatísticos em vigor desde 2024, que contempla nove regiões (NUTS II). Face aos anteriores estudos, que seguiam a antiga divisão administrativa do país em sete regiões, a principal diferença reside na antiga região da Área Metropolitana de Lisboa – que se encontra agora dividida em duas regiões mais pequenas: Grande Lisboa e Península de Setúbal – e numa nova região – Oeste e Vale do Tejo – com territórios que antes pertenciam à região Centro e ao Alentejo. Na primeira parte do estudo, a análise faz-se em função das atuais nove regiões, sendo que na segunda parte, por questões de comparabilidade, analisa-se a evolução registada nas antigas sete regiões (NUTS II) contempladas na divisão administrativa em vigor entre 2013 e 2024.

Para facilitar a leitura, nos gráficos e tabelas, a região da Grande Lisboa aparece como Lisboa, a Península de Setúbal como Setúbal e Oeste e Vale do Tejo como Oeste.

Tabela 1. Características sociodemográficas em função da região de residência (%)

	Norte	Centro	Oeste	Lisboa	Setúbal	Alentejo	Algarve	Açores	Madeira
Sexo									
Masculino	50,4	50,5	50,3	50,9	51,9	52,4	51,5	49,5	51,3
Feminino	49,6	49,5	49,7	49,1	48,1	47,6	48,5	50,5	48,7
Nível de escolaridade (concluiu ou frequenta)									
9ºano ou menos	6,3	5,0	6,3	6,5	7,6	7,8	8,1	19,9	6,7
10ºano e 12ºano	51,5	46,9	50,2	50,4	55,5	55,7	49,1	55,5	59,1
Superior a 12ºano	41,6	47,6	42,9	42,3	36,3	36,1	42,0	23,9	33,0
Situação face ao trabalho									
Estudante	73,9	72,6	70,6	79,8	78,6	68,7	61,1	66,0	78,6
Empregado	11,3	12,2	12,4	5,9	6,0	13,1	16,9	14,5	7,9
Trabalhador-Estudante	6,6	6,7	8,6	7,6	6,8	8,2	11,5	11,6	6,6
Desempregado	8,2	8,5	8,4	6,7	8,6	10,0	10,6	7,9	6,8
Estado Civil									
Solteiro	98,7	98,2	98,4	98,0	97,7	98,1	97,5	97,2	97,5
União de facto	0,8	1,1	1,1	1,4	1,8	1,2	1,5	2,2	1,8
Casado	0,1	0,2	0,2	0,1	0,1	0,4	0,4	0,3	0,2
Outra situação	0,4	0,5	0,3	0,5	0,4	0,3	0,6	0,4	0,5

Fonte: DGRDN/ICAD

RESULTADOS

2025

Substâncias psicoativas

Experimentação

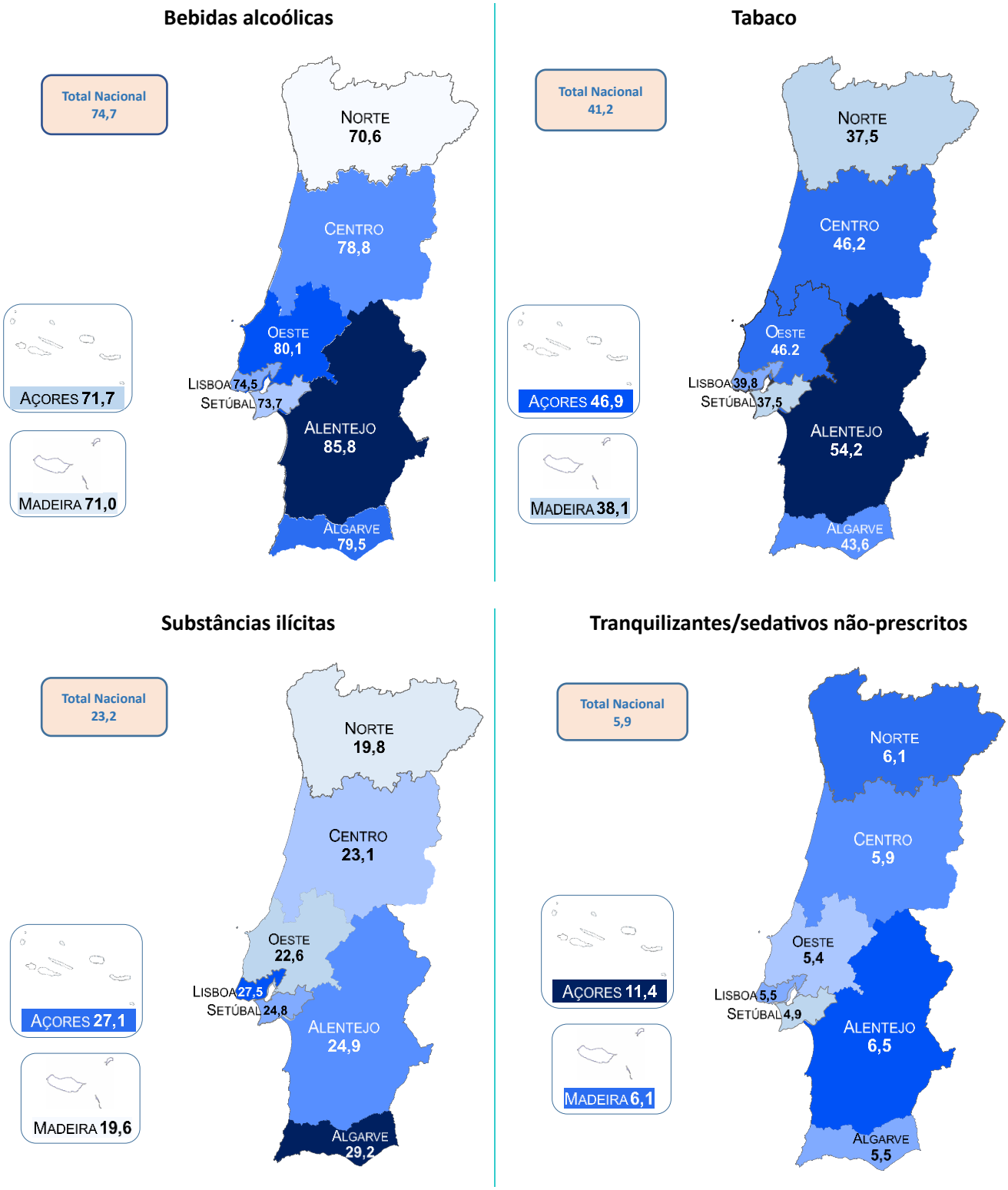
As Figura 1 eFigura 2 oferecem uma perspetiva do consumo ao longo da vida de bebidas alcoólicas, tabaco, drogas ilícitas e tranquilizantes/sedativos não-prescritos por parte dos jovens de 18 anos das diferentes regiões do país. Os resultados obtidos ilustram bem como, à semelhança do que vem sendo apontado em relatórios anteriores, a nível regional, as discrepâncias são bastante relevantes no que ao consumo juvenil de substâncias psicoativas diz respeito. Depois de no anterior relatório se ter concluído que as discrepâncias regionais apresentavam uma tendência de diminuição, hoje verifica-se a tendência contrária, sendo que são mais os casos em que aumentou a diferença entre as regiões com o valor mais e menos elevado do que as situações em que diminuiu.

Tal como se tem constatado ao longo dos últimos anos, os jovens do Alentejo distinguem-se por uma maior experimentação de ÁLCOOL e de TABACO, muito acima do total nacional, enquanto o consumo ao longo da vida destas duas substâncias psicoativas tem menor expressão no Norte, Região Autónoma da Madeira e Península de Setúbal (esta última região apenas no caso do tabaco). Por sua vez, o consumo ao longo da vida de TRANQUILIZANTES/SEDATIVOS sem prescrição médica é muito mais elevado na Região Autónoma dos Açores do que no restante país, sendo que as outras regiões apresentam valores muito aproximados entre si e do total nacional. Quanto às DROGAS ILÍCITAS, como vem sendo habitual, é no Algarve que se registam as maiores prevalências de experimentação de substâncias ilícitas (no seu conjunto) e também de canábis, a droga ilícita de longe mais consumida ao longo da vida em todas as regiões do país, enquanto a Região Autónoma da Madeira e o Norte se destacam em sentido contrário, apresentando valores um pouco abaixo do total nacional. Quanto à experimentação de drogas ilícitas que não canábis, as maiores prevalências encontram-se nos Açores, onde se registam valores proporcionalmente muito superiores ao total nacional.

A visão geral que resulta das duas figuras é que, à semelhança do que se tem vindo a concluir em anteriores relatórios do estudo, as maiores prevalências de experimentação das várias substâncias psicoativas em análise estão concentradas em três das nove regiões do país: Alentejo, Açores e Algarve. O Alentejo é, contudo, a única região com valores consistentemente superiores ao total nacional no que respeita à experimentação de álcool, tabaco, drogas ilícitas e tranquilizantes/sedativos sem prescrição médica. Por outro lado, no que concerne à experimentação de álcool, tabaco, o conjunto das drogas ilícitas e tranquilizantes/sedativos sem indicação médica, nenhuma região regista prevalências sempre inferiores ao total nacional, embora que isso aconteça mais vezes em quatro regiões: Norte, Madeira, Grande Lisboa e Península de Setúbal.

Figura 1. Prevalência de consumo ao longo da vida, por região (%)

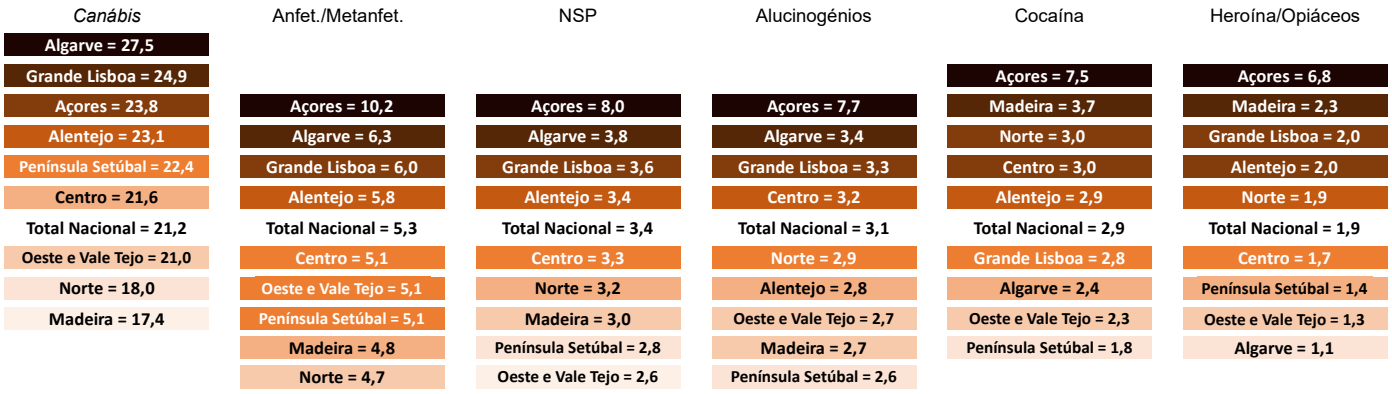
2025



Base%: Bebidas alcoólicas (Total – 86 669; Norte – 30 246; Centro – 13 413; Oeste e Vale do Tejo – 6 848; Grande Lisboa – 16 538; Península Setúbal – 7 426; Alentejo – 3 729; Algarve – 3 761; Açores – 2 263; Madeira – 2 445); Tabaco (Total - 86 902; Norte – 30 363; Centro – 13 471; Oeste e Vale do Tejo – 6 858; Grande Lisboa – 16 548; Península Setúbal – 7 428; Alentejo – 3 741; Algarve – 3 776; Açores – 2 266; Madeira – 2 451); Substâncias ilícitas - (Total – 85 274; Norte – 29 753; Centro – 13 220; Oeste e Vale do Tejo – 6 750; Grande Lisboa – 16 213; Península Setúbal – 7 315; Alentejo – 3 666; Algarve – 3 722; Açores – 2 225; Madeira – 2 410); Tranquilizantes/sedativos np (Total – 85 710; Norte – 29 906; Centro – 13 278; Oeste e Vale do Tejo – 6 781; Grande Lisboa – 16 292; Península Setúbal – 7 370; Alentejo – 3 691; Algarve – 3 718; Açores – 2 245; Madeira – 2 429).

Fonte: DGRDN/ICAD

Figura 2. Prevalência de consumo de substâncias ilícitas ao longo da vida, por tipo de substância e região (%) - 2025



Fonte: DGRDN/ICAD

Consumo recente

As Figuras Figura 3,Figura 4 eFigura 5 são referentes ao consumo que teve lugar nos 12 meses anteriores à inquirição, sendo reconhecidamente este o indicador de maior interesse para o conhecimento dos comportamentos aditivos entre os jovens.

Ainda que, à semelhança da edição anterior, os valores venham a descer desde 2022, tanto a nível nacional como regional, a grande maioria dos jovens de 18 anos consumiu uma ou mais BEBIDAS ALCOÓLICAS no último ano em todas as regiões do país. No entanto, o panorama varia consideravelmente de região para região, sendo que as prevalências de consumo recente são mais elevadas no Alentejo (83%), muito acima do total nacional (72%), e menos expressivas nos Açores e na Madeira (67%, em ambas as Regiões Autónomas) e também no Norte (68%). Tal traduz, portanto, uma diferença particularmente relevante (16 pontos percentuais) entre a região com o maior e o menor consumo de álcool nos últimos 12 meses.

Ainda que também aqui se verifique uma tendência de diminuição do consumo, o TABACO permanece a segunda substância psicoativa mais consumida nos últimos 12 meses pelos jovens de 18 anos em todas as regiões do país. O Alentejo destaca-se, mais uma vez, pela prevalência de consumo recente mais elevada (48%), muito acima do total nacional (36%), enquanto Madeira, Península de Setúbal e Norte registam a prevalência menos elevada (32%). Está em causa, portanto, uma diferença de 16 pontos percentuais entre a região com a maior prevalência de consumo de tabaco nos últimos 12 meses e a região com a menor, o que traduz uma discrepância ainda mais acentuada do que no caso do álcool, uma vez que estão em causa valores de uma menor ordem de grandeza.

O consumo recente de DROGAS ILÍCITAS tem maior expressão no Algarve (23%), Açores (22%) e Grande Lisboa (22%), enquanto a Região Autónoma da Madeira (15%) e o Norte (16%) registam, mais uma vez, as menores prevalências do país, um pouco abaixo do total nacional (19%). Deste modo, a discrepância regional é menor do que a verificada no caso do álcool e do tabaco, mas ainda assim bastante considerável, na medida em que, sem contar com os arredondamentos, 8 pontos percentuais separam a região com a maior prevalência de consumo de drogas ilícitas nos últimos 12 meses e a região com a menor. Por outro lado, uma vez que estão

em causa valores de uma ordem de grandeza menos elevada do que no caso de álcool e de tabaco, a discrepância em termos proporcionais é igualmente acentuada.

A canábis é, de longe, a droga ilícita mais consumida em todas as regiões do país, sendo também a única cujo consumo recente é mais elevado no Algarve (22%) e menos na Região Autónoma da Madeira (14%), onde se uma regista uma prevalência um pouco abaixo do total nacional (17%). Nas restantes substâncias ilícitas, o consumo tem maior expressão na Região Autónoma dos Açores, com valores proporcionalmente muito acima do total nacional, especialmente no que diz respeito à heroína (cerca de quatro vezes mais).

O consumo recente de TRANQUILIZANTES/SEDATIVOS sem indicação médica por parte dos jovens de 18 anos é, dos comportamentos aditivos em causa, aquele que tem menos expressão em todas as regiões do país. A maior prevalência de consumo não-prescrito deste tipo de medicamentos nos últimos 12 meses regista-se na Região Autónoma dos Açores (9%), enquanto nas restantes regiões do país os valores variam entre 4% e 5%. As regiões com a menores prevalências distam 6 pontos percentuais da região com o valor mais elevado, o que configura uma discrepância regional proporcionalmente muito acentuada (mais do dobro).

Quanto aos comportamentos de risco acrescido associados ao álcool em análise no presente estudo, é também no Alentejo que se regista o maior consumo *BINGE* de bebidas alcoólicas nos últimos 12 meses (58%), muito acima do total nacional (45%), enquanto Açores e Madeira se destacam em sentido contrário (39%, em ambas as Regiões Autónomas), juntamente com o Norte (40%). No que se refere a este comportamento nocivo, a discrepância regional é particularmente acentuada, pois, sem contar com os arredondamentos, 20 pontos percentuais separam a região com maior consumo *binge* recente das regiões onde este comportamento tem menor expressão.

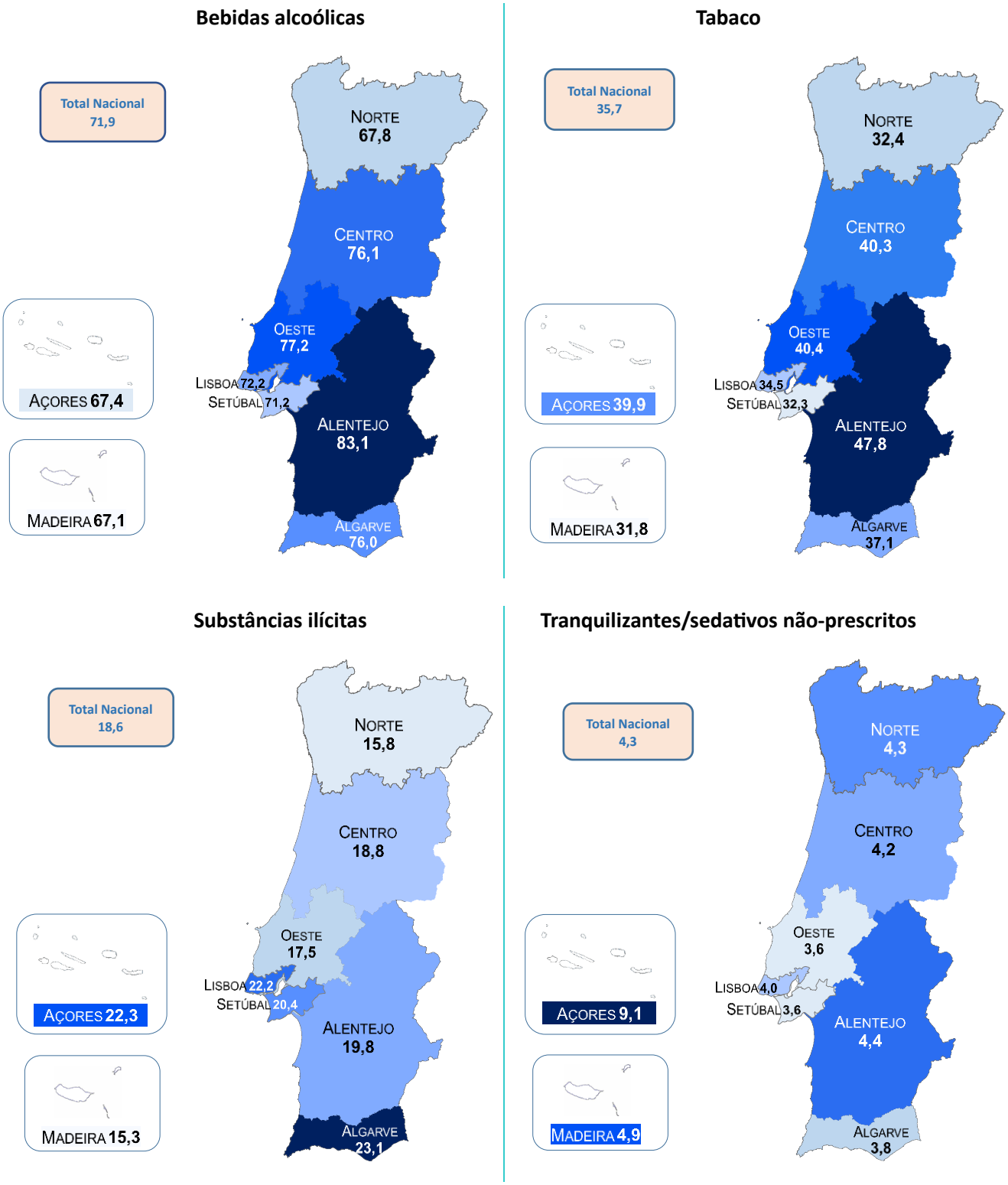
Também no indicador da EMBRIAGUEZ SEVERA nos últimos 12 meses o Alentejo se destaca das restantes regiões, registando a maior prevalência do país (43%), consideravelmente acima do total nacional (32%), enquanto, mais uma vez, Madeira (28%), Norte (28%) e Açores (29%) apresentam as prevalências menos elevadas. A discrepância regional é novamente bastante acentuada, com 15 pontos percentuais a separar a região com a maior prevalência de embriaguez severa recente das regiões com a menor.

Verifica-se a mesma tendência no que se refere à EMBRIAGUEZ LIGEIRA nos últimos 12 meses, com o Alentejo (69%) a destacar-se novamente com valores muito acima do total nacional (56%), enquanto as Regiões Autónomas dos Açores e da Madeira registam a menor prevalência (50%). Tal como no caso da embriaguez severa, a discrepância regional no que se refere à embriaguez ligeira recente é especialmente acentuada, na medida em que 19 pontos percentuais separaram a região com a maior prevalência deste comportamento de risco acrescido e a região com a menor.

O Alentejo (24%) é a região em que mais jovens associaram, na mesma ocasião, o consumo de duas ou mais substâncias lícitas e/ou ilícitas nos últimos 12 meses, sendo o POLICONSUMO menos prevalente na Região Autónoma da Madeira (15%), a uma distância considerável do total nacional (20%). Em causa está uma discrepância de 9 pontos percentuais entre as regiões com mais e menos policonsumo, o que consiste numa diferença bastante acentuada, sobretudo considerando que em causa estão valores inferiores aos referentes aos outros comportamentos de risco acrescido analisados.

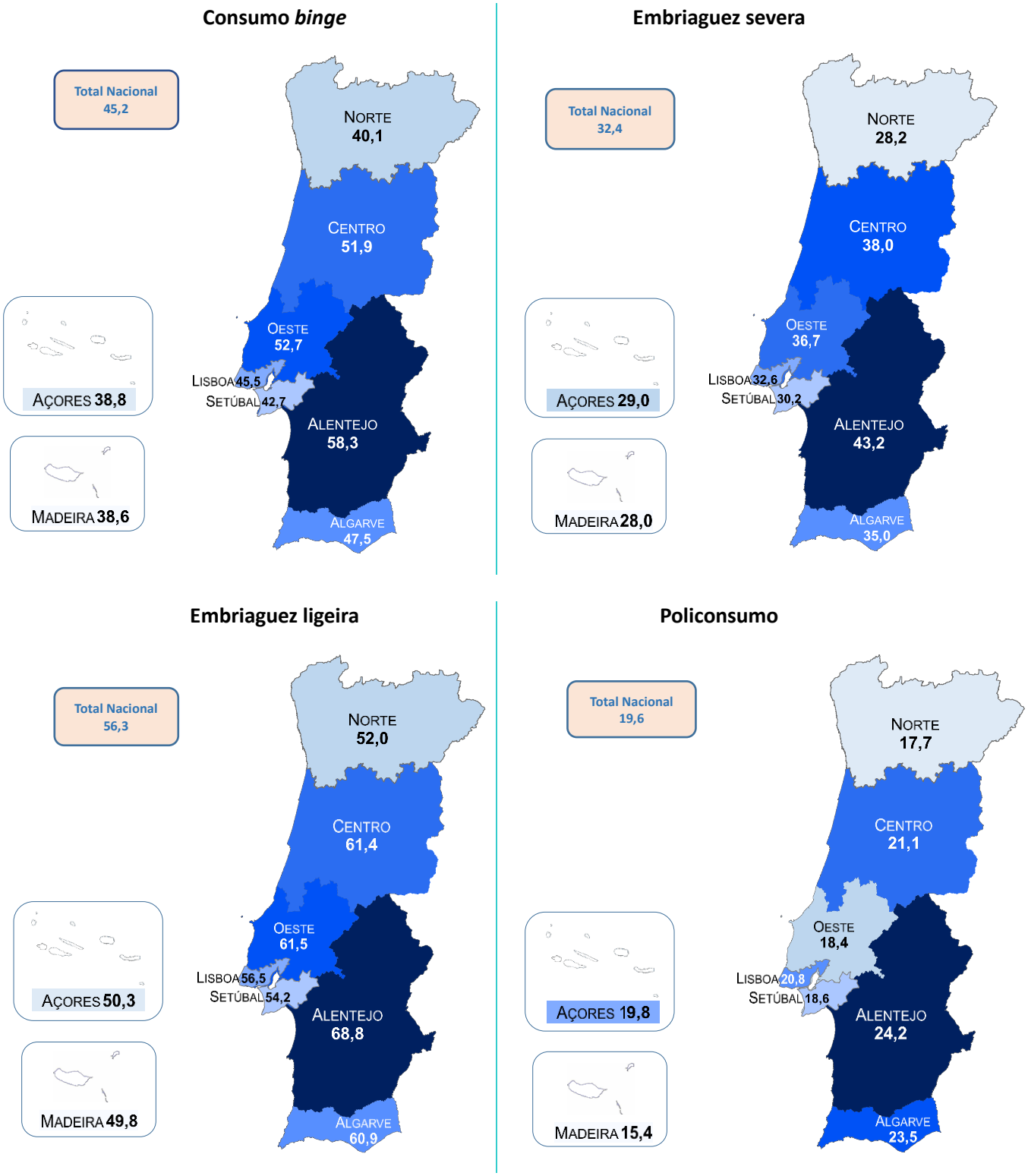
Tal como se verificou na temporalidade do longo da vida, os valores mais elevados nos diferentes indicadores relativos aos últimos 12 meses registam-se sobretudo no Alentejo, região que se destaca por um cenário mais gravoso especialmente no que se refere aos comportamentos de risco acrescido, com valores muito acima do total nacional. Norte e Madeira destacam-se em sentido contrário, se bem que também a Península de Setúbal apresente quase sempre valores inferiores ao total nacional.

Figura 3. Prevalência de consumo nos últimos 12 meses, por região (%) 2025



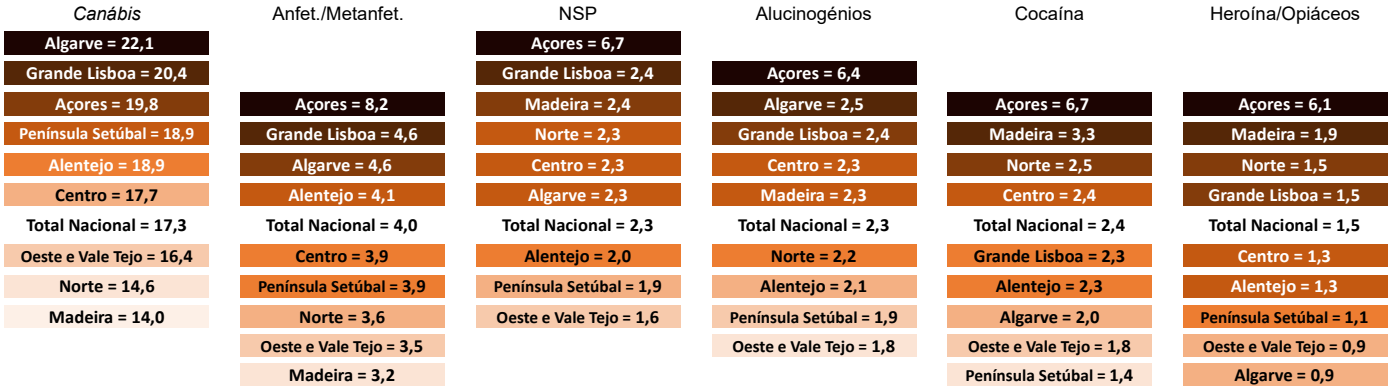
Fonte: DGRDN/ICAD

Figura 4. Comportamentos de risco acrescido nos últimos 12 meses, por região (%) 2025



Fonte: DGRDN/ICAD

Figura 5. Prevalência de consumo de substâncias ilícitas nos últimos 12 meses, por tipo de substância e região (%) - 2025



Fonte: DGRDN/ICAD

Consumo atual

As FigurasFigura 6,Figura 7 eFigura 8 são referentes ao consumo nos últimos 30 dias, um indicador igualmente mais interessante do que a experimentação, mas que traça um retrato algo limitado no tempo, sendo que, no caso dos jovens, é preciso tomar em consideração a flutuação sazonal dos consumos, ainda para mais sabendo-se que no presente estudo a recolha de dados não acontece na mesma altura do ano em todas as regiões do país.

Tal como se verificou nas temporalidades do longo da vida e dos últimos 12 meses, também o consumo de BEBIDAS ALCOÓLICAS no último mês é mais prevalente no Alentejo (71%), enquanto os Açores e a Madeira se destacam em sentido contrário (51%, em ambas as Regiões Autónomas), juntamente com o Norte (52%), com valores consideravelmente abaixo do total nacional (57%). A região com a maior prevalência está, assim, à distância de 20 pontos percentuais das regiões com a menor prevalência, o que consiste numa discrepância regional particularmente acentuada.

Ao apresentar o maior consumo atual de TABACO, o Alentejo (39%) destaca-se claramente das restantes regiões do país, com um valor muito acima do total nacional (27%), enquanto a Região Autónoma da Madeira (23%), a Península de Setúbal (24%) e o Norte (24%) registam as menores prevalências. Entre a região com o consumo atual de tabaco mais expressivo e a região com a menor prevalência separam 16 pontos percentuais, o que configura uma discrepância muito acentuada. No entanto, se se excluir Alentejo da equação, verifica-se que a discrepância entre as diferentes regiões é bem menos expressiva (9 pp.).

Em comparação com o discrepante panorama regional relativo a álcool e tabaco, os valores referentes ao consumo de DROGAS ILÍCITAS nos últimos 30 dias são mais aproximados entre as várias regiões do país, sendo que a Região Autónoma dos Açores (15%) e o Algarve (14%) registam as maiores prevalências, enquanto Madeira (8%), Norte (9%) e Oeste e Vale do Tejo (9%) registam as menores. Assim sendo, a discrepância regional no que se refere ao consumo atual de drogas ilícitas pode ser considerada relevante (6 pontos percentuais).

Algarve e Açores são as regiões com o consumo atual de canábis mais elevado (13%), um pouco acima do total nacional (10%), sendo que, no que concerne às substâncias ilícitas que não canábis, as maiores prevalências

encontram-se nos Açores, mas não no Alentejo. Embora não estejam em causa valores muito elevados, a discrepância regional é novamente muito expressiva em termos proporcionais, na medida em que os valores registados nos Açores relativos ao consumo atual de outras drogas que não canábis são entre duas (no caso das NSP) a cinco vezes mais elevados (no caso da heroína) do que o total nacional.

A nível regional, o consumo de TRANQUILIZANTES/SEDATIVOS sem receita médica no último mês tende a ter uma diminuta expressão, com exceção dos Açores. Em termos proporcionais, a Região Autónoma dos Açores (7%) destaca-se claramente do resto do país, ao apresentar uma prevalência três vezes superior ao total nacional (2%), enquanto as restantes regiões registam valores muito aproximados entre si.

Um outro indicador importante a considerar é o CONSUMO DIÁRIO, aqui entendido como 20 ou mais ocasiões de consumo nos últimos 30 dias. Entre os inquiridos, a ingestão de bebidas alcoólicas numa base diária ou quase diária é mais prevalente no Alentejo (12%), Oeste e Vale do Tejo (10%) e Centro (9%), um pouco acima do total nacional (7%), enquanto as restantes regiões apresentam valores entre 5% e 7%, ou seja, cerca de metade do registado no Alentejo.

O tabaco é a substância psicoativa que, em todas as regiões do país, mais inquiridos declararam consumir numa base diária ou quase diária, sendo que esta prática é mais expressiva no Alentejo (18%) e menos na Madeira, Península de Setúbal e Norte (9%, nas três regiões), ligeiramente abaixo do total nacional (11%). Neste caso, mais uma vez com exceção do Alentejo, em termos absolutos, a discrepância regional não é muito acentuada.

O consumo diário de canábis varia muito pouco em função da região, sendo que em todo o país se registam valores a rondar os 2% ou 3%. Ainda assim, verifica-se que a prevalência apurada na Região Autónoma da Madeira é metade do valor registado na Região Autónoma dos Açores.

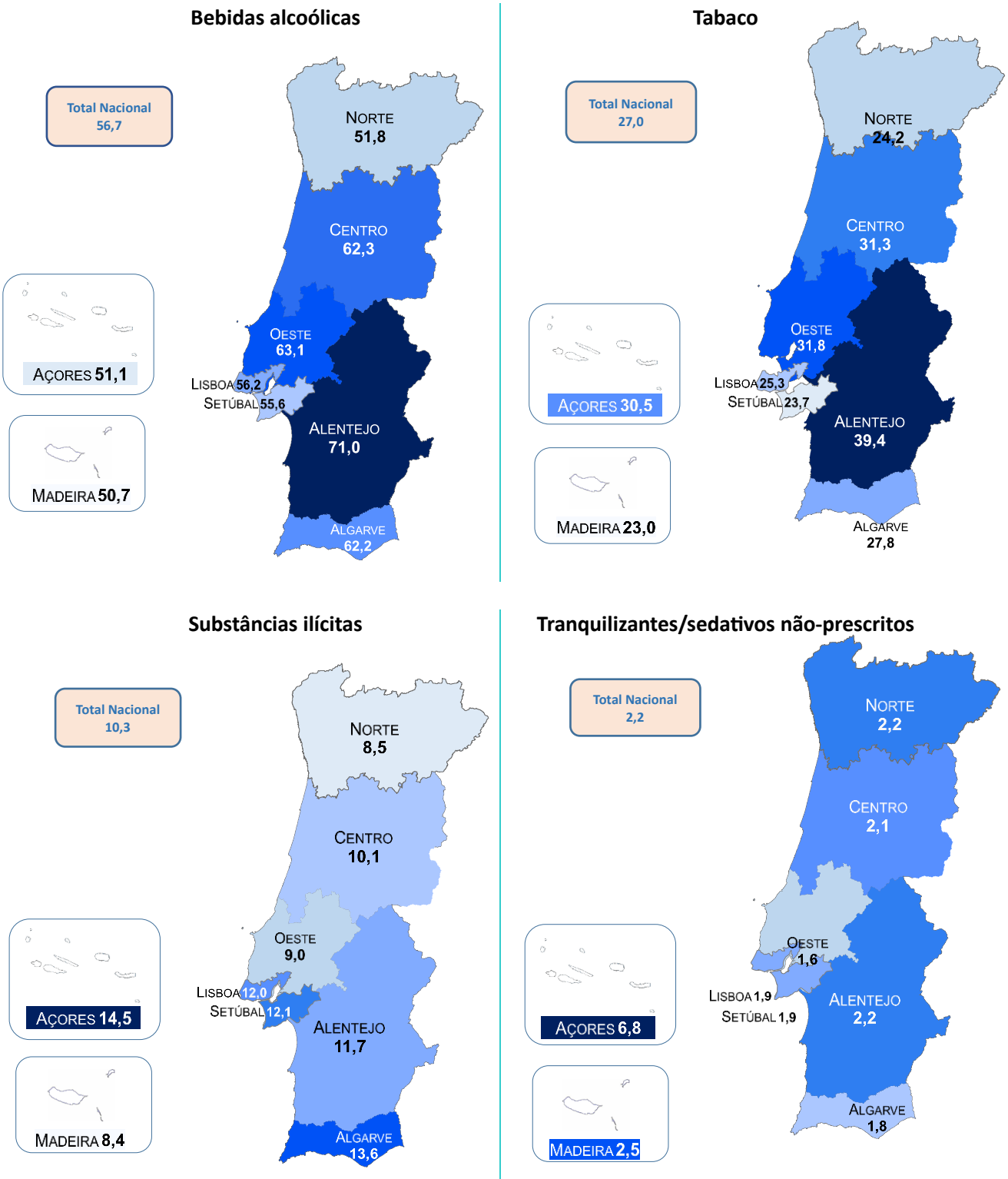
Seja em que região for, o consumo de tranquilizantes/sedativos não-prescritos numa base diária ou quase diária tem uma expressão perto de zero, com exceção da Região Autónoma dos Açores, que se destaca por um valor proporcionalmente mais elevado do que o total nacional (mais do dobro), mas ainda assim praticamente residual (1%).

Quando a análise do consumo diário se restringe aos consumidores atuais (Tabela 2), verifica-se que os consumidores de álcool e de tabaco do Alentejo são aqueles que mais consomem estas duas substâncias psicoativas numa base diária ou quase diária (17% e 46%, respetivamente, o que corresponde a +5pp. e +6pp. em relação ao total nacional), enquanto os consumidores de tranquilizantes/sedativos da Região Autónoma da Madeira e do Algarve são aqueles que mais se medicam diária ou quase diariamente de uma forma não-prescrita com este tipo de medicamentos (23%, o que corresponde a +3pp. face ao total nacional). Quanto às drogas ilícitas, o consumo de canábis numa base diária é uma prática mais adotada pelos consumidores dos Açores (25%), do Algarve (24%) e do Alentejo (24%), sendo algo menos expressivo na Região Autónoma da Madeira (20%), um pouco abaixo do total nacional (22%).

Verifica-se, então, que no caso de álcool, tabaco e canábis há uma correspondência entre maior consumo diário entre inquiridos e entre consumidores, enquanto no que se refere a tranquilizantes/sedativos não se pode dizer o mesmo, pois a Região Autónoma Madeira não é a região com mais inquiridos a declarar um consumo diário ou quase diário deste tipo de medicamentos, apesar de ser a região onde os respetivos consumidores mais adotam este padrão de consumo nocivo.

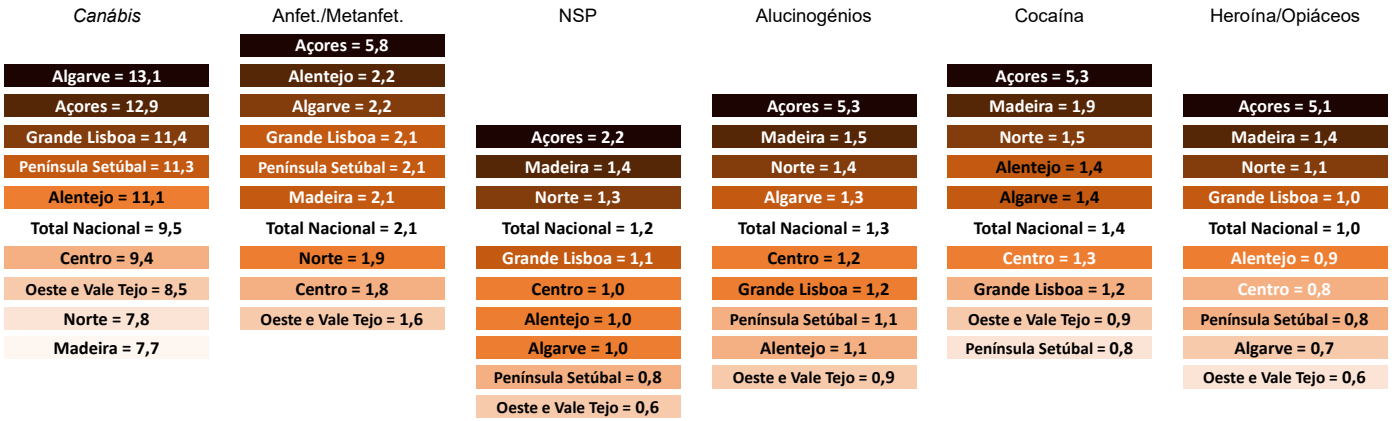
Em todas as regiões, o álcool é a substância cujos consumidores menos consomem numa base diária, exceto no Alentejo, onde, entre os respetivos consumidores, o consumo diário de tranquilizantes/sedativos regista um valor semelhante ao do álcool. Em sentido contrário, o consumo de tabaco é o mais frequente em todas as regiões do país.

Figura 6. Prevalência de consumo nos últimos 30 dias, por região (%) 2025



Fonte: DGRDN/ICAD

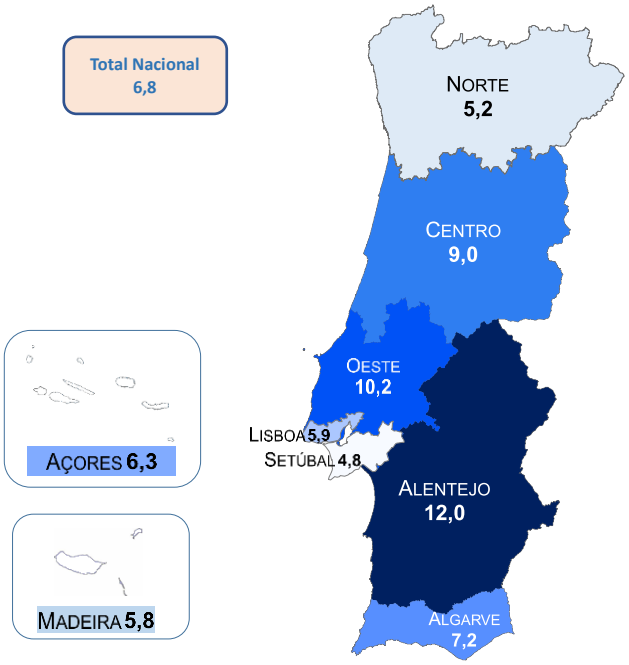
Figura 7. Prevalência de consumo de substâncias ilícitas nos últimos 30 dias, por tipo de substância e região (%) - 2025



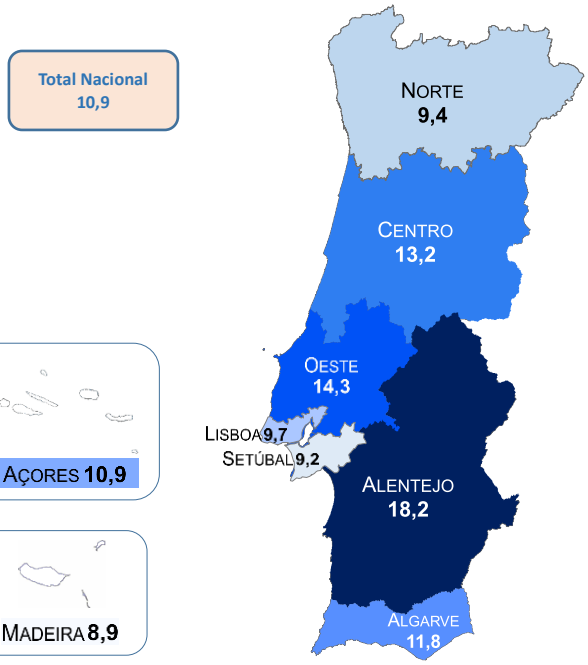
Fonte: DGRDN/ICAD

Figura 8. Prevalência de consumo diário ou quase diário nos últimos 30 dias, entre inquiridos e por região (%) – 2025

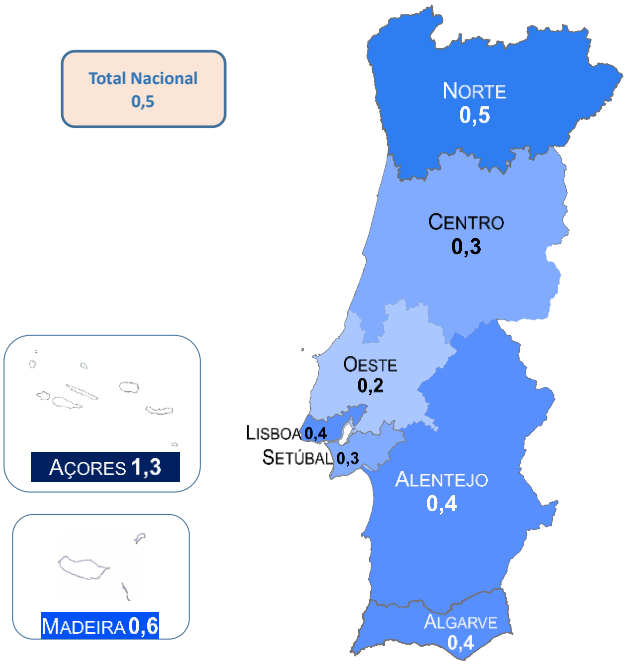
20 ou mais ocasiões de consumo de bebidas alcoólicas



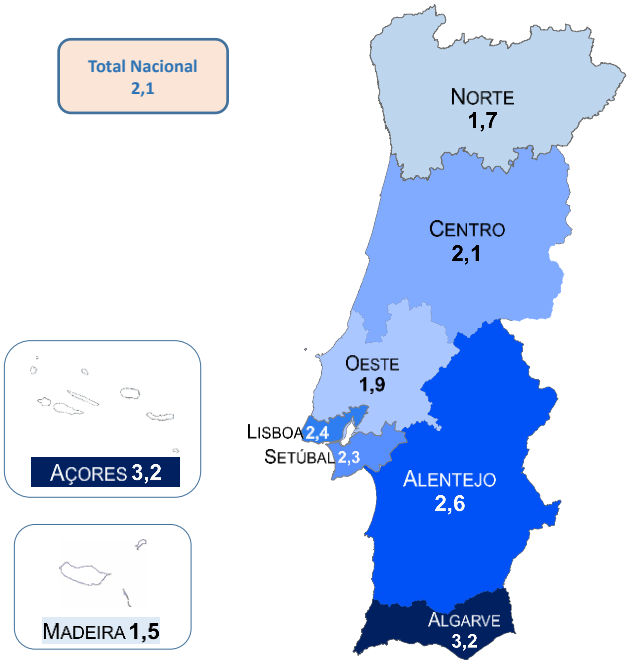
20 ou mais ocasiões de consumo de tabaco



20 ou mais ocasiões de consumo de tranquilizantes/sedativos não-prescritos



20 ou mais ocasiões de consumo de canábis



Fonte: DGRDN/ICAD

Tabela 2. Prevalência de consumo diário ou quase diário nos últimos 30 dias, entre consumidores atuais e por região (%) - 2025

	Norte	Centro	Oeste	Lisboa	Setúbal	Alentejo	Algarve	Açores	Madeira	Total Nacional
Álcool	10,0	14,6	16,2	10,6	8,7	17,0	11,4	12,3	11,5	11,9
Tabaco	38,6	42,4	44,9	38,4	39,1	46,4	42,4	35,7	38,8	40,4
Canábis	21,1	23,2	22,1	21,5	20,7	23,5	24,4	24,9	20,3	22,0
Tranquilizantes/sedativos não-prescritos	21,0	16,0	17,0	21,6	17,4	16,8	22,7	18,3	23,0	19,6

Fonte: DGRDN/ICAD

Utilização da Internet

Tal como se tem vindo a constatar em anteriores relatórios, a utilização da Internet é hoje uma prática perfeitamente massificada entre os jovens de 18 anos. De facto, a percentagem de inquiridos que declaram nunca ter usado a Internet ao longo da vida é praticamente residual em todas as regiões de Portugal, ainda que claramente menos diminuta na Região Autónoma dos Açores em comparação com o conjunto do país (-3pp.).

Península de Setúbal (46%), Madeira (44%) e Grande Lisboa (44%) são as regiões onde mais jovens de 18 anos declaram ter começado a utilizar a Internet com 10 anos ou menos, enquanto mais uma vez a Região Autónoma dos Açores e o Centro se destacam por uma iniciação à Internet menos precoce (10% e 9% dos utilizadores iniciaram-se com 15 anos ou mais, respetivamente) (Tabela 3).

Tabela 3. Idade de Inicio de utilização da Internet, entre utilizadores e por região (%) - 2025

	Norte	Centro	Oeste	Lisboa	Setúbal	Alentejo	Algarve	Açores	Madeira	Nacional
Antes dos 10 anos	37,7	35,2	36,8	43,5	45,5	36,3	37,0	36,7	44,1	39,1
Entre os 10 e os 14 anos	55,0	55,7	56,5	51,3	49,8	56,1	55,8	52,9	49,9	54,0
Aos 15 anos ou mais	7,3	9,0	6,7	5,2	4,6	7,5	7,2	10,4	6,0	6,9

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Entre os jovens, uma das utilizações mais relevantes da Internet diz respeito a PESQUISAS *ONLINE: LER OU ESTUDAR*, sendo que em todas regiões do país a grande maioria declara passar tempo *online* à procura de informação. Esta prática tem maior expressão na Grande Lisboa (84%) e na Península de Setúbal (83%) e menor no Alentejo (75%) e nos Açores (74%), o que constitui uma discrepância assinalável (11 pontos percentuais, descontando os arredondamentos).

Pelo contrário, no que respeita à participação em REDES SOCIAIS digitais, praticamente não se verificam discrepâncias em função da região, sendo que em todo o país poucos são os jovens que declaram não o fazer. Ainda assim, a Região Autónoma dos Açores regista mais uma vez o valor mais baixo, com uma diferença de 3pp. face ao total nacional. O mesmo pode ser dito relativamente à utilização da Internet para ver FILMES, VÍDEOS e TUTORIAIS, com a Região Autónoma dos Açores a registar outra vez um valor inferior ao total nacional (novamente -3 pp).

Já o JOGO *ONLINE* entre os jovens de 18 anos varia de forma mais relevante no plano regional, uma vez que a percentagem que declara fazê-lo varia entre 60%, nas regiões do Oeste e Vale do Tejo e do Centro, e 69%, na Península de Setúbal, o que configura uma diferença de 8 pontos percentuais, se se excluírem os

arredondamentos. No que diz respeito aos JOGOS DE APOSTAS *ONLINE*, as discrepâncias entre regiões são, do ponto de vista proporcional, igualmente expressivas, considerando que em causa estão valores menos elevados. Entre a região com a maior percentagem de jovens a declarar utilizar a Internet para fazer apostas (Açores, com 21%) e a região com a menor (Algarve, com 15%) separam 6 pontos percentuais (Figura 9).

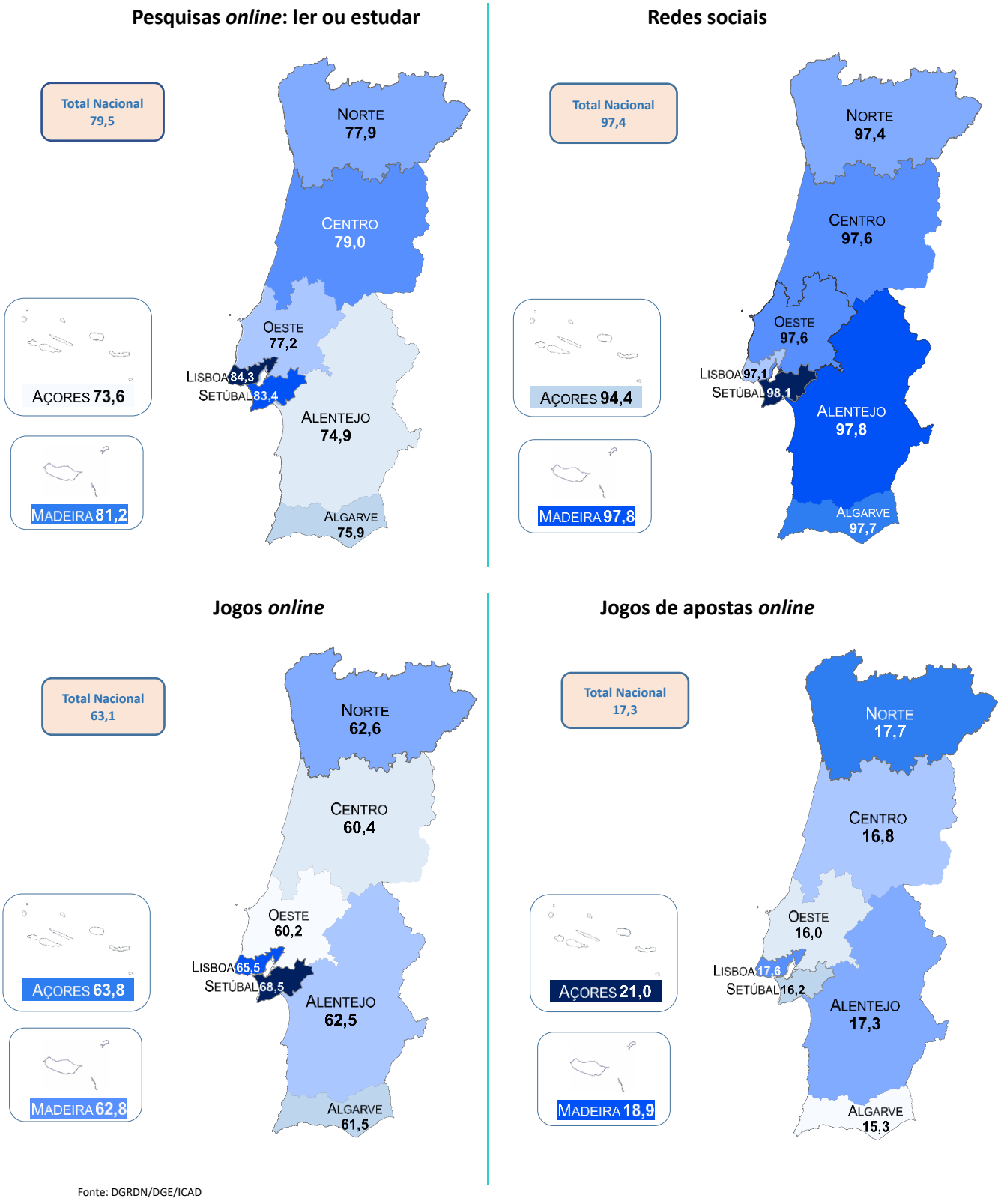
Ainda que faça cada vez menos sentido focar a análise no indicador do tempo passado *online*, na medida em que a tendência da digitalização do quotidiano dos jovens (e não só) se tem revelado inexorável, o TEMPO DIÁRIO de utilização da Internet não deixa, por enquanto, de ser algo importante de analisar, pois permanece um indicador útil para identificar o carácter aditivo, nomeadamente no que diz respeito à participação em redes sociais digitais e ao jogo *online* (*gaming* e *gambling*).

A proporção de frequentadores de redes sociais digitais que afirmam despender nestas plataformas 6 ou mais horas diárias é mais elevada no Açores (18%) e na Península de Setúbal (17%) e menos no Centro (11%), no Oeste e Vale do Tejo (12%) e também no Algarve (12%). Açores e Península de Setúbal são as únicas regiões do país onde a percentagem de utilizadores que passam até uma hora diária em redes sociais é menor do que a percentagem que passa 6 ou mais horas por dia neste tipo de utilização da Internet, sendo igual na Região Autónoma da Madeira (Tabela 4).

No que respeita ao tempo diário passado a jogar *online*, é novamente na Região Autónoma dos Açores que se encontra a maior percentagem de utilizadores que passam 6 ou mais horas por dia nesta utilização da Internet (13%), sendo que o tempo diário de jogo é ligeiramente inferior no Centro e no Algarve, regiões onde cerca de metade dos jogadores passa até 1 hora por dia a jogar *online* (51% e 49%, respetivamente) (Tabela 5).

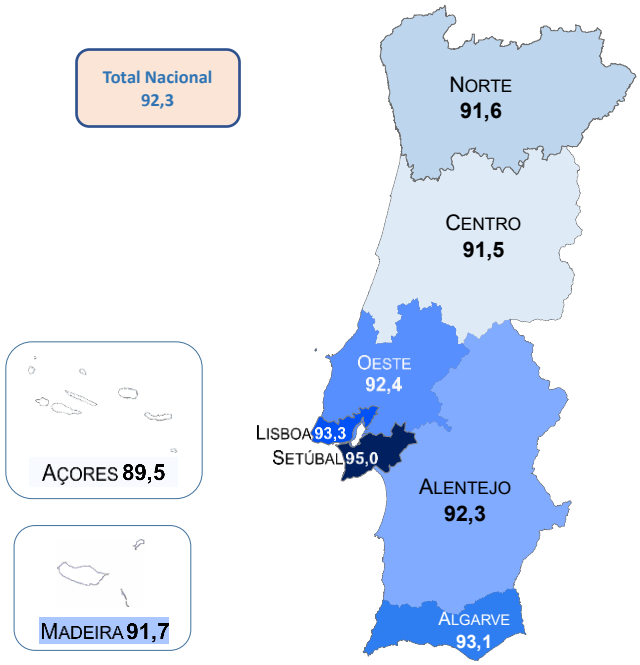
No que concerne ao tempo passado em jogos de apostas através da Internet, a percentagem de utilizadores que declaram utilizar a Internet durante 6 ou mais horas diárias para tal fim é maior nos Açores (16%) e menor na Península de Setúbal (9%) e Algarve (10%), o que traduz uma diferença de 7 pontos percentuais, o que constitui uma discrepância assinalável, considerando que os valores em causa são de uma baixa ordem de grandeza (Tabela 6).

Figura 9. Utilização da Internet, por tipo de utilização e região (%) - 2025



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Filmes, Vídeos e Tutoriais



Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Tabela 4. Nº de horas (por dia) de utilização de Internet em redes sociais, entre utilizadores e por região (%) - 2025

	Norte	Centro	Oeste	Lisboa	Setúbal	Alentejo	Algarve	Açores	Madeira	Nacional
Até 1h	16,2	18,2	17,9	16,7	15,2	16,2	17,4	14,5	15,5	16,6
2h – 3h	46,7	47,1	47,5	45,4	40,9	43,3	47,1	42,1	44,7	45,8
4h – 5h	24,3	23,4	23,2	23,9	26,5	25,7	23,8	25,3	24,6	24,3
6h ou mais	12,9	11,2	11,5	14,0	17,4	14,8	11,7	18,0	15,3	13,3

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Tabela 5. Nº de horas (por dia) de utilização de Internet para jogar, entre jogadores e por região (%) - 2025

	Norte	Centro	Oeste	Lisboa	Setúbal	Alentejo	Algarve	Açores	Madeira	Nacional
Até 1h	47,6	51,0	47,5	46,5	42,2	48,2	49,2	40,8	45,9	47,2
2h – 3h	31,4	29,9	30,0	31,5	33,9	29,0	31,3	32,1	30,6	31,2
4h – 5h	11,7	10,8	12,5	11,9	13,6	13,1	11,9	14,0	14,0	12,1
6h ou mais	9,3	8,3	10,0	10,1	10,2	9,8	7,7	13,1	9,4	9,5

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Tabela 6. Nº de horas (por dia) de utilização de Internet para jogo de apostas, entre jogadores e por região (%) - 2025

	Norte	Centro	Oeste	Lisboa	Setúbal	Alentejo	Algarve	Açores	Madeira	Nacional
Até 1h	61,9	64,3	65,1	63,5	66,2	67,1	63,5	51,9	59,8	63,1
2h – 3h	18,8	17,7	17,5	18,3	18,5	15,0	21,9	20,0	19,2	18,4
4h – 5h	7,9	7,4	6,6	6,5	6,1	7,4	5,1	12,1	9,7	7,4
6h ou mais	11,4	10,6	10,9	11,7	9,2	10,5	9,5	16,0	11,2	11,2

Fonte: DGRDN/DGE/ICAD

Problemas

Ainda que a tendência nacional aponte para um claro crescimento dos problemas decorrentes do consumo de álcool e de drogas ilícitas e também da utilização da Internet entre 2015 e 2025, a maioria dos jovens de 18 anos declara não os ter experienciado nos 12 meses anteriores à inquirição. No plano regional o panorama é variável, sendo que a região Norte se destaca por uma menor experiência deste tipo de problemas tomados em conjunto, enquanto Açores e Península de Setúbal se destacam em sentido contrário. O Norte é a única região que regista valores consistentemente inferiores ao total nacional em todos os indicadores relativos aos problemas (-3pp. no caso do álcool e também da Internet e -1pp. no caso das drogas ilícitas), enquanto, em sentido contrário, na Grande Lisboa e na Península de Setúbal os valores relativos à experiência de problemas relacionados com os comportamentos aditivos em análise estão sempre acima do total nacional.

Quando a análise se faz em função do tipo de comportamento aditivo que lhes está associado, verifica-se que, entre o total de inquiridos, a percentagem que declara ter experienciado recentemente problemas decorrentes do consumo de Álcool é mais elevada nos Açores (37%) e no Alentejo (34%), menor no Norte (29%) e bastante aproximada do total nacional (31%) nas restantes regiões. Também os problemas associados ao uso de drogas ilícitas têm maior expressão nos Açores (25%), enquanto, mais uma vez, o panorama diverge pouco nas restantes regiões do país, onde se regista uma prevalência muito próxima do total nacional (16%). A utilização da Internet está mais associada à experiência de problemas na Península de Setúbal (43%) e na Grande Lisboa (41%) e menos na região Centro (32%), juntamente com Alentejo, Norte e Oeste e Vale do Tejo (33%, nas três regiões), um pouco abaixo do total nacional (35%) (Figura 10).

Ao contrário das prevalências de consumo, em que se assiste a discrepâncias regionais muito acentuadas, no que se refere à experiência de problemas a diferença de valores entre as várias regiões que compõem o país é menos expressiva, ainda que não deixe de ser relevante. Medida entre as regiões com os valores mais e menos elevados, a discrepância regional é ligeiramente menos acentuada no que diz respeito à experiência de problemas decorrentes do consumo de álcool (8pp.) e mais no que se refere ao uso de drogas ilícitas e utilização da Internet (10pp.).

Por outro lado, à semelhança de anos anteriores, verifica-se uma equivalência no caso do álcool que não acontece no caso das drogas ilícitas e da Internet. Isto é, entre os jovens de 18 anos, o Alentejo destaca-se pelo maior consumo de álcool do país e também por uma maior prevalência de comportamentos de risco acrescido associados a esta substância psicoativa, pelo que não é de estranhar que seja nesta região que, entre o total de inquiridos, a experiência de problemas decorrentes da ingestão de bebidas alcoólicas tenha maior expressão. No entanto, de forma contrastante, o Algarve – que é a região com o maior nível de uso de canábis, a principal droga ilícita consumida – não é onde os problemas decorrentes do consumo de drogas ilícitas são mais prevalentes, indicador em que a Região Autónoma dos Açores se destaca, o que muito provavelmente está relacionado com o elevado consumo de outras drogas ilícitas que não canábis nesta última região. Também a experiência de problemas decorrentes da utilização da Internet não é mais prevalente nos Açores –

região que regista uma utilização mais frequente (em número de horas diárias) em redes sociais, jogo eletrónico *online* e jogo de apostas –, mas antes na Península de Setúbal e na Grande Lisboa, regiões onde a iniciação à Internet se faz de uma forma mais precoce. Tal reforça a ideia de que, no caso de algumas adições comportamentais, olhar unicamente para o tempo de utilização dos dispositivos pode ser claramente insuficiente.

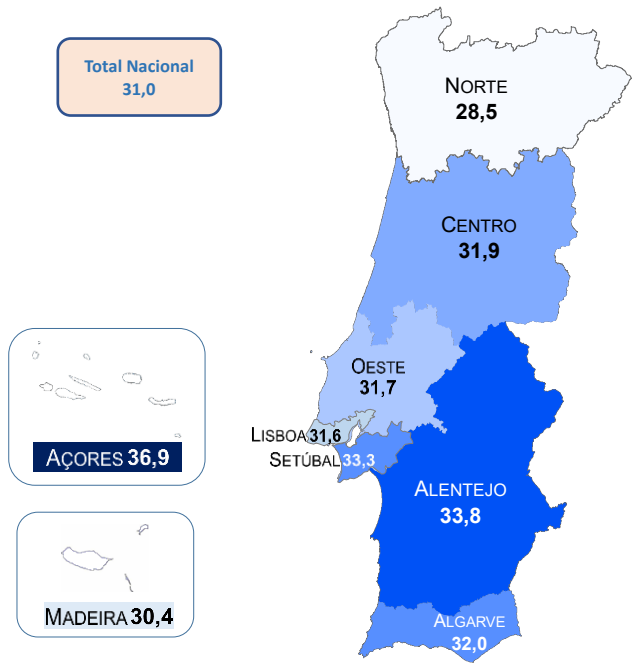
Em quase todas as regiões do país, entre o total de inquiridos, a utilização da Internet está associada a uma dimensão problemática mais acentuada do que o consumo de substâncias psicoativas, embora se deva tomar em consideração que uma é, entre os jovens, uma prática perfeitamente massificada e outra não tanto. Alentejo e Açores constituem exceções à regra, pois nestas duas regiões a percentagem de inquiridos que experienciaram recentemente problemas decorrentes do consumo de álcool é maior do que a percentagem de inquiridos que experienciaram problemas decorrentes da utilização da Internet durante o mesmo período, ainda que a diferença seja pouco acentuada. Por outro lado, em todo o país a experiência de problemas associados ao consumo de drogas ilícitas é a menos declarada pelos inquiridos, embora seja preciso ter em conta de que se trata do comportamento aditivo menos prevalente entre esta população (Tabela 7).

A nível nacional, entre os respetivos consumidores/utilizadores, a experiência recente de problemas associados é ligeiramente maior no que respeita à Internet (35%) do que ao álcool e às drogas ilícitas (32%, em ambos os casos). Esta tendência verifica-se nas regiões Norte, Grande Lisboa, Península de Setúbal, Algarve e Madeira. Em contraste com o conjunto do país, no Alentejo e nos Açores, entre os respetivos consumidores/utilizadores, os problemas decorrem mais do consumo de álcool. O Norte é a única região que regista valores sempre inferiores ao total nacional.

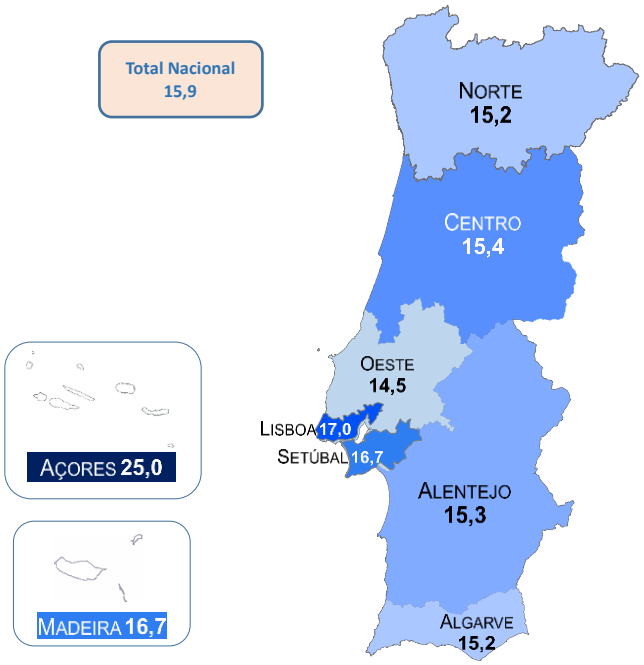
Analisando a dimensão problemática em função dos problemas concretos, verifica-se que em todas as regiões o mal-estar emocional (desmotivação, tristeza, insatisfação, solidão, ansiedade) é o tipo de problemas que mais está associado ao consumo de álcool e à utilização da Internet. No entanto, no que se refere ao consumo de drogas ilícitas, há algumas regiões em que, entre os consumidores recentes, os problemas mais associados a este comportamento aditivos são de natureza sexual (relações desprotegidas): Centro, Oeste e Vale do Tejo, Península de Setúbal, Alentejo, Açores e Madeira (Figura 11).

Figura 10. Experiência de problemas relacionados com comportamentos aditivos nos últimos 12 meses, entre inquiridos e por tipo de CAD e região (%) – 2025

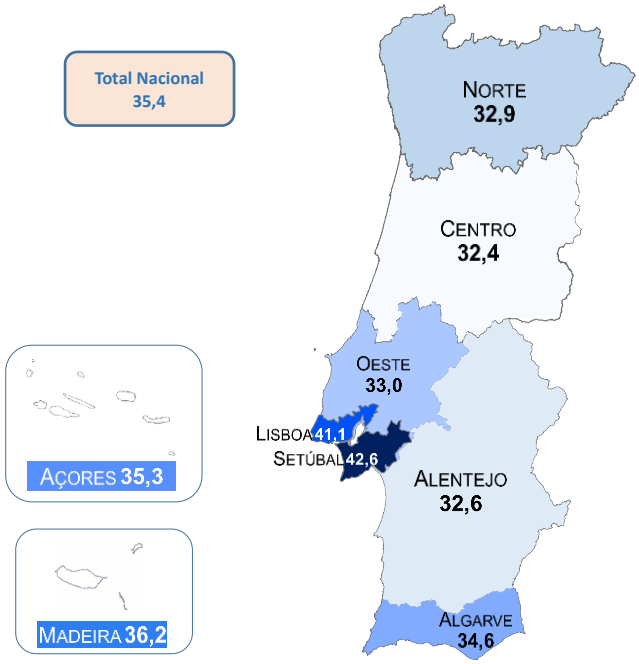
Problemas relacionados com o consumo de álcool



Problemas relacionados com o uso de drogas ilícitas



Problemas relacionados com o uso de Internet



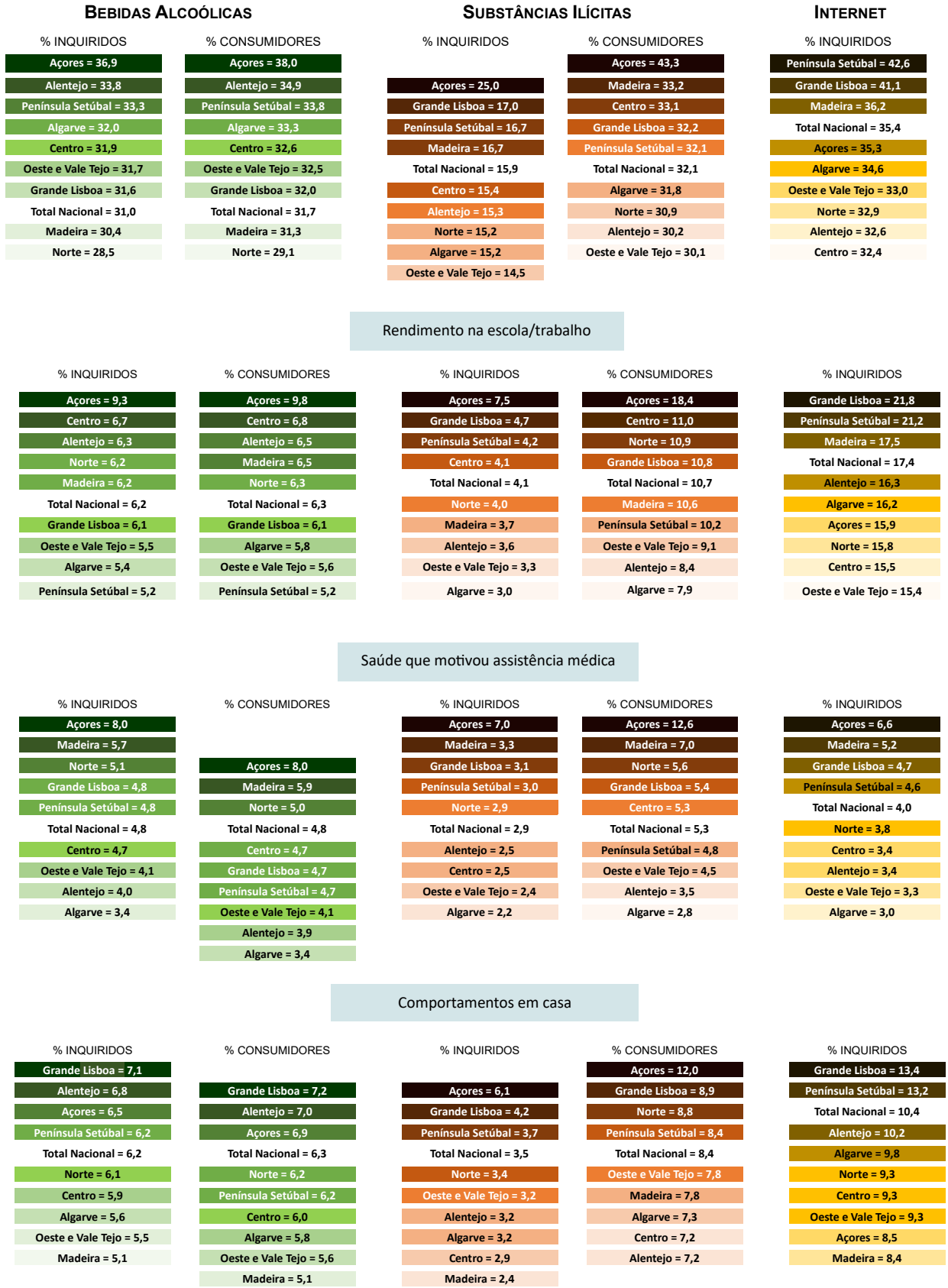
Fonte: DGRDN/ICAD

Tabela 7. Experiência de problemas relacionados com comportamentos aditivos nos últimos 12 meses, entre inquiridos, por tipo de CAD e região (%) - 2025

Região	Álcool	Drogas ilícitas	Internet
Norte	28,5	15,2	**32,9**
Centro	31,9	15,4	**32,4**
Oeste	31,7	14,5	**33,0**
Lisboa	31,6	17,0	**41,1**
Setúbal	33,3	16,7	**42,6**
Alentejo	**33,8**	15,3	32,6
Algarve	32,0	15,2	**34,6**
Açores	**36,9**	25,0	35,3
Madeira	30,4	16,7	**36,2**

Fonte: DGRDN/ICAD

Figura 11. Experiência de problemas relacionados com comportamentos aditivos nos últimos 12 meses, entre inquiridos e consumidores / utilizadores, por tipo de CAD, tipo de problema e região (%) - 2025



BEBIDAS ALCOÓLICAS		SUBSTÂNCIAS ILÍCITAS		INTERNET
Financeiros				
% INQUIRIDOS	% CONSUMIDORES	% INQUIRIDOS	% CONSUMIDORES	% INQUIRIDOS
Açores = 6,3	Açores = 6,2	Açores = 5,5	Açores = 12,5	Açores = 5,2
Grande Lisboa = 5,3	Centro = 5,3	Grande Lisboa = 3,2	Madeira = 8,1	Madeira = 5,2
Centro = 5,2	Grande Lisboa = 5,3	Madeira = 3,0	Centro = 7,1	Algarve = 5,2
Madeira = 5,2	Alentejo = 5,3	Alentejo = 2,9	Grande Lisboa = 6,6	Grande Lisboa = 4,9
Alentejo = 5,1	Madeira = 5,2	Centro = 2,8	Total Nacional = 6,6	Alentejo = 4,7
Total Nacional = 4,9	Total Nacional = 4,9	Total Nacional = 2,8	Norte = 6,4	Península Setúbal = 4,6
Norte = 4,6	Algarve = 4,7	Norte = 2,6	Alentejo = 6,2	Total Nacional = 4,2
Península Setúbal = 4,6	Norte = 4,6	Península Setúbal = 2,7	Península Setúbal = 6,1	Centro = 4,0
Oeste e Vale Tejo = 4,5	Oeste e Vale Tejo = 4,5	Algarve = 2,3	Oeste e Vale Tejo = 5,5	Oeste e Vale Tejo = 3,9
Algarve = 4,5	Península Setúbal = 4,5	Oeste e Vale Tejo = 2,3	Algarve = 4,9	Norte = 3,6
Atos de violência, conduta desordeira				
% INQUIRIDOS	% CONSUMIDORES	% INQUIRIDOS	% CONSUMIDORES	% INQUIRIDOS
	Açores = 4,2	Açores = 3,6		Açores = 4,1
	Alentejo = 2,6	Madeira = 1,6		Grande Lisboa = 2,3
	Grande Lisboa = 2,5	Norte = 1,5	Açores = 9,1	Madeira = 2,2
Açores = 4,0	Madeira = 2,3	Grande Lisboa = 1,5	Norte = 5,0	Península Setúbal = 2,1
Alentejo = 2,5	Centro = 2,2	Península Setúbal = 1,5	Madeira = 4,5	Total Nacional = 1,9
Grande Lisboa = 2,4	Algarve = 2,2	Total Nacional = 1,5	Total Nacional = 4,3	Norte = 1,7
Total Nacional = 2,2	Total Nacional = 2,2	Centro = 1,3	Centro = 4,1	Centro = 1,7
Madeira = 2,1	Norte = 2,1	Alentejo = 1,3	Península Setúbal = 3,9	Oeste e Vale Tejo = 1,7
Centro = 2,1	Península Setúbal = 2,0	Algarve = 1,2	Grande Lisboa = 3,8	Alentejo = 1,7
Algarve = 2,1	Oeste e Vale Tejo = 1,8	Oeste e Vale Tejo = 0,9	Alentejo = 3,6	Algarve = 1,5
Norte = 2,0			Algarve = 3,2	
Península Setúbal = 2,0			Oeste e Vale Tejo = 2,8	
Oeste e Vale Tejo = 1,8				
Relações sexuais sem preservativo				
% INQUIRIDOS	% CONSUMIDORES	% INQUIRIDOS	% CONSUMIDORES	% INQUIRIDOS
Alentejo = 17,0	Alentejo = 17,6	Açores = 12,1		
Açores = 16,4	Açores = 16,9	Península Setúbal = 8,4	Açores = 21,7	Açores = 10,3
Oeste e Vale Tejo = 15,5	Oeste e Vale Tejo = 15,9	Alentejo = 8,0	Península Setúbal = 17,6	Península Setúbal = 7,1
Península Setúbal = 14,5	Península Setúbal = 14,8	Grande Lisboa = 7,9	Centro = 17,2	Grande Lisboa = 6,8
Algarve = 14,2	Algarve = 14,8	Oeste e Vale Tejo = 7,7	Madeira = 16,4	Madeira = 6,7
Grande Lisboa = 13,8	Centro = 14,0	Total Nacional = 7,6	Total Nacional = 16,3	Total Nacional = 6,2
Centro = 13,7	Grande Lisboa = 13,9	Madeira = 7,4	Oeste e Vale Tejo = 16,1	Oeste e Vale Tejo = 6,1
Total Nacional = 13,5	Total Nacional = 13,8	Centro = 7,3	Grande Lisboa = 15,9	Norte = 5,7
Madeira = 13,3	Madeira = 13,7	Norte = 7,1	Alentejo = 15,7	Alentejo = 5,6
Norte = 11,5	Norte = 11,8	Algarve = 7,0	Norte = 15,4	Centro = 5,5
			Algarve = 15,3	Algarve = 5,2
Mal-estar emocional				
% INQUIRIDOS	% CONSUMIDORES	% INQUIRIDOS	% CONSUMIDORES	% INQUIRIDOS
	Península Setúbal = 21,7	Açores = 11,4		
	Açores = 20,5	Península Setúbal = 9,0	Açores = 20,6	Península Setúbal = 25,5
	Grande Lisboa = 19,8	Grande Lisboa = 8,8	Península Setúbal = 18,0	Grande Lisboa = 23,1
Península Setúbal = 21,2	Alentejo = 19,8	Madeira = 8,1	Grande Lisboa = 17,6	Total Nacional = 19,9
Açores = 19,7	Centro = 19,5	Algarve = 7,9	Algarve = 17,6	Algarve = 19,3
Grande Lisboa = 19,4	Madeira = 19,3	Total Nacional = 7,9	Total Nacional = 16,8	Madeira = 19,0
Alentejo = 19,2	Oeste e Vale Tejo = 19,2	Norte = 7,6	Centro = 16,6	Norte = 18,7
Centro = 19,0	Algarve = 19,2	Centro = 7,4	Madeira = 16,2	Oeste e Vale Tejo = 18,6
Total Nacional = 18,6	Total Nacional = 19,2	Alentejo = 7,2	Norte = 16,1	Açores = 18,3
Oeste e Vale Tejo = 18,5	Norte = 17,7	Oeste e Vale Tejo = 6,8	Alentejo = 15,1	Centro = 17,8
Algarve = 18,4			Oeste e Vale Tejo = 15,0	Alentejo = 17,2
Madeira = 18,4				
Norte = 17,2				

Evolução
2015-2025

Substâncias psicoativas

À semelhança do que se verificou nas duas anteriores edições do estudo, a nível nacional[1] o consumo de ÁLCOOL voltou a descer entre 2024 e 2025, sendo o decréscimo de 2 pontos percentuais nas três temporalidades consideradas. No que se refere aos comportamentos nocivos associados à ingestão de bebidas alcoólicas analisados, apenas o consumo *binge* desceu na mesma ordem de grandeza, pois o decréscimo relativo à embriaguez severa praticamente não teve expressão e o relativo ao consumo diário foi residual. Em 2024, com exceção da embriaguez severa, em todos os outros indicadores relativos ao álcool registam-se a nível nacional os valores mais baixos desde que o estudo teve início, em 2015.

Exceto o Alentejo, todas as regiões do país acompanham a tendência nacional de descida da **experimentação** de bebidas alcoólicas registada entre 2024 e 2025, sendo que, face ao ano anterior, o decréscimo foi mais expressivo em Lisboa (-3pp.) e menos no Centro, Madeira e Algarve (-1pp., nas três regiões). Em contraciclo com o conjunto do país, a prevalência de consumo de álcool ao longo da vida subiu um ponto percentual no Alentejo, o que faz com que, como já apontado, a região se afaste cada vez mais do total nacional (Figura 12).

Em comparação com a edição precedente, também o **consumo recente** de bebidas alcoólicas desceu em todas as regiões, exceto mais uma vez no Alentejo. O decréscimo foi aproximado nas várias regiões, variando entre -1pp., no Centro, e -3pp., em Lisboa, Norte e Açores. Apesar de residual, também aqui a subida verificada no Alentejo contribui por afastar a região das restantes e do total nacional (Figura 13).

Todas as regiões do país acompanham a tendência nacional de descida de **consumo atual** de bebidas alcoólicas registada entre 2024 e 2025, novamente com a exceção do Alentejo. O decréscimo foi residual no Algarve e não despicienda (-2pp.) nas restantes regiões. De forma contrastante, no Alentejo verificou-se uma subida de dois pontos percentuais, o que marca um afastamento assinalável da região face ao total nacional (Figura 14).

Entre 2024 e 2025, em linha com a tendência nacional, assistiu-se em todas as regiões de Portugal a uma descida do **consumo *binge*** no último ano, sendo que o decréscimo foi aproximado no plano regional, na medida em que todas as regiões registaram um decréscimo próximo do verificado no conjunto do país (-2pp.) (Figura 15).

Entre 2024 e 2025, a nível nacional, o valor referente à **embriaguez severa** nos últimos 12 meses baixou muito ligeiramente, sendo que a nível regional os valores também pouco se alteraram. Registam-se pequenas descidas sobretudo em Lisboa, Algarve e Açores (-1pp, nas três regiões), enquanto a prevalência subiu residualmente no Centro e na Madeira (Figura 16).

[1] Para uma análise mais detalhada dos resultados a nível do total do país, consultar relatório nacional (Carapinha, Calado & Neto, 2026). Aí também se poderá constatar que nem sempre a tendência entre os inquiridos é a mesma que se verifica entre os consumidores, grupo em que por vezes se registam subidas em contraciclo com o que se passa entre o total dos inquiridos.

Face ao estudo anterior, os valores relativos ao indicador do **consumo diário ou quase diário** de álcool mantiveram-se na mesma ordem de grandeza em todas as regiões do país. Norte, Madeira e Centro são as únicas onde, nos últimos anos, se tem verificado uma descida deste tipo de padrão de consumo, pois nas restantes regiões a tendência parece ser de estabilização (Figura 17).

À semelhança do que tem acontecido ano após anos desde 2015, a nível nacional há cada vez menos jovens de 18 anos a consumir TABACO, sendo que, face ao ano precedente, em 2025 registou-se uma descida de 2 pontos percentuais no que se refere ao consumo nos últimos 12 meses e de 1pp. no que se refere ao consumo num base diária nos últimos 30 dias.

Todas as regiões acompanham a tendência nacional de descida do **consumo recente** de tabaco, ainda que a diferentes velocidades, pois se na região Centro, entre 2024 e 2025, a prevalência desceu 1pp., no Algarve registou-se um decréscimo muito mais expressivo (-7pp.) (Figura 18). Já acerca do **consumo diário ou quase diário** não se pode dizer o mesmo, uma vez que no Centro se verificou uma subida residual, em contraciclo com a tendência nacional. Foi na Região Autónoma dos Açores que a percentagem de jovens a consumir tabaco numa base diária mais desceu face ao ano anterior (-2pp.) (Figura 19).

A nível nacional, entre 2024 e 2025, o consumo de DROGAS ILÍCITAS tornou-se menos prevalente nas três temporalidades consideradas. Quanto à **experimentação** de drogas ilícitas, nem todas as regiões acompanham a tendência nacional de descida (-3pp.), visto que nos Açores se verificou uma subida residual face ao ano anterior. Nas restantes regiões, o decréscimo foi semelhante ao verificado no conjunto do país, com descidas entre 2pp. e 3pp. (Figura 20). O mesmo pode ser dito acerca do **consumo recente** de drogas ilícitas, pois mais uma vez a Região Autónoma dos Açores se destaca ao não acompanhar a tendência nacional de descida (-2pp.), registando um pequeno aumento (+1pp.). Nas restantes regiões o decréscimo foi semelhante ao verificado no conjunto do país (Figura 21). É no que concerne ao **consumo atual** de drogas ilícitas que se verificam tendências regionais mais discrepantes: Norte, Centro, Lisboa e Madeira acompanham a tendência nacional de descida (-1pp.) verificada entre 2024 e 2025, enquanto no Algarve a tendência é de estabilização e no Alentejo e nos Açores se verificou um pequeno aumento das prevalências (Figura 22).

Por tipo de substância ilícita, o consumo recente de canábis desceu entre 2024 e 2025 em todas as regiões do país, sendo que de forma mais relevante no Norte (-3pp.) e menos nos Açores, onde a descida é tão residual (0.2pp.) que se deve falar antes de estabilização. Os valores relativos às restantes substâncias ilícitas pouco se alteraram, assistindo-se no plano regional a pequenas variações (menos de 1pp.) face ao ano anterior, com exceção dos Açores, pois nesta Região Autónoma as prevalências de consumo recente de anfetaminas/metanfetaminas, alucinogénios, cocaína e heroína aumentaram 2 pontos percentuais entre 2024 e 2025, enquanto as prevalências de NSP aumentaram 3pp.

Ainda que tenham vindo paulatinamente a decrescer desde 2016, face ao estudo anterior, os valores referentes ao **consumo diário ou quase diário** de canábis praticamente não se alteraram no conjunto do país e também no plano regional (Figura 23).

Entre 2024 e 2025, seja em que temporalidade for, o consumo não-prescrito de TRANQUILIZANTES/SEDATIVOS apresenta a nível nacional uma tendência de estabilização. No que respeita à **experimentação**, a única região onde, face ao ano anterior, se verificou uma flutuação relevante foi nos Açores, onde se assiste a um aumento relevante (+3pp.), sendo que nas restantes regiões os valores pouco se alteraram (Figura 24). O mesmo é válido para o **consumo recente** (Figura 25) e **atual** (Figura 26), com os Açores a registarem um aumento de 2pp. (em ambas as temporalidades) e as restantes regiões a assistirem mais uma vez a uma tendência de estabilização (Figura 26).

Internet

Face ao último estudo, a percentagem de jovens de 18 anos que declararam usar a Internet para fazer jogos de apostas pouco se alterou a nível nacional, apesar de se confirmar (de forma tímida, é certo) a tendência de subida identificada na anterior edição do estudo. Entre 2024 e 2025, os valores mantiveram-se mais ou menos os mesmos em quatro regiões do país: Norte, Centro, Alentejo e Algarve. Pelo contrário, Lisboa (+1pp.) e Açores (+2pp.) registam um aumento com alguma expressão, enquanto na Madeira se verifica uma descida igualmente não despicienda (-1pp.) (Figura 27).

Problemas

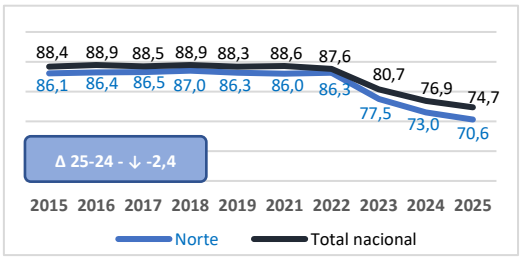
A última edição do estudo apontava para uma tendência de estabilização a nível nacional dos PROBLEMAS relacionados com a ingestão de bebidas alcoólicas, com o consumo de substâncias ilícitas e com a utilização da Internet, depois de se ter assistido, entre 2017 e 2023, a uma tendência de aumento generalizado. Os dados agora obtidos confirmam que, entre o total de inquiridos, a experiência de problemas relacionados com comportamentos aditivos deixou mesmo de crescer, tanto a nível nacional como na maior parte das regiões.

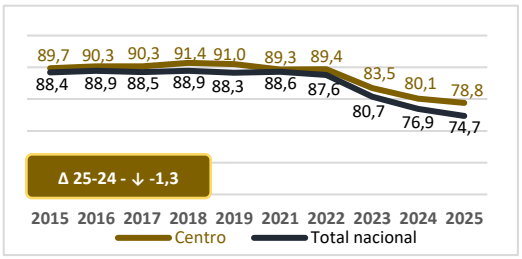
No conjunto do país, entre 2024 e 2025, a percentagem de jovens de 18 anos que declararam ter experienciado nos últimos 12 meses problemas decorrentes do consumo de **álcool** não se alterou. A nível regional, contudo, registam-se variações relevantes em ambos os sentidos, nomeadamente nos Açores, onde se verificou um aumento considerável (+4pp.), e no Algarve, região que registou uma descida relevante (-2pp.) (Figura 28).

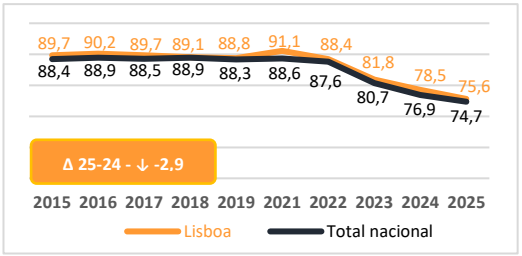
Também no que diz respeito aos problemas relacionados com o consumo de **drogas ilícitas** o panorama regional é muito variável: enquanto os valores pouco se alteraram no conjunto do país, os Açores destacam-se mais uma vez como a região com a maior subida (+3pp.), enquanto Algarve, Alentejo e Madeira se destacam em sentido contrário (-2pp.) (Figura 29).

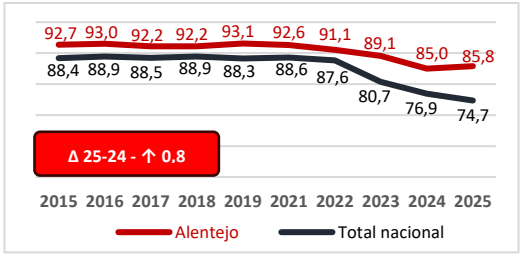
Já a evolução dos problemas relacionados com a utilização da **Internet** varia menos entre regiões. Com exceção do Alentejo, todas as outras regiões acompanham a tendência nacional de pequena descida (-1pp.). Em contraciclo, regista-se uma subida residual deste tipo de problemas no Alentejo, o que aproxima a região do total nacional (Figura 30).

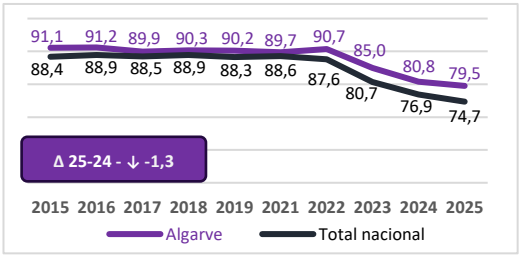
Figura 12 **ÁLCOOL**
Prevalência de consumo ao longo da vida (%)
por região face ao total nacional, 2015-2025

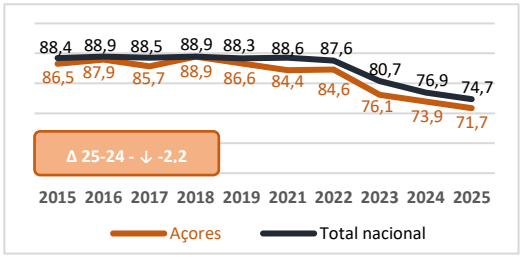


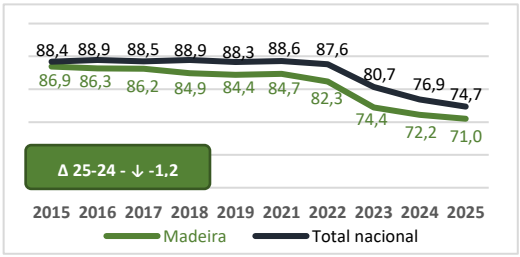






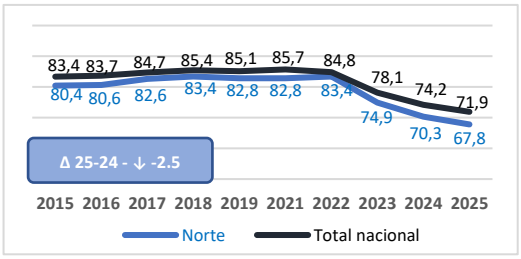


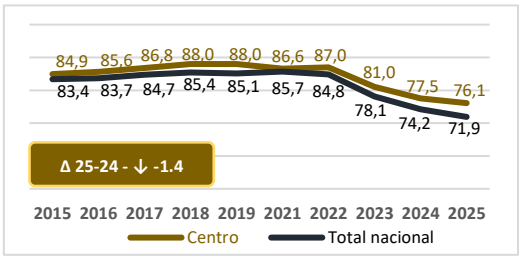


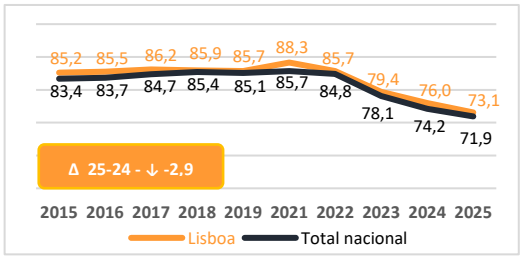


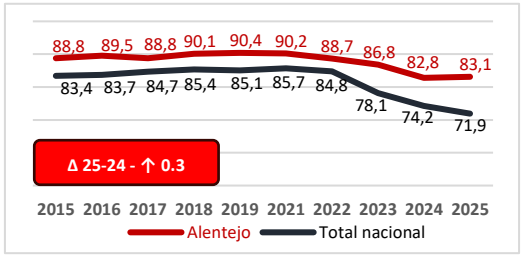
Nacional
Δ 25-24 - ↓ -2,2

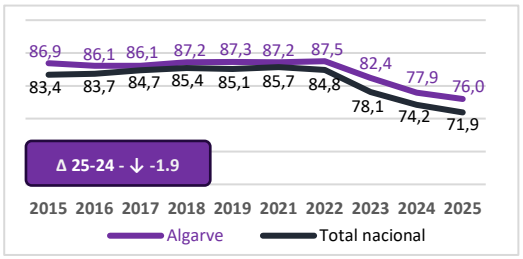
Figura 13 **ÁLCOOL**
Prevalência de consumo nos últimos 12 meses (%)
por região face ao total nacional, 2015-2025

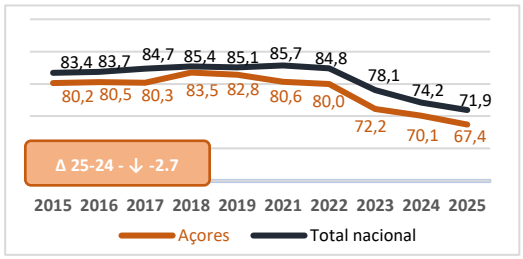


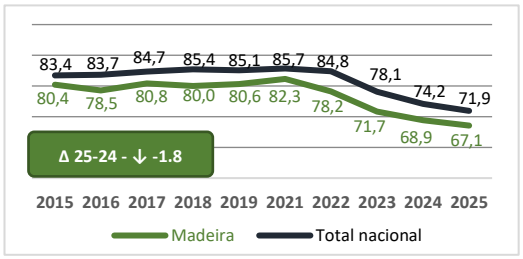






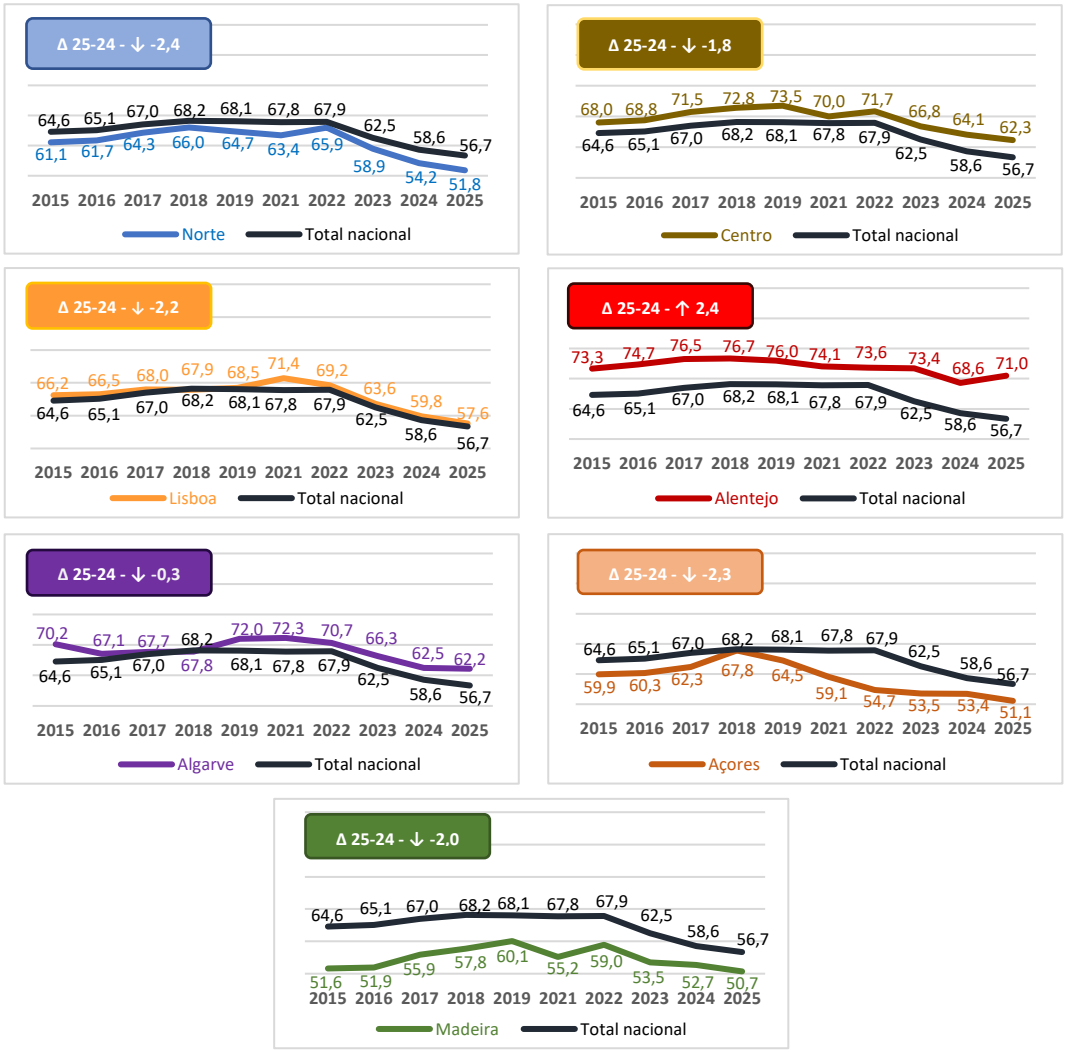






Nacional
Δ 25-24 - ↓ -2,3

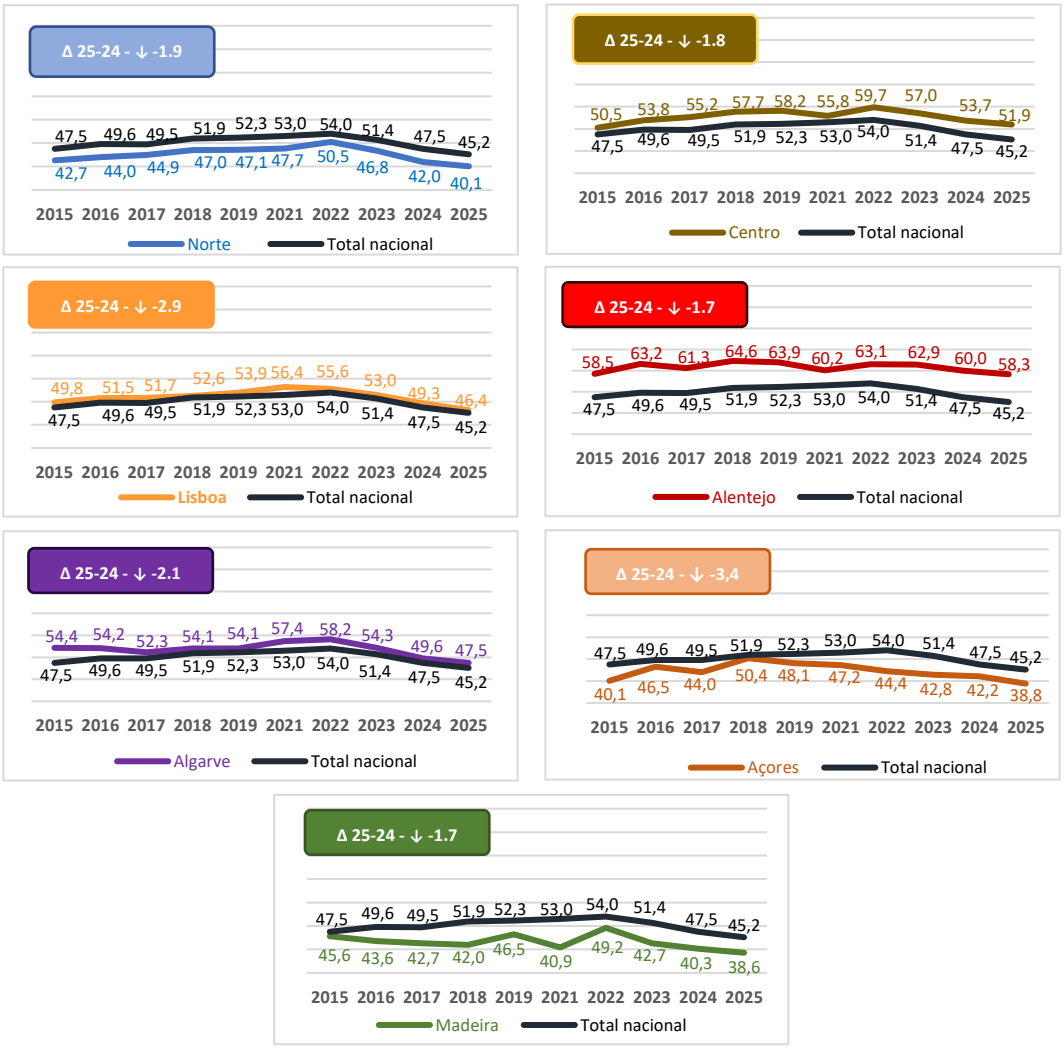
Figura 14 **ÁLCOOL**
Prevalência de consumo nos últimos 30 dias (%)
por região face ao total nacional, 2015-2025



Nacional
Δ 25-24 - ↓ -1,9

Figura 15 **ÁLCOOL**

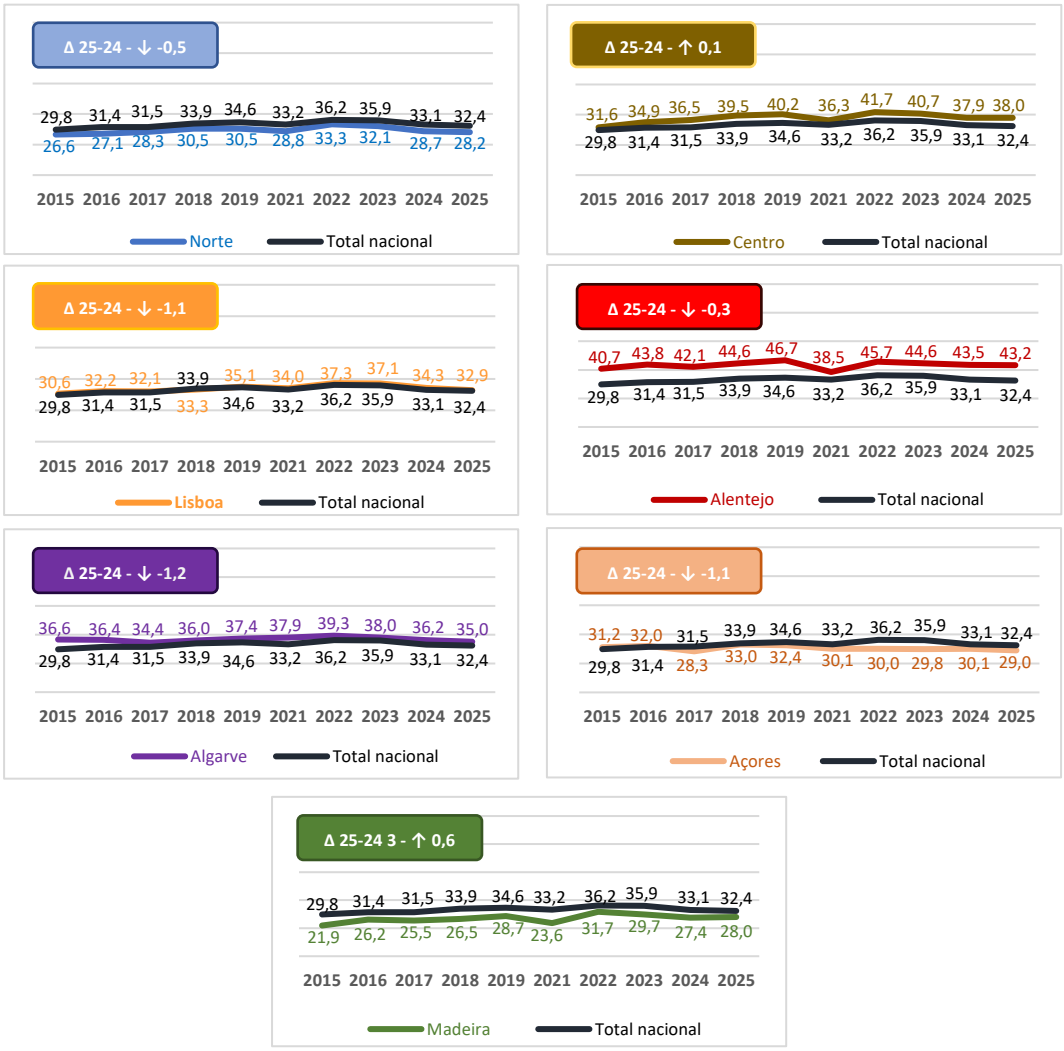
Prevalência de consumo *binge* nos últimos 12 meses (%)
por região face ao total nacional, 2015-2025



Nacional
Δ 25-24 - ↓ -2,3

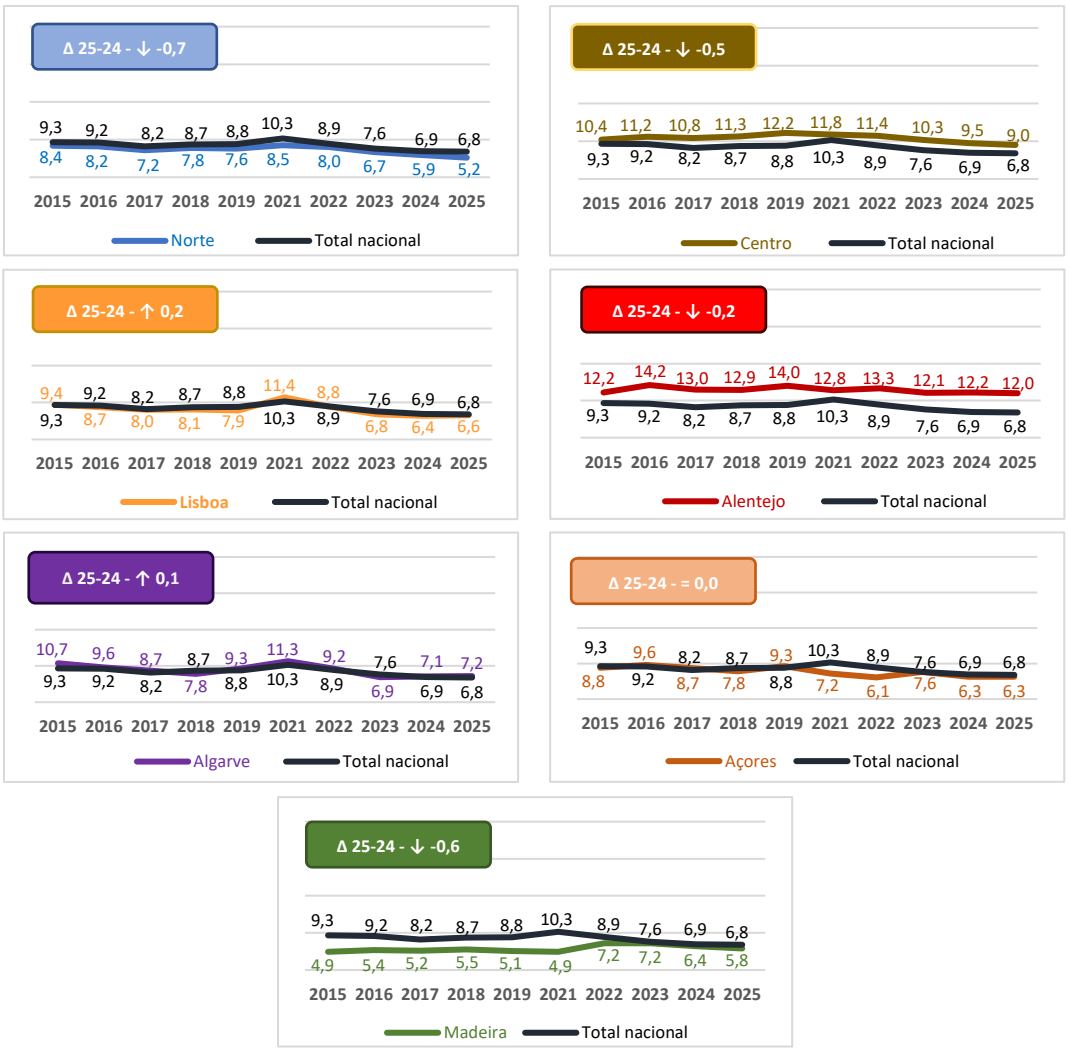
Figura 16 **ÁLCOOL**

Prevalência de embriaguez severa nos últimos 12 meses (%)
por região face ao total nacional, 2015-2025



Nacional
Δ 25-24 - ↓ -0,7

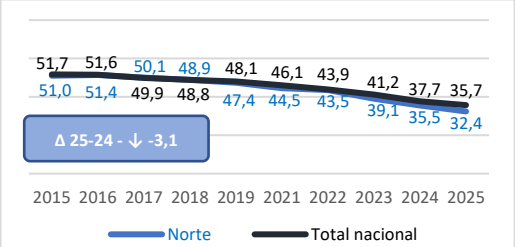
Figura 17 **ÁLCOOL**
Prevalência de consumo diário* nos últimos 30 dias (%)
por região face total nacional (inquiridos), 2015-2025

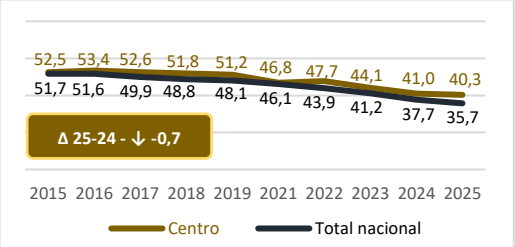


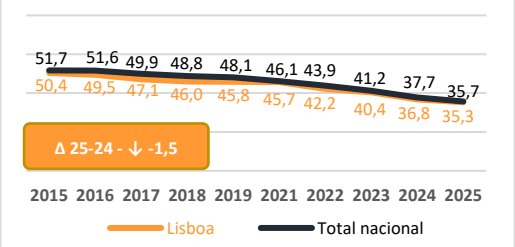
Nacional
Δ 25-24 - ↓ -0,1

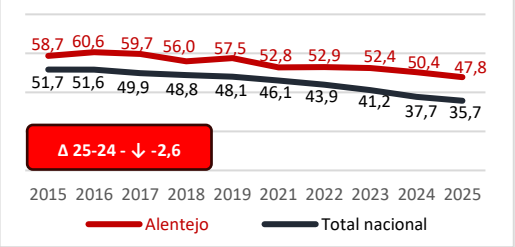
* Consumo diário ou quase diário = 20 ou mais ocasiões nos últimos 30 dias

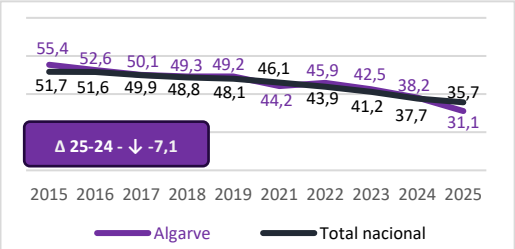
Figura 18 **TABACO**
Prevalência de consumo nos últimos 12 meses (%)
por região face total nacional, 2015-2025

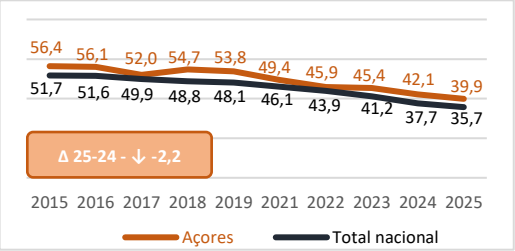


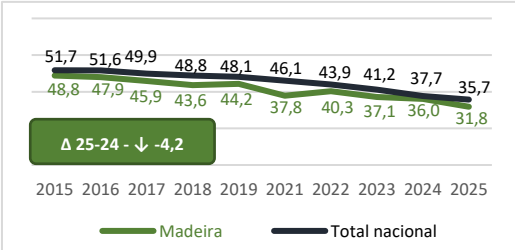






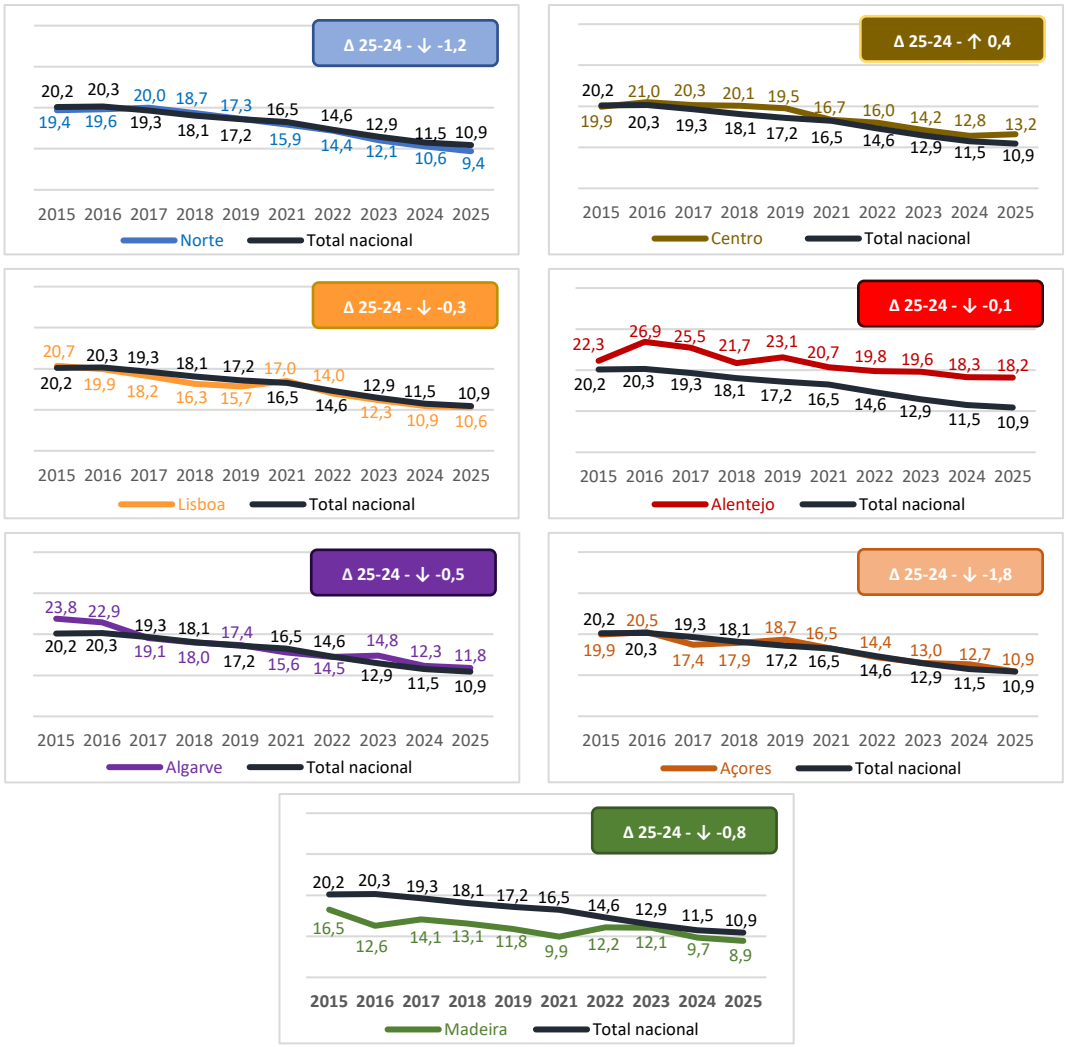






Nacional
Δ 25-24 - ↓ -2,0

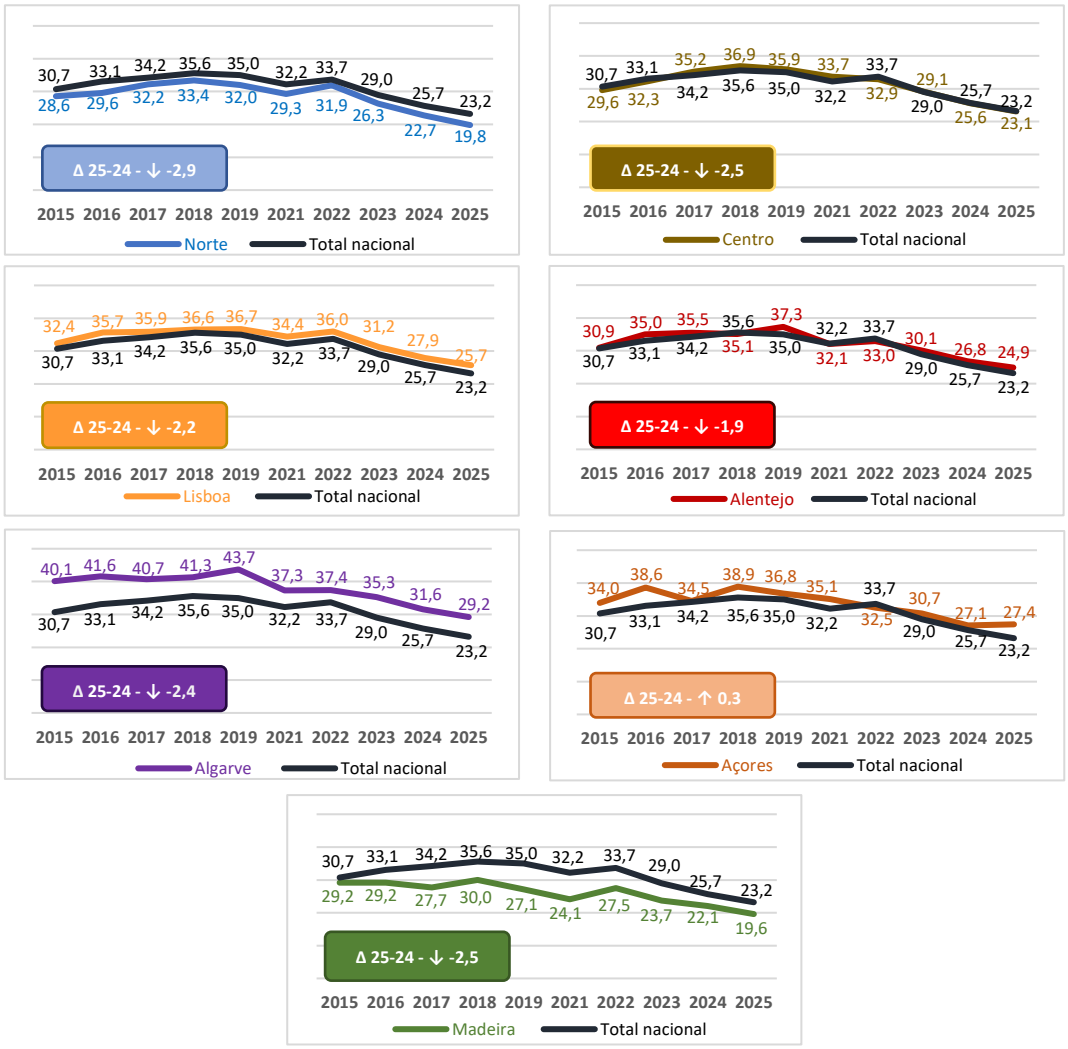
Figura 19 **TABACO**
Prevalência de consumo diário* nos últimos 30 dias (%)
por região face total nacional (inquiridos), 2015-2025



Nacional
Δ 25-24 - ↓ -0,6

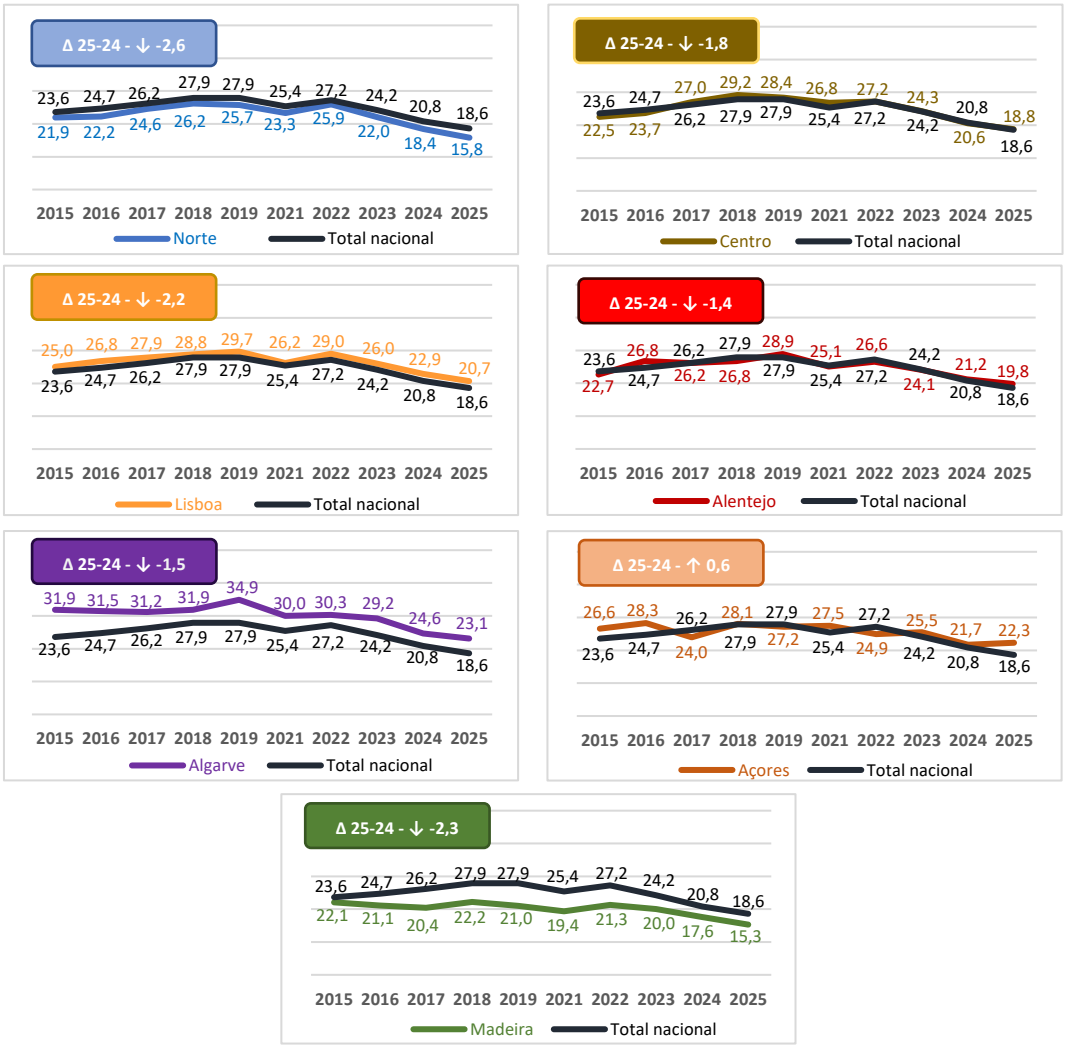
* Consumo diário ou quase diário = 20 ou mais ocasiões nos últimos 30 dias

Figura 20 **DROGAS ILÍCITAS**
Prevalência de consumo ao longo da vida (%)
por região face ao total nacional, 2015-2025



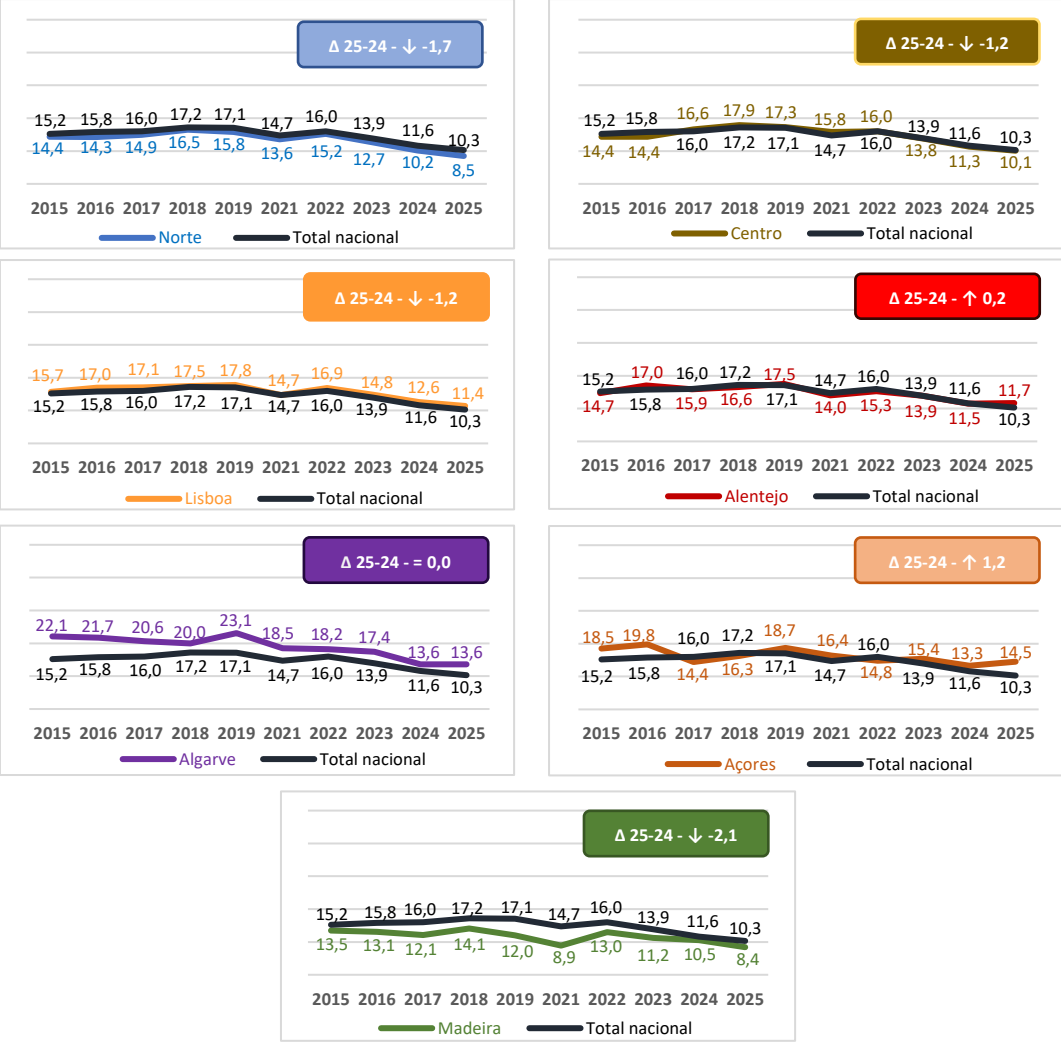
Nacional
Δ 25-24 - ↓ -2,5

Figura 21 **DROGAS ILÍCITAS**
Prevalência de consumo nos últimos 12 meses (%)
por região face ao total nacional, 2015-2025



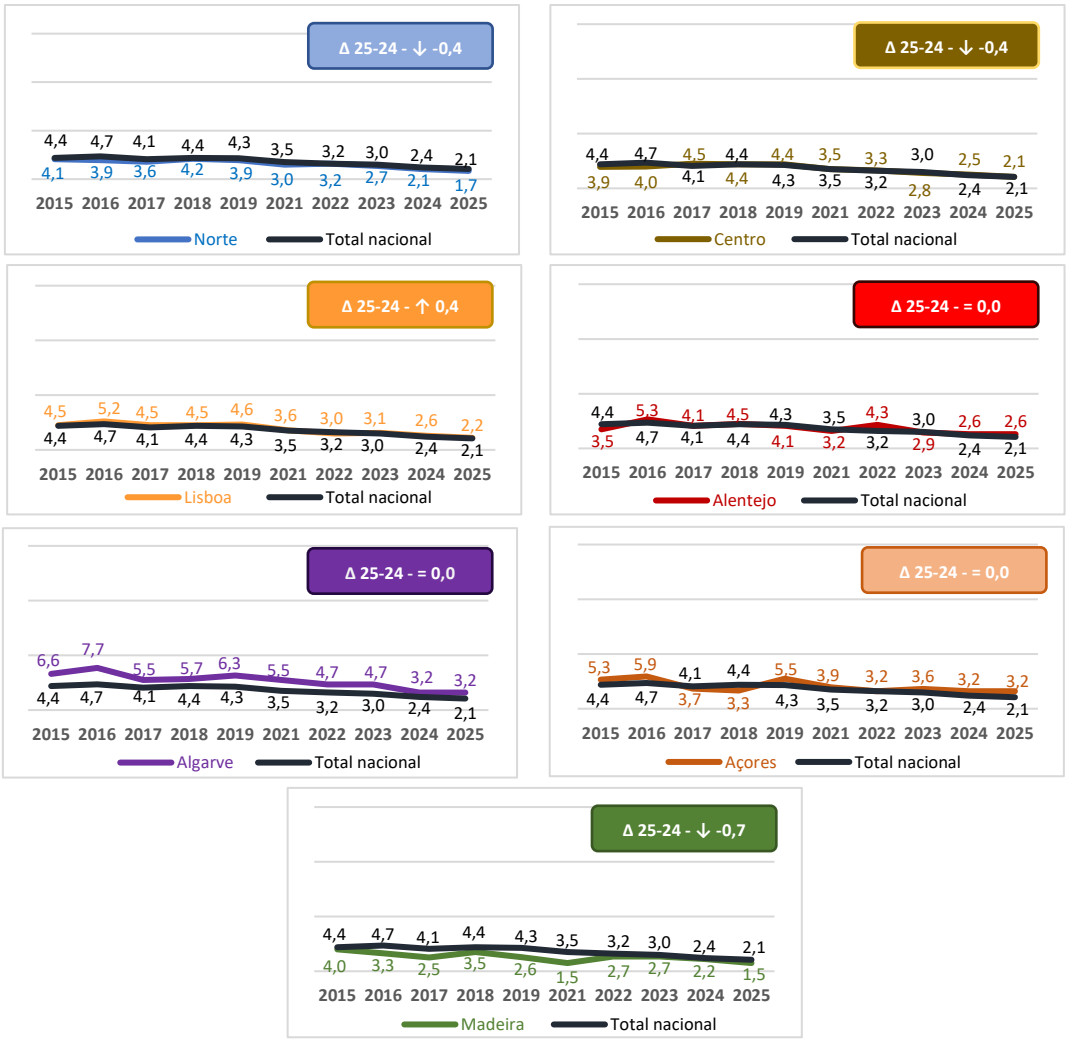
Nacional
Δ 25-24 - ↓ -2,2

Figura 22 **DROGAS ILÍCITAS**
Prevalência de consumo nos últimos 30 dias (%)
por região face ao total nacional, 2015-2025



Nacional
Δ 25-24 - ↓ -1,3

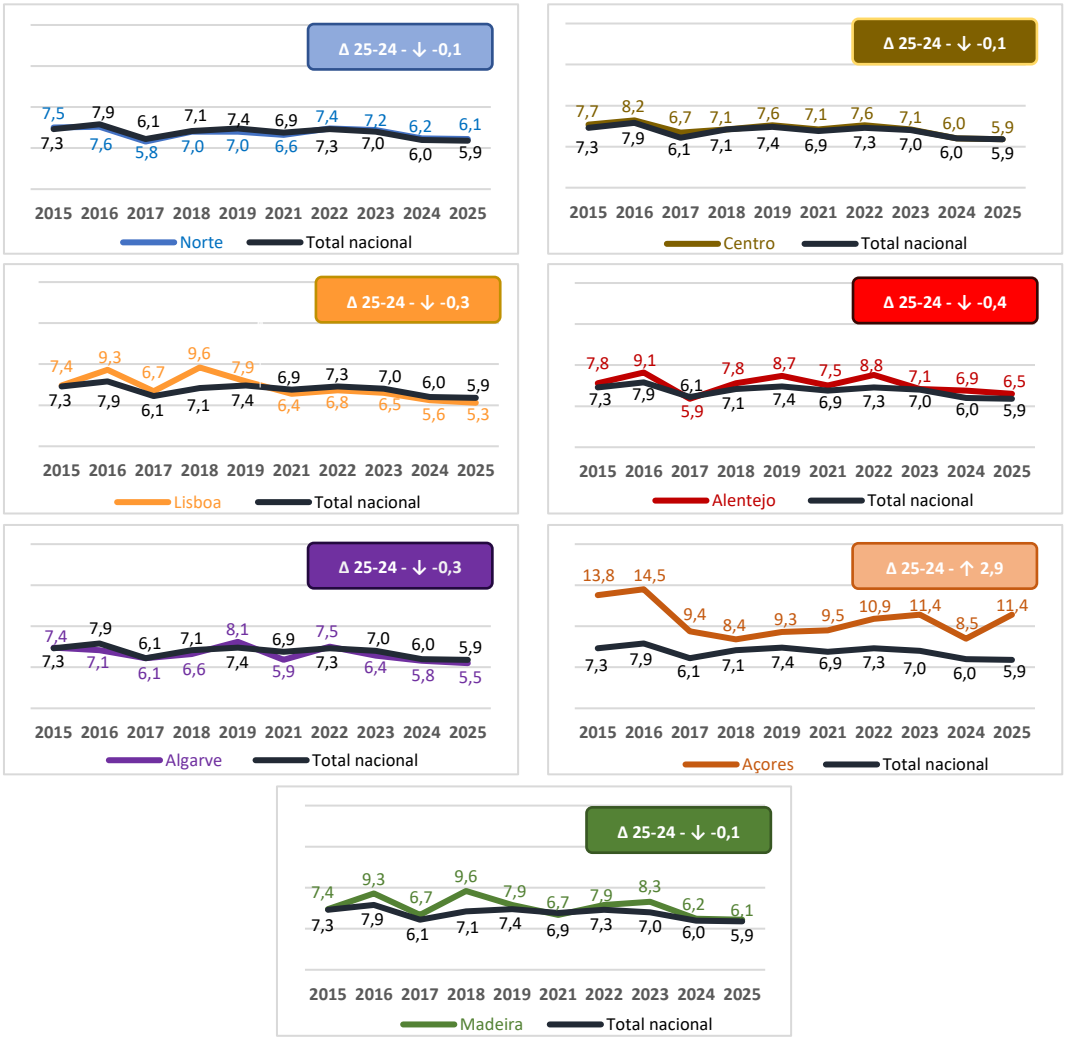
Figura 23 **CANÁBIS**
Prevalência de consumo diário* nos últimos 30 dias (%)
por região face total nacional (inquiridos), 2015-2025



Nacional
Δ 25-24 - ↓ -0,3

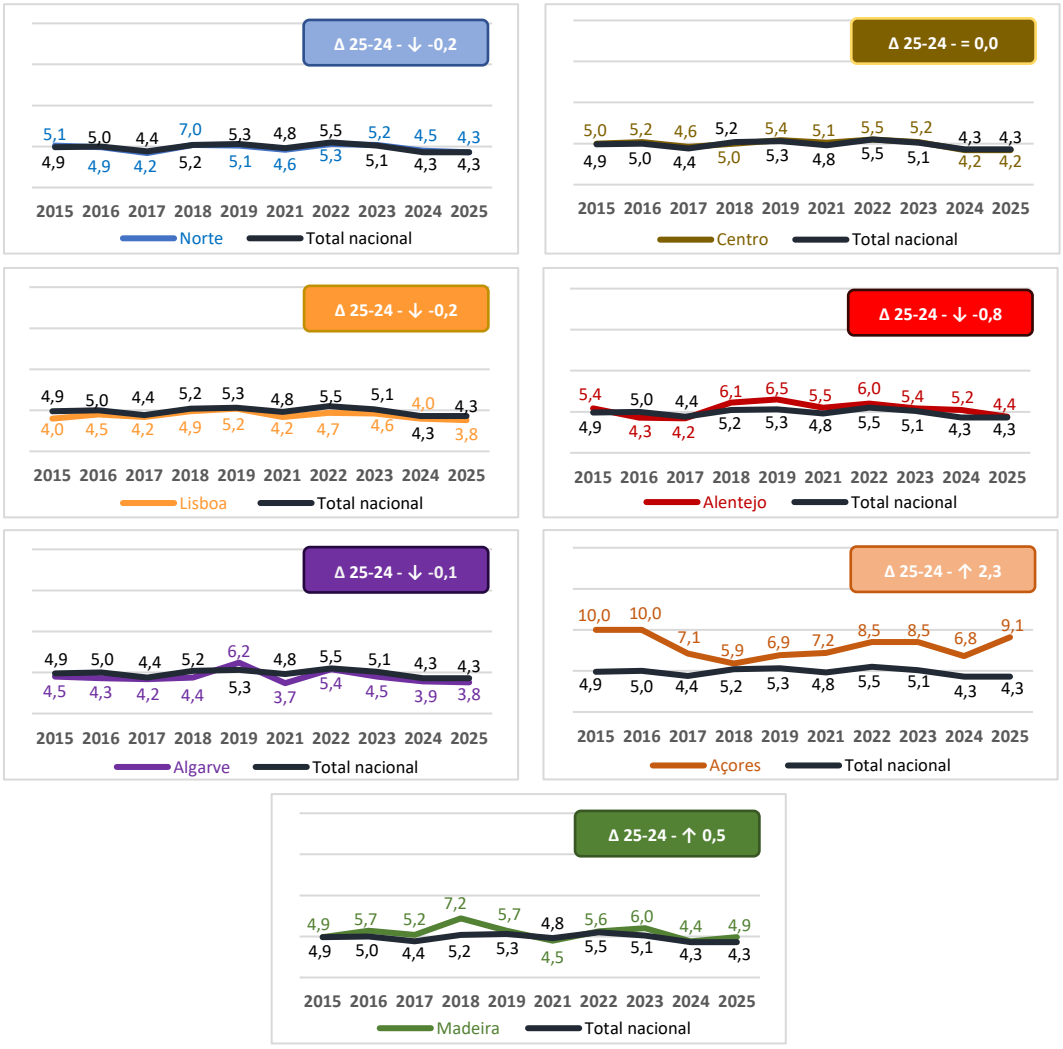
* Consumo diário ou quase diário = 20 ou mais ocasiões nos últimos 30 dias

Figura 24 **TRANQUILIZANTES/SEDATIVOS** não-prescritos
Prevalência de consumo ao longo da vida (%)
por região face ao total nacional, 2015-2025



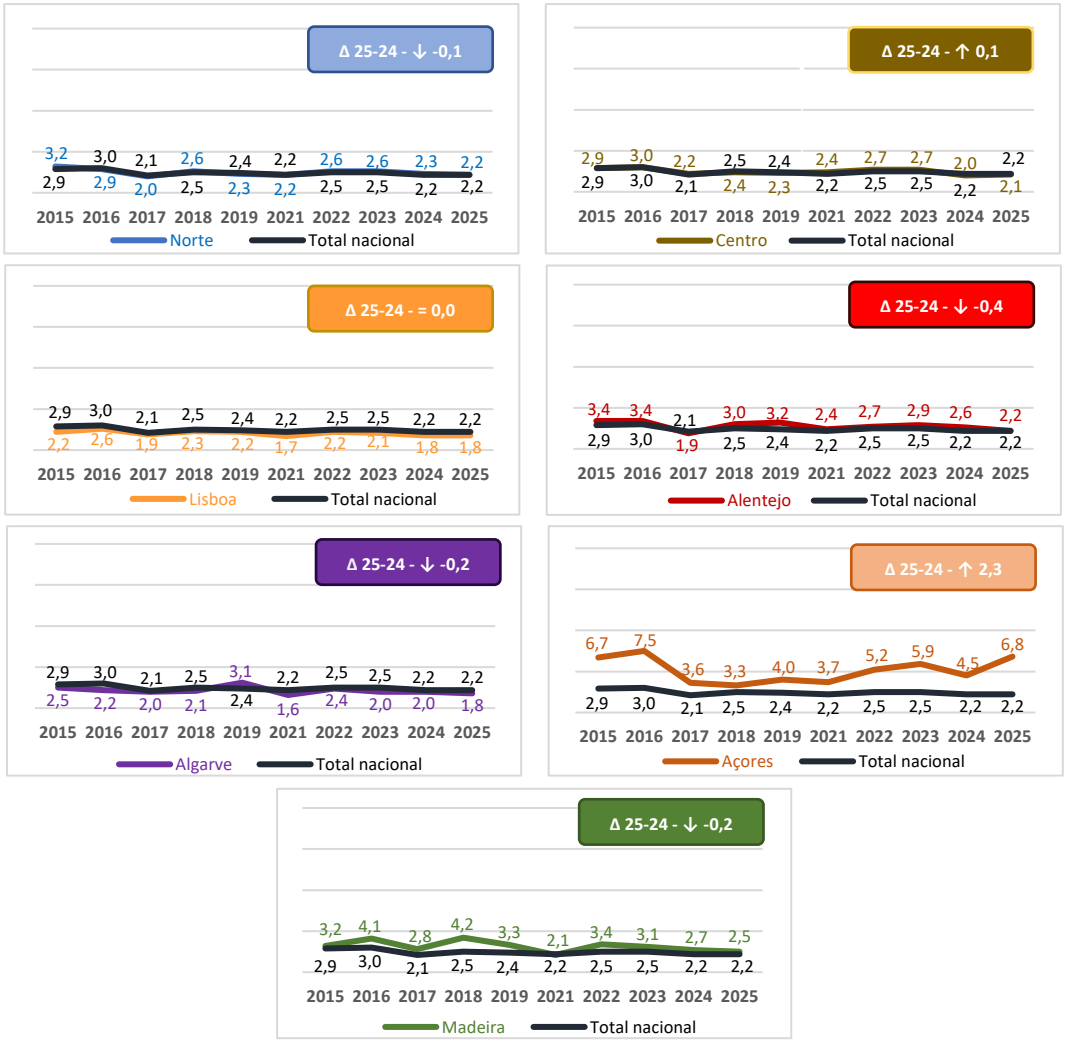
Nacional
Δ 25-24 - ↓ -0,1

Figura 25 **TRANQUILIZANTES/SEDATIVOS** não-prescritos
Prevalência de consumo nos últimos 12 meses (%)
por região face ao total nacional, 2015-2025



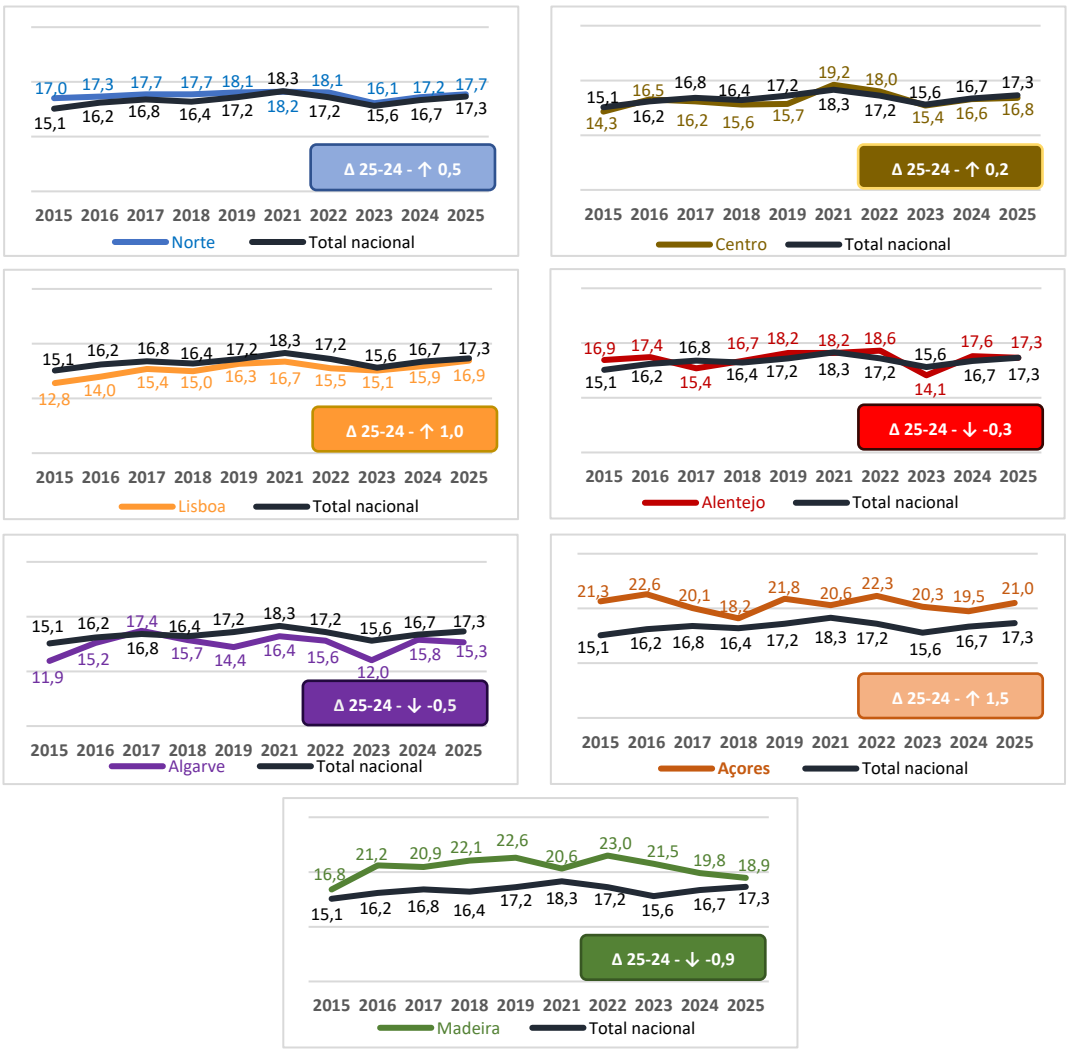
Nacional
Δ 24-23 - = 0,0

Figura 26 **TRANQUILIZANTES/SEDATIVOS** não-prescritos
Prevalência de consumo nos últimos 30 dias (%)
por região face ao total nacional, 2015-2025



Nacional
Δ 25-24 - ↑ 0,3

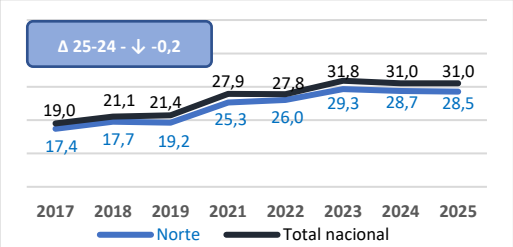
Figura 27 **JOGO DE APOSTAS *ONLINE*** (%)
por região face ao total nacional, 2015-2025

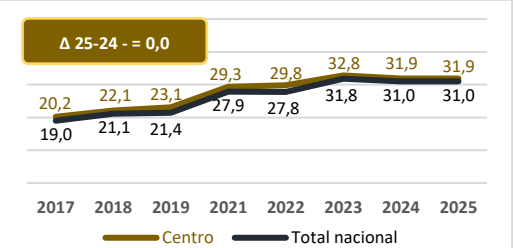


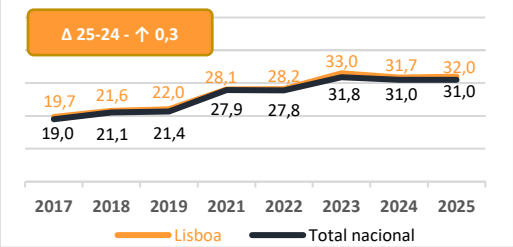
Nacional
Δ 25-24 - ↑ 0,6

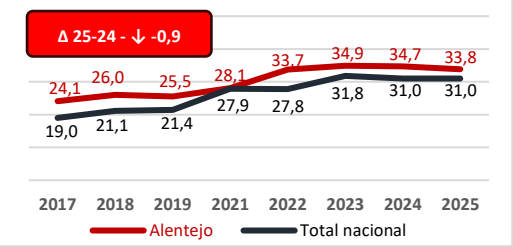
Figura 28 **EXPERIÊNCIA DE PROBLEMAS RELACIONADOS COM O CONSUMO DE ÁLCOOL**

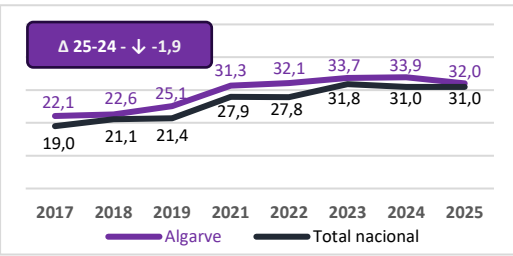
Prevalência nos últimos 12 meses (%) por região face ao total ncional (inquiridos), 2017-2025

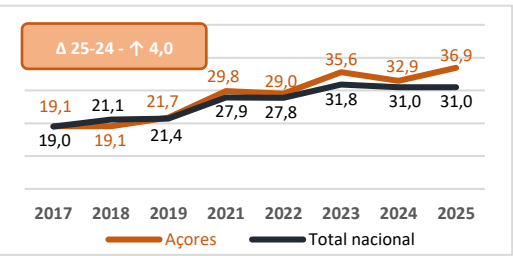


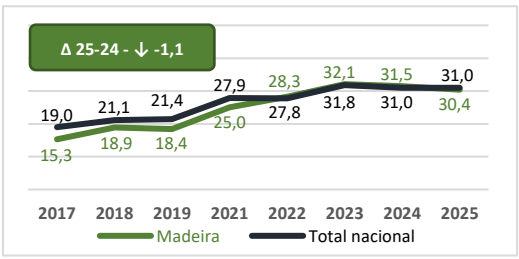






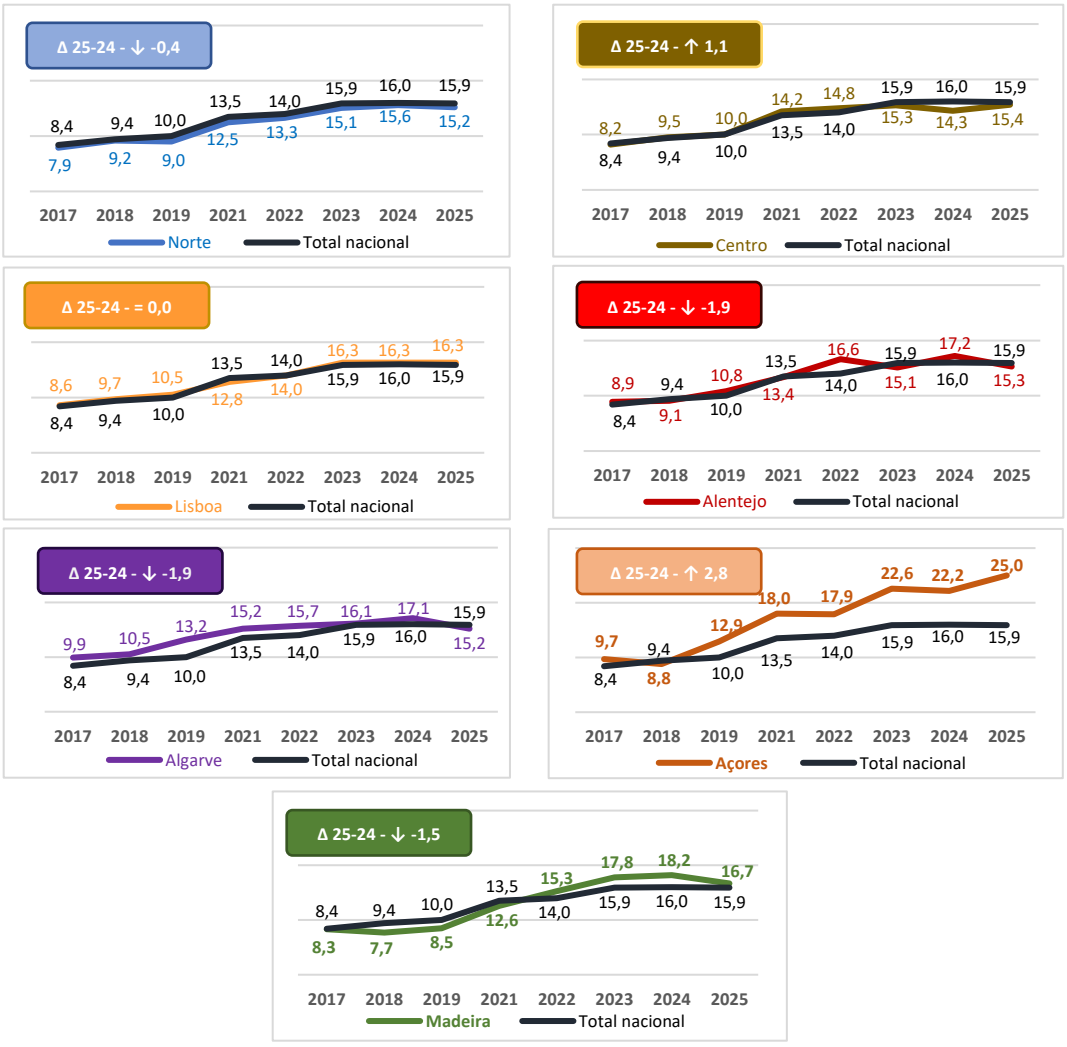






Nacional
Δ 25-24 - = 0,0

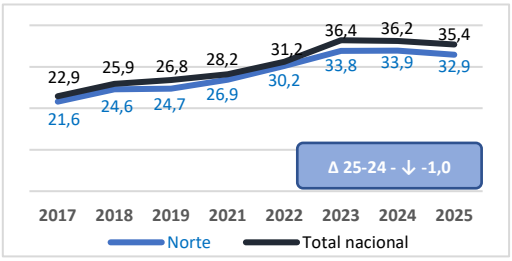
Figura 29 **EXPERIÊNCIA DE PROBLEMAS RELACIONADOS COM O CONSUMO DE DROGAS ILÍCITAS**
Prevalência nos últimos 12 meses (%)
por região face ao total nacional (inquiridos), 2017-2025

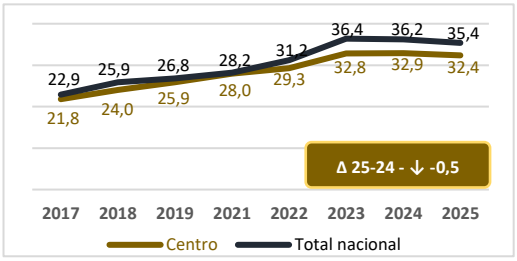


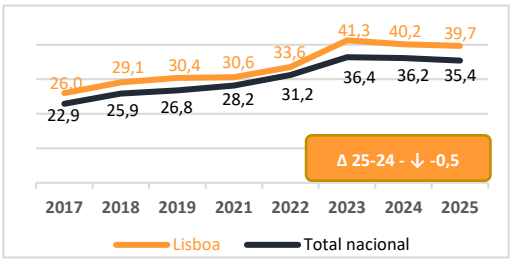
Nacional
Δ 25-24 - ↓ -0,1

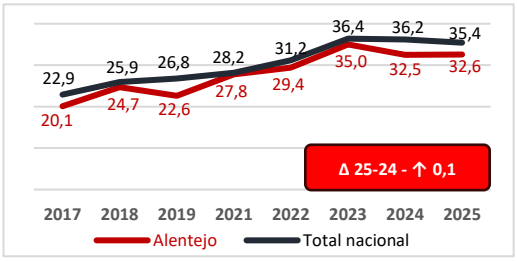
.

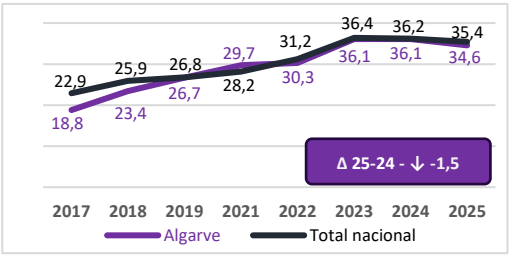
Figura 30 **EXPERIÊNCIA DE PROBLEMAS RELACIONADOS COM A UTILIZAÇÃO DA INTERNET**
Prevalência nos últimos 12 meses (%)
por região face ao total nacional (inquiridos), 2017-2025

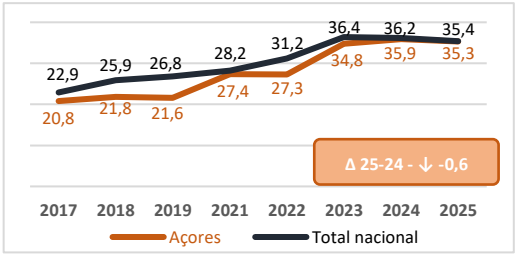


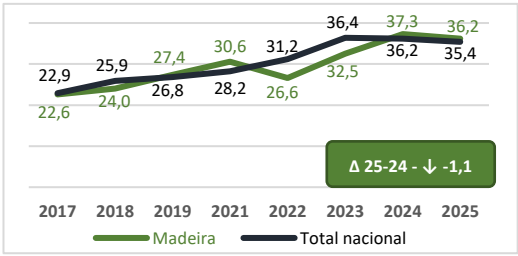












Nacional
Δ 25-24 - ↓ -0,8

Conclusão

Se há algo que atravessa o presente documento é a ideia de que os comportamentos aditivos entre os jovens de 18 anos não têm a mesma expressão em todas as regiões do país, na senda do que os anteriores relatórios regionais têm vindo a demonstrar de forma particularmente consistente. Ano após ano, especialmente o Alentejo e os Açores têm-se destacado pelos valores mais elevados em boa parte dos indicadores analisados, o que volta a verificar-se em 2025. Em sentido contrário, considerando a totalidade dos comportamentos aditivos em causa, a Madeira e o Norte apresentam mais uma vez a situação menos gravosa.

Dito isto, mesmo regiões que se destacam pelas maiores prevalências em determinados indicadores não deixam também de registar valores inferiores ao total nacional no que se refere a outros. A Região Autónoma dos Açores é disso um bom exemplo, pois, se se destaca pelas maiores prevalências no que diz respeito a alguns comportamentos aditivos, com valores muito acima do total nacional, apresenta também um dos menores consumos de álcool do país, juntamente com a Madeira e o Norte, bem como os decréscimos mais acentuados do país no que se refere a alguns comportamentos de risco acrescido, como o consumo de álcool de uma forma *binge* ou o consumo de tabaco numa base diária.

Portugal não é um bloco homogéneo. Pelo contrário, apresenta heterogeneidades regionais consideráveis, não só no que se refere à geografia, clima, tradições populares e práticas sociais, mas também no que diz respeito à demografia, atividades económicas, condições de vida, acesso a serviços, urbanização, etc. Como o estudo bem ilustra, os comportamentos aditivos são um desses fenómenos que variam de forma assinalável no plano regional, o que talvez não fosse de esperar num país de pequenas dimensões e que pode ser considerado relativamente uno e com uma identidade nacional bem estabelecida, pelo menos em comparação com alguns países europeus que são compostos por grupos muito diferentes do ponto de vista étnico, linguístico e cultural.

Para explicar, por exemplo, porque é que os jovens do Alentejo consomem muito mais álcool e tabaco do que os das restantes regiões e os dos Açores se destacam claramente por um maior consumo de tranquilizantes/sedativos sem receita médica, de drogas ilícitas que não canábis e jogos de apostas através da Internet é necessário outro tipo de estudos. É nas especificidades da realidade sociocultural local (condições estruturantes materiais e não-materiais, como normas, atitudes, valores, etc.) que certamente se conseguem encontrar os motivos subjacentes a tais discrepâncias regionais, sendo que talvez não seja por acaso que os comportamentos de risco acrescido são mais prevalentes no Alentejo e nos Açores, duas regiões mais rurais do que urbanas e que enfrentam problemas muito próprios que resultam da interioridade e da insularidade, respetivamente. Também o diferente perfil dos jovens inquiridos nas diferentes regiões pode fornecer pistas explicativas: os jovens da Região Autónoma dos Açores são os que menos qualificações académicas têm, enquanto Alentejo e Algarve se destacam pela maior percentagem de respondentes em situação de desemprego. É nestas três regiões que a quantidade de inquiridos que

abandonaram o sistema de ensino é maior, já se encontrando a trabalhar ou à procura de emprego, facto que não se pode descurar. Por fim, as regiões com a maior percentagem de jovens a utilizar a Internet para jogar videojogos (Grande Lisboa e Península de Setúbal) são também aquelas em que o acesso à Internet se inicia em idades mais precoces e os problemas associados são mais prevalentes (nomeadamente mal estar emocional, quebra de rendimento na escola/trabalho e comportamento incorreto em casa), mas não onde mais horas são passada *online* (indicador em que a Região Autónoma dos Açores se destaca), o que reforça a ideia de que o tempo de ecrã não explica tudo e que outros parâmetros devem igualmente ser levados em conta.

O retrato regional dos comportamentos aditivos aos 18 anos também mostra que, no que se refere a determinados fenómenos – utilização da Internet, consumo de substâncias psicoativas numa base diária e também problemas relacionados com o uso de drogas ilícitas – o panorama tende a ser menos discrepante entre regiões. No entanto, noutros indicadores, retirando da equação a região com a maior prevalência (frequentemente Alentejo ou Açores), é possível constatar que os valores registados nas restantes regiões são bastante aproximados entre si e do total nacional, o que uma discrepância medida unicamente através da diferença (em pontos percentuais) entre as regiões com a maior e a menor prevalência não permite vislumbrar.

Se os dois relatórios regionais anteriores apontavam para uma redução das discrepâncias entre regiões e um país com tendência a tornar-se um pouco mais homogéneo no que aos comportamentos aditivos entre os jovens de 18 anos diz respeito, os últimos dados obtidos apontam agora no sentido contrário. De facto, considerando a evolução do conjunto de indicadores, verifica-se que, em 2025, as discrepâncias regionais aumentaram mais do que diminuíram, sobretudo à custa da região com as maiores prevalências. Dito de outra forma, depois de anos em que a diferença parecia estar a diminuir no plano regional, em 2025 algumas regiões voltaram a destacar-se das restantes, seja com aumentos em contraciclo com o total nacional, seja com decréscimos inferiores ao conjunto do país. É o caso do Alentejo, no que se refere a álcool, e os Açores, no caso das drogas ilícitas que não canábis, tranquilizantes/sedativos não-prescritos e jogos de apostas *online*, o que faz com que ambas as regiões se afastem cada vez mais do total nacional.

Outra conclusão que se retira é que, à medida que se detalha a análise do ponto de vista geográfico, mais evidentes se tornam as variações regionais. Com a divisão administrativa para fins estatísticos de 2024, a Área Metropolitana de Lisboa deu origem a duas regiões: Grande Lisboa e Península de Setúbal. Na primeira parte deste relatório foram analisados os resultados nestas duas últimas regiões, mostrando uma diferença de valores não despicienda entre ambas – nomeadamente um consumo recente de tabaco e de drogas ilícitas cerca de 2 pontos percentuais mais elevado na Grande Lisboa e uma prática de jogo de apostas através da Internet mais expressiva na Península de Setúbal (+3pp.) – que as anteriores análises não permitiam vislumbrar. É provável que esmiuçando a análise ao nível da sub-regiões (NUTs III) o mesmo se verifique de forma ainda mais acentuada, sobretudo em regiões de maior dimensão do que a antiga Área Metropolitana de Lisboa, revelando discrepâncias geográficas assinaláveis entre territórios urbanos e rurais, litorais e interiores, etc. Outro exemplo é a nova região do Oeste e Vale do Tejo, composta por territórios que na anterior divisão administrativa pertenciam ao Centro e ao Alentejo: analisando as prevalências no Oeste e Vale do Tejo conclui-se que, de uma forma geral, os valores estão muito mais próximos dos registados na região Centro do que no Alentejo. É possível, portanto, que a saída da Lezíria do Tejo da região do Alentejo ajude a explicar o afastamento face ao total nacional registado em 2025 nesta última região no que se refere a determinados comportamentos aditivos.

Face a anos anteriores, grosso modo, as alterações registadas no presente relatório não são muito expressivas (maioritariamente inferiores a 3 pontos percentuais). No entanto, ainda que os valores pouco

se tenham alterado entre 2024 e 2025, não deixa de se assistir a uma tendência geral de descida ou estabilidade das prevalências, sendo poucos os indicadores em que, a nível regional, se verificou um aumento face ao ano anterior (o maior aumento foi de 4pp. nos Açores relativamente à experiência de problemas relacionados com o consumo de álcool).

Pelo contrário, na maior parte das regiões, registam-se em vários indicadores os valores mais baixos desde que o estudo teve início, em 2015. Se nas conclusões do anterior relatório regional já se apontavam «mínimos históricos» registados em algumas regiões, mas não todas, os dados agora obtidos confirmam que esta tendência nacional se entendeu a todas as regiões, ainda que de maneira diferente, pois Alentejo e, sobretudo, Açores registam em determinados indicadores subidas em contraciclo com o total nacional, enquanto noutras regiões a descida verifica-se na maior parte dos indicadores.

Ingestão de bebidas alcoólicas de uma forma *binge* e consumo recente de tabaco são os únicos indicadores com a evolução analisada no presente relatório em que a tendência nacional (de descida, nestes dois casos) se verifica em todas as regiões do país. Nos restantes indicadores, há sempre uma ou mais regiões que não acompanham a tendência nacional, mesmo que a diferença de valores face à evolução registada no conjunto do país seja pequena ou, até mesmo, residual.

Por fim, confirma-se na maior parte das regiões do país a tendência de estabilização dos problemas decorrentes da ingestão de bebidas alcoólicas, do consumo de drogas ilícitas e da utilização da Internet, algo que vinha a aumentar claramente nos últimos anos entre os jovens de 18 anos. Se, no caso do álcool e das drogas ilícitas, tal decorre, naturalmente, do menor número de jovens a consumir estes dois tipos de substâncias psicoativas, o mesmo não se aplica à utilização da Internet, pois a sua utilização encontra-se cada vez mais massificada.

A próxima edição do estudo será importante no sentido em que permitirá perceber se, entre o total dos inquiridos, os problemas associados aos comportamentos aditivos deixaram mesmo de crescer ou, se pelo contrário, voltarão a aumentar. Importa também verificar se outras tendências identificadas no presente relatório terão continuidade no plano regional, nomeadamente o aumento das discrepâncias entre regiões, fruto sobretudo do afastamento do Alentejo e da Região Autónoma dos Açores face ao total nacional.

Numa perspetiva diacrónica, merece destaque em cada região:

Norte

Entre 2024 e 2025, o Norte registou descidas em todos os indicadores analisados nas figuras 12 a 30, com exceção dos jogos de apostas *online*, caso em que a prevalência subiu residualmente (menos de um ponto percentual). A descida foi transversal no que se refere a álcool, tabaco e drogas ilícitas e na mesma ordem de grandeza (entre -2pp. e -3pp.). Face ao ano anterior, os valores relativos ao consumo de tranquilizantes/sedativos pouco se alteraram, tal como a experiência de problemas relacionados com álcool e drogas ilícitas, sendo que os problemas decorrentes da utilização da Internet desceram de forma pouco relevante (-1pp.). Tal como vem sendo apontado em relatórios anteriores, o Norte afirma-se como uma das regiões onde os comportamentos aditivos têm menos expressão entre os jovens de 18 anos. A região regista os valores mais baixos desde 2015 no que se refere aos indicadores relativos ao consumo de álcool, tabaco e drogas ilícitas (exceto embriaguez severa nos últimos 12 meses, embora se verifique o valor mais baixo desde 2017). Pelo contrário, a prática de jogos de apostas *online* tem vindo a subir na região desde 2023.

Centro

Entre 2024 e 2025, o Centro registou descidas em todos os indicadores analisados relativos ao consumo de álcool, tabaco e drogas ilícitas, com exceção de embriaguez severa nos últimos 12 meses e consumo diário de tabaco, casos em que, face ao ano anterior, os valores aumentaram de forma residual. Também as prevalências relativas ao consumo não-prescrito de tranquilizantes/sedativos pouco se alteraram na região, tal como a prevalência da prática de jogos de apostas *online* e a experiência de problemas relacionados com o consumo de álcool e com a utilização da Internet. Já no que se refere à experiência de problemas decorrentes do consumo de drogas, o Centro foi uma das duas regiões do país onde tal se tornou mais prevalente (+1pp), em contraciclo com a tendência nacional. A região regista os valores mais baixos desde 2015 no que se refere ao consumo de álcool (exceto consumo *binge* e embriaguez severa), tabaco (exceto consumo diário) e drogas ilícitas.

Lisboa

Entre 2024 e 2025, a região de Lisboa (Grande Lisboa + Península de Setúbal) registou descidas em todos os indicadores analisados relativos ao consumo de álcool, tabaco e drogas ilícitas, com exceção do consumo diário de bebidas alcoólicas e de canábis (casos em que se regista uma subida residual). Também os valores relativos ao consumo não-prescrito de tranquilizantes/sedativos pouco se alteraram face ao ano anterior, ao contrário da prevalência da utilização da Internet para fazer jogos de apostas (+1pp.). Face a 2024, os valores relativos à experiência de problemas relacionados com álcool, drogas ilícitas e Internet mantiveram-se em Lisboa na mesma ordem de grandeza. A região regista os valores mais baixos desde que o estudo teve início, em 2015, no que diz respeito ao consumo de álcool (exceto embriaguez severa e consumo diário), tabaco, drogas ilícitas e tranquilizantes/sedativos sem indicação médica. Em sentido contrário, nunca a prevalência de jogos de apostas *online* foi tão elevada em Lisboa. Embora os valores relativos aos problemas relacionados com os comportamentos aditivos pouco se tenham alterado face ao ano anterior, o panorama é diferente: a experiência de problemas decorrentes do consumo de álcool regista o segundo valor mais elevado desde 2017, enquanto a prevalência relativa aos problemas associados ao consumo de drogas ilícitas se mantém inalterada na região desde 2023. É o segundo ano consecutivo em que se assiste em Lisboa a um decréscimo dos problemas relacionados com a utilização da Internet, indicador que a região lidera.

Alentejo

O Alentejo foi, a seguir aos Açores, a região onde mais indicadores registaram aumentos entre 2024 e 2025, ainda que a subida tenha sido tendencialmente pouco acentuada. Ainda assim, verificaram-se na região descidas nos comportamentos nocivos associados ao consumo de álcool (*binge* e embriaguez severa), bem como um decréscimo do consumo de tabaco e de drogas ilícitas (exceto na temporalidade dos últimos 30 dias e também consumo diário de canábis). Embora os valores pouco se tenham alterado face ao ano anterior, foi no Alentejo que o consumo não-prescrito de tranquilizantes/sedativos mais decresceu. A experiência de problemas relacionados com o consumo de álcool e drogas ilícitas tornou-se menos prevalente na região (-1pp. e -2pp., respetivamente), enquanto o Alentejo é uma das duas regiões do país onde a experiência de problemas associados à utilização da Internet não desceram. A par dos Açores, o Alentejo permanece a região onde os comportamentos aditivos entre os jovens de 18 anos são mais prevalentes, sendo que, entre 2024 e 2025, a situação tornou-se um pouco mais gravosa no que respeita ao consumo de álcool, em contraciclo com a tendência nacional. Em sentido contrário, registam-se no

Alentejo os valores mais baixos desde que o estudo teve início, em 2015, no que se refere à ingestão de bebidas alcoólicas de uma forma *binge*, consumo de álcool numa base diária, consumo de tabaco e consumo de drogas ilícitas (exceto nos últimos 30 dias).

Algarve

Entre 2024 e 2025, o Algarve registou descidas em todos os indicadores analisados nas figuras 12 a 30, com exceção da ingestão de bebidas alcoólicas numa base diária (subida residual), bem como consumo atual de drogas ilícitas e consumo diário de canábis, casos em que os valores não se alteraram. A região regista a maior descida do país no que concerne ao consumo recente de tabaco (-7pp.), fazendo com o que a prevalência registada no Algarve seja inferior ao total nacional. É também no Algarve que a redução de problemas relacionados com a ingestão de bebidas alcoólicas e com a utilização da Internet é maior (-2pp., em ambos os casos) e também onde os problemas decorrentes do consumo de drogas ilícitas mais desceram (-2pp.), a par do Alentejo. A região regista os valores mais baixos desde que o estudo teve início, em 2015, no que diz respeito ao consumo de álcool (exceto embriaguez severa, embora se registem os valores mais baixos desde 2018), de tabaco e de drogas ilícitas.

Região Autónoma dos Açores

Entre 2024 e 2025, considerando as figuras 12 a 30, verifica-se que foram mais os indicadores em que as prevalências subiram na Região Autónoma dos Açores, do que aqueles em que desceram, em contraciclo com a tendência de descida e de estabilização que se assiste no plano nacional e regional. Face ao ano anterior, os principais decréscimos são referentes ao consumo de álcool (exceto consumo num base diária) e de tabaco. No que se refere às drogas ilícitas, entre 2024 e 2025, as prevalências subiram, exceto no que diz respeito ao consumo diário de canábis, caso em que os valores não se alteraram. A região destaca-se pelo maior aumento do consumo não-prescrito de tranquilizantes/sedativos e da utilização da Internet para fazer jogos de apostas. É também nos Açores que os problemas decorrentes da ingestão de bebidas alcoólicas e do consumo de drogas ilícitas mais subiram, o que faz com a região se distancie claramente do total nacional. Ainda assim, a região regista os valores mais baixos desde que o estudo teve início, em 2015, no que diz respeito à ingestão de bebidas alcoólicas (exceto embriaguez, ainda que sejam os valores mais baixos desde 2017) e ao consumo de tabaco. Em sentido contrário, nunca a experiência de problemas relacionados com o consumo de álcool e de drogas ilícitas foi tão prevalente.

Região Autónoma da Madeira

Entre 2024 e 2025, a Região Autónoma da Madeira registou descidas em todos os indicadores analisados nas figuras 12 a 30, com exceção da embriaguez severa e consumo não-prescrito de tranquilizantes/sedativos nos últimos 12 meses, casos em que a prevalência subiu de forma residual. O decréscimo foi mais acentuado no que se refere ao consumo recente de tabaco (-4pp.). A Madeira regista os valores mais baixos desde 2015 no que se refere aos indicadores relativos ao consumo de álcool (exceto embriaguez severa e consumo numa base diária), tabaco e drogas ilícitas, sendo que a prevalência de jogos de apostas *online* é segunda mais baixa, depois do valor registado em 2015. Depois de anos de crescimento, os problemas relacionados com os comportamentos aditivos são hoje menos prevalentes na região, sendo este mais um indicador da situação menos gravosa que se vive na região face ao conjunto do país.

Siglas e abreviaturas

ARS – Administrações Regionais de Saúde, I.P.
CAD – Comportamentos Aditivos e Dependências
DGE – Direção-Geral de Educação
DGRDN – Direção-Geral de Recursos da Defesa Nacional
DICAD – Divisão de Intervenção em Comportamentos Aditivos e Dependências
ICAD – Instituto de Comportamentos e Dependências Aditivos, I.P.
NSP – Novas Substâncias Psicoativas
pp – Pontos percentuais
SICAD – Serviço de Intervenção em Comportamentos Aditivos e Dependências

Referências bibliográficas

Calado, V., Carapinha, L. & Neto, H. (2025). *Comportamentos Aditivos aos 18 anos. Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional. Regiões 2024*. Lisboa: ICAD. https://www.icad.pt/DocumentList/GetFile?id=1118&languageId=1

Calado, V., Carapinha, L. & Neto, H. (2024). *Comportamentos Aditivos aos 18 anos. Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional. Regiões 2023*. Lisboa: ICAD. https://www.icad.pt/DocumentList/GetFile?id=773&languageId=1

Carapinha, L., Calado, V. & Neto, H. (2026). *Comportamentos Aditivos aos 18 anos. Inquérito aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional – 2024: Consumos de Substâncias Psicoativas*. Lisboa: ICAD. https://www.icad.pt/DocumentList/GetFile?id=1461&languageId=1

ICAD

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

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

ICAD
Instituto para os Comportamentos Aditivos e as Dependências, I.P.

Instituto para os Comportamentos Aditivos e as Dependências, I.P.
Institute on Addictive Behaviours and Dependencies, P.I.
Tel: +351 211 119 000 | E-mail: icad@icad.min-saude.pt | www.icad.pt