



Pratica alguma atividade física regular?

(pelo menos uma vez por semana de forma a transpirar e/ou sentir cansaço)

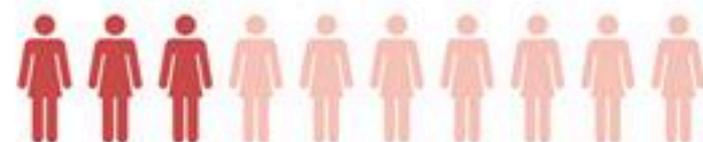
2.3 milhões de portugueses (34,2%) referiram praticar atividade física regular

A prática de atividade física regular foi mais frequente...

...nos **homens**,

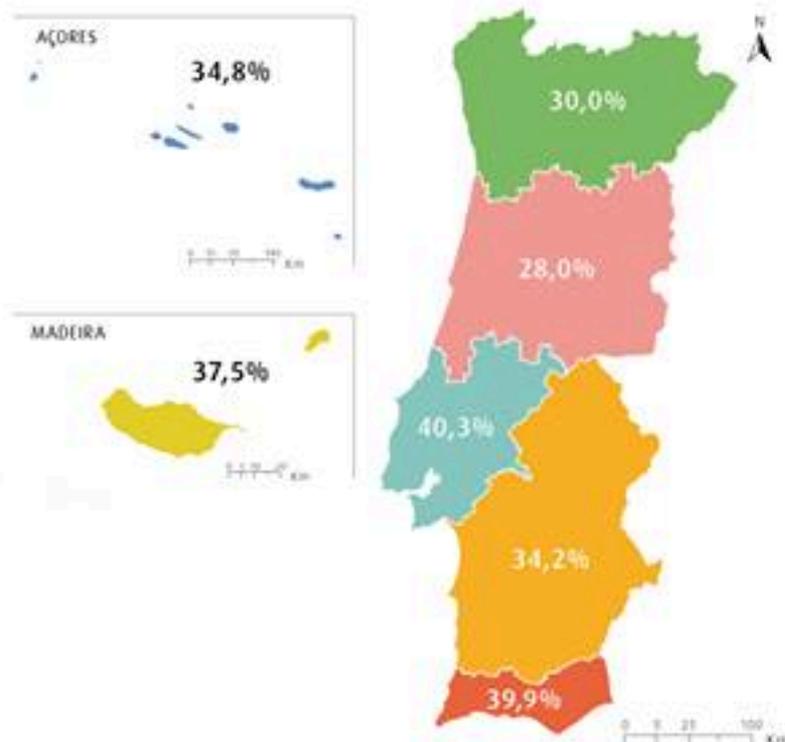


4 em 10 (39,7%)

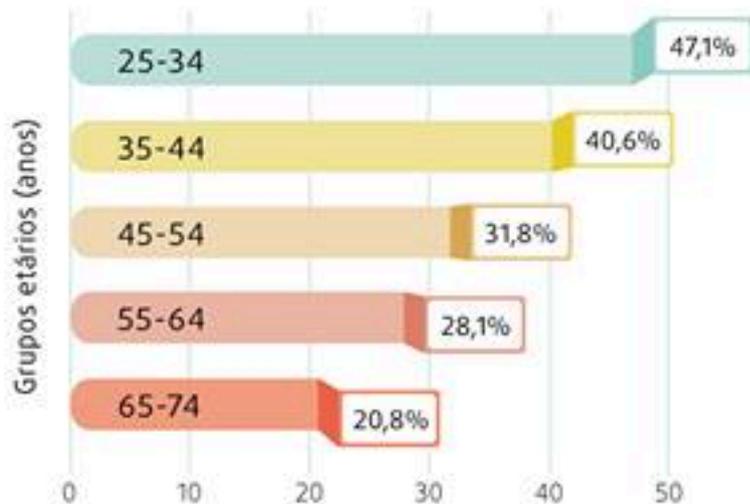


3 em 10 (29,2%)

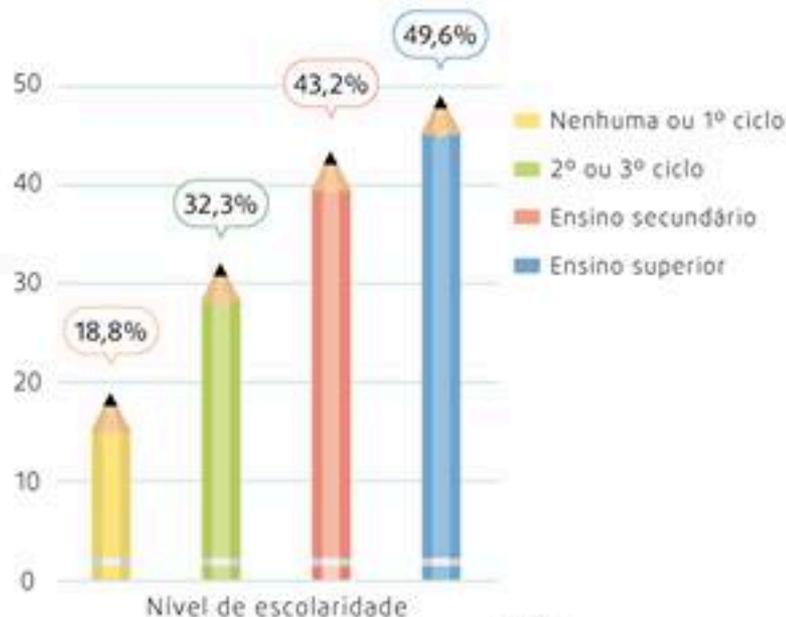
...na região de **Lisboa e Vale do Tejo**,



...no grupo etário dos **25-34 anos**,



...e nas pessoas **com mais escolaridade**.



...nas pessoas **empregadas**,



Fonte:
<http://hdl.handle.net/10400.18/4795>
Para mais informações:
www.insef.pt