



## Estudo sobre a prática de atividade física em Portugal e relação com a saúde – 2017

### Síntese dos principais resultados

O “Estudo do Impacte da Atividade Física nos Custos em Saúde e estimativa das receitas de IVA para o Estado em face de uma possível alteração da taxa”, promovido pela AGAP em colaboração com a PremiValor Consulting, teve como principal objetivo a avaliação do impacte da atividade física nos custos em saúde em Portugal.

Uma das componentes do trabalho compreendeu a realização de um estudo de mercado sobre a prática de atividade física em Portugal e relação com a saúde, que teve por base uma amostra por quotas (*quota sampling*) considerando como variáveis de controlo, o género (m/f), a faixa etária, o local de residência dos respondentes e ser ou não praticante de atividade física. A recolha de dados foi feita a nível nacional através de questionários online à população alvo do estudo.

Foram analisados 692 questionários, o que corresponde a um erro máximo de 5% tendo por base um intervalo de confiança de 95%.

**56%** dos respondentes (n=692) atribuem uma classificação de “Boa” ou “Muito Boa” ao seu estado de saúde física.

#### Dos respondentes não praticantes (n=307):



**36%** atribuem uma classificação de “Boa” ou “Muito Boa” ao seu estado de saúde física.



A falta de tempo é indicada **58%** das vezes como um dos principais motivos para não praticar exercício físico ou desporto (de entre várias opções possíveis, máximo 3 respostas).

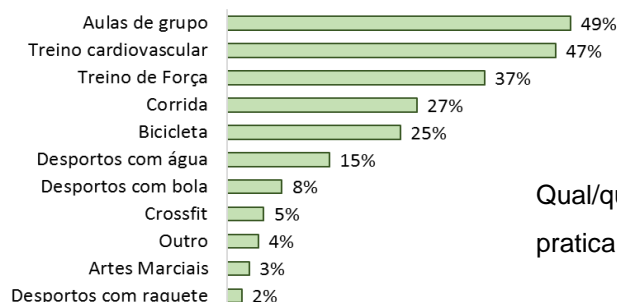
#### Dos respondentes praticantes (n=385):



**72%** atribuem uma classificação de “Boa” ou “Muito Boa” ao seu estado de saúde física.



**48%** Referiram fazer exercício físico ou praticar desporto 3 a 4 vezes por semana.



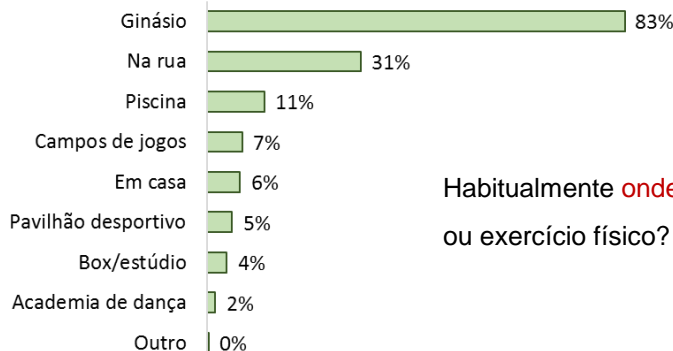
Qual/quais a(s) **modalidade(s)** que pratica regularmente?



## Estudo sobre a prática de atividade física em Portugal e relação com a saúde – 2017

### Síntese dos principais resultados

#### Dos respondentes praticantes (n=385):

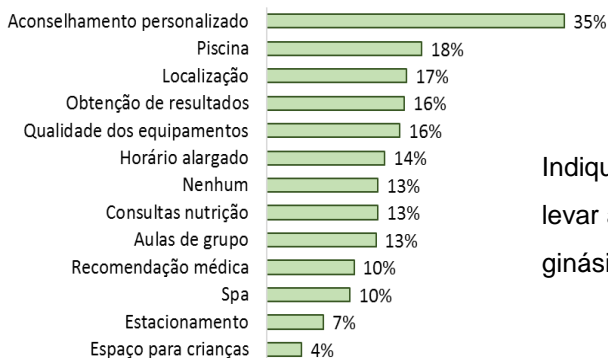
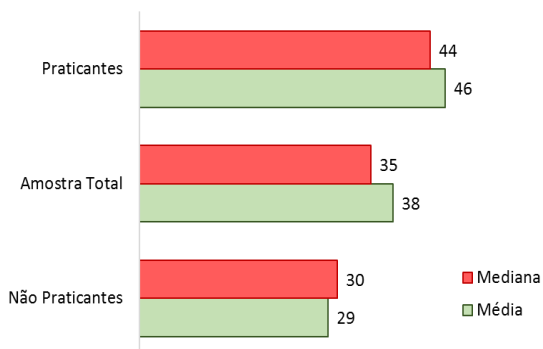


Habitualmente **onde pratica desporto** ou exercício físico?

#### Amostra Total (n=692):



Qual o **valor máximo** (em euros) que estaria disposto a pagar pela mensalidade do ginásio/instalação desportiva?



Indique os três principais motivos que o poderiam levar a **pagar mais pela mensalidade** de um ginásio/instalação desportiva