



Dia da Saúde da mulher, 28 de maio

A saúde das mulheres no nosso País em 2025

No dia 28 de maio, celebra-se o Dia Internacional pela Saúde da Mulher, uma data que visa sensibilizar para as especificidades da saúde feminina e promover a equidade no acesso a cuidados médicos. Em Portugal, embora as mulheres apresentem uma maior esperança de vida, as desigualdades em saúde persistem, refletindo-se em diversas áreas.

Apesar de viverem, em média, mais tempo do que os homens, as mulheres em Portugal enfrentam uma maior carga de doenças crónicas e limitações na realização de atividades diárias. Em 2022, 47% das mulheres reportaram ter algum tipo de doença crónica, comparado com 42% dos homens. Além disso, 38,2% das mulheres apresentaram limitações nas atividades diárias devido a problemas de saúde, uma diferença de 9% em relação aos homens.

Alguns dados sobre a saúde da mulher ao longo da vida ajudam-nos a entender um pouco melhor a realidade portuguesa e a perceber o que pode e deve de ser melhorado.

A taxa de fertilidade em Portugal é de 1,4 filhos/mulher, abaixo da média da UE de 1,5 filhos/mulher. 45,1% das mulheres e 58,5% dos homens adiaram o nascimento do primeiro filho mais do que desejavam. O adiamento foi de pelo menos 5 anos em 36% das mulheres e em 47% dos homens.

Em Portugal, o uso de contraceptivos em 2015 foi de 94,5%, sendo a pílula o método mais utilizado. Desde 2007, o aborto é legal por opção da mulher. Progressivamente, o número de abortos decresceu, tendo subido 12% em 2022 e 3% em 2023.

A cobertura vacinal contra o HPV (vírus do papiloma humano) com as doses recomendadas até aos 15 anos é de 91%, o que coloca Portugal na liderança na União Europeia.

No entanto, em Portugal, cerca de 12% das mulheres em idade fértil ainda não têm um acesso fácil a unidades de obstetrícia, com distâncias superiores a uma hora de viagem.

Além disso, a mortalidade por cancro ginecológico é uma preocupação crescente. Anualmente, cerca de 3.000 mulheres são diagnosticadas com cancro ginecológico em Portugal, sendo que muitos desses casos são detetados em estágios avançados devido à natureza silenciosa da doença.

Em termos de saúde mental, as mulheres apresentam taxas mais elevadas de doenças como depressão e ansiedade (38,2% das mulheres, face a 24,7% dos homens).

Finalmente os estudos indicam que as mulheres são diagnosticadas mais tardiamente em relação a cerca de 700 doenças, o que pode afetar negativamente o prognóstico e a qualidade de vida.

As mortes por doença do aparelho circulatório (total de 34.593 mortes) afetam mais as mulheres (55,4%) do que os homens (44,6%) assim como as doenças cerebrovasculares que afetam 57,0% e 43,0% homens.

O Dia Internacional pela Saúde da Mulher é uma oportunidade para refletir sobre os avanços e desafios na promoção da saúde feminina em Portugal. É essencial que as políticas públicas e os serviços de saúde considerem as especificidades das mulheres, promovendo a equidade no acesso e tratamento, e combatendo as desigualdades que ainda persistem. A valorização da saúde da mulher é fundamental para garantir uma sociedade mais justa e saudável para todos.

Fontes:

- Estatísticas da Saúde – 2023. © INE, I.P., Lisboa • Portugal, 2025
- Inquérito à Fecundidade 2019, INE, 3 de dezembro de 2020;
- INE, Pordata, 30/01/2025;
- Mortalidade materna, 2017-2021. Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2024
- Avaliação das práticas contraceptivas das mulheres em Portugal. Acta Obstet Ginecol Port 2016;10(3):184-192
- Relatório de Análise dos registos de IG.2023. Direção de Serviços de Prevenção da Doença e Promoção da Saúde| Divisão Saúde Sexual, Reprodutiva, Infantil e Juvenil. Lisboa, dezembro, 2024
- Igualdade de Género em Portugal: Boletim Estatístico 2024. Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género Novembro de 2024
- Incidência e mortalidade por cancro. Liga Portuguesa contra o Cancro. 2025
- OMS- Infertility prevalence estimates 1990-2021
- Saúde e Bem-Estar das Mulheres. Um Potencial a Alcançar. 2022