



# *Seminário “As novas faces do cuidar”*

## Painel: Os Desafios do Envelhecimento

### **As mudanças demográficas e o modo de viver**

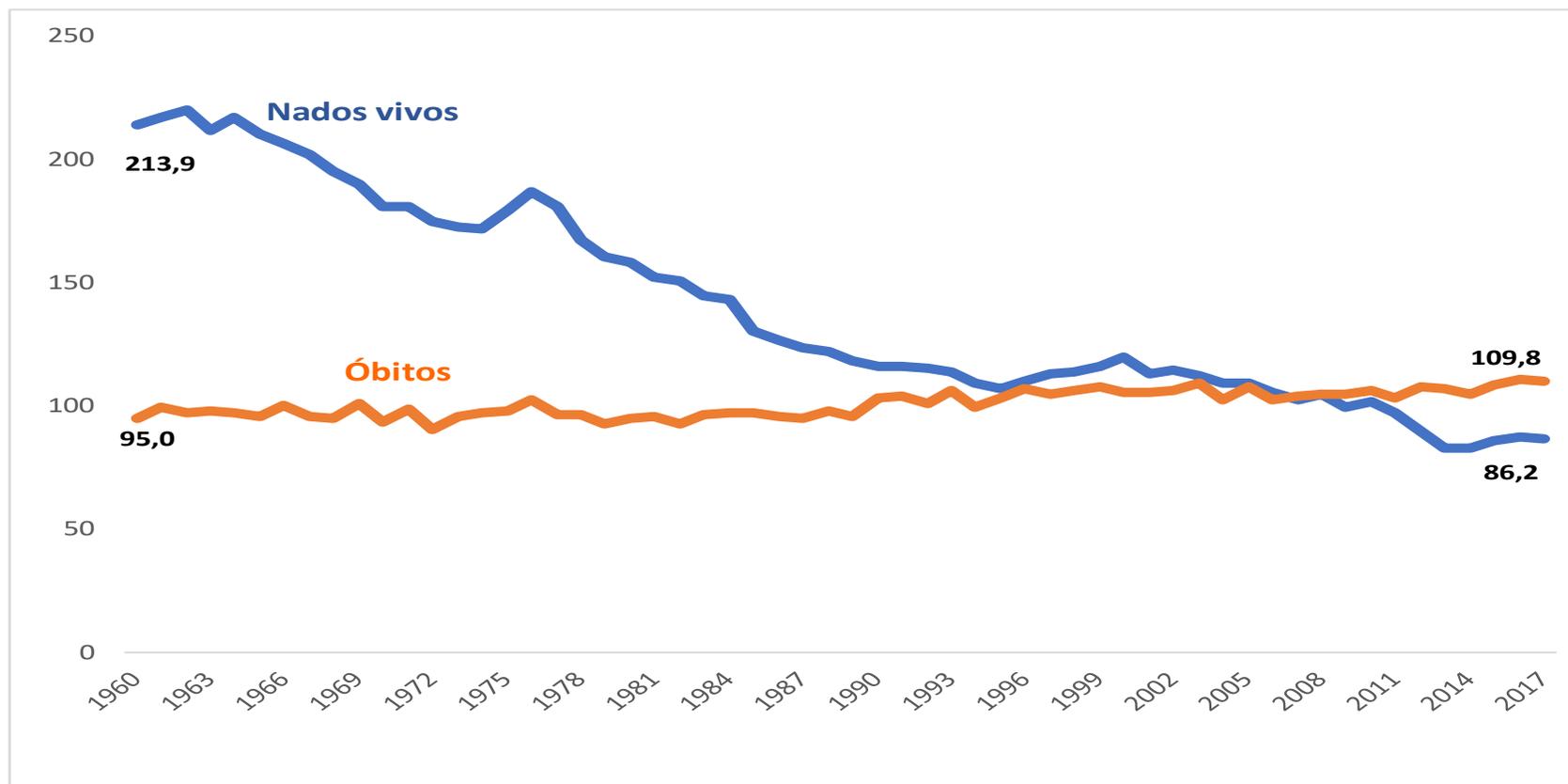
**Maria José Carrilho**  
Lisboa, 4 de abril de 2019

# Nados vivos diminuem

Evolução de Nados vivos e Óbitos, Portugal, 1960-2017



Milhares



Fonte: INE, I.P.

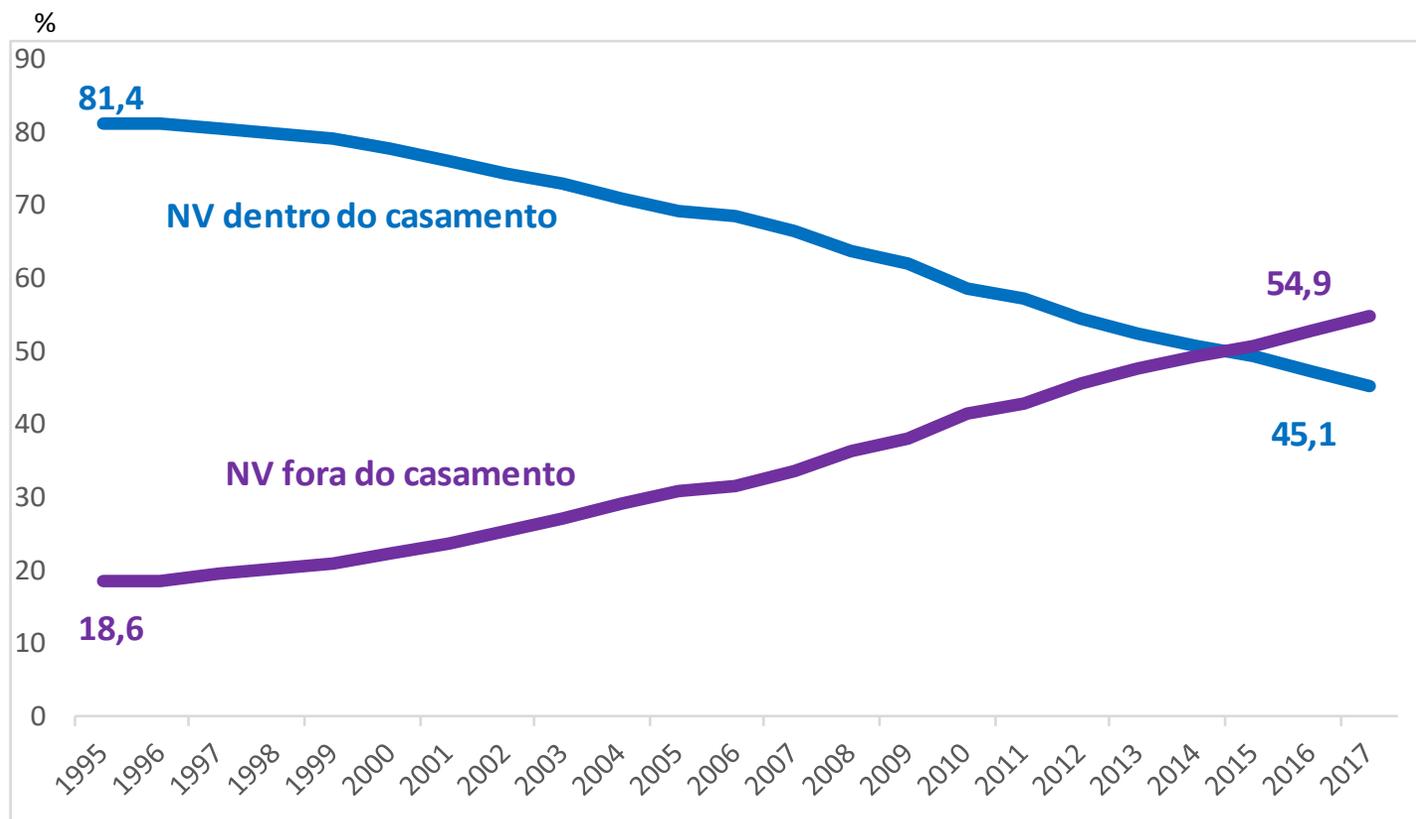
Índice Sintético de fecundidade (ISF)  
1960 = **3,20** crianças por mulher  
1982 = 2,08  
2017 = **1,37** crianças por mulher

Taxa de mortalidade infantil (óbitos menos de um ano por mil nados vivos)  
1960=**77,5 %**  
2017=**2,7 %**

# Nados vivos dentro do casamento em declínio



## Nados Vivos de mães residentes em Portugal segundo a filiação, 1995-2017



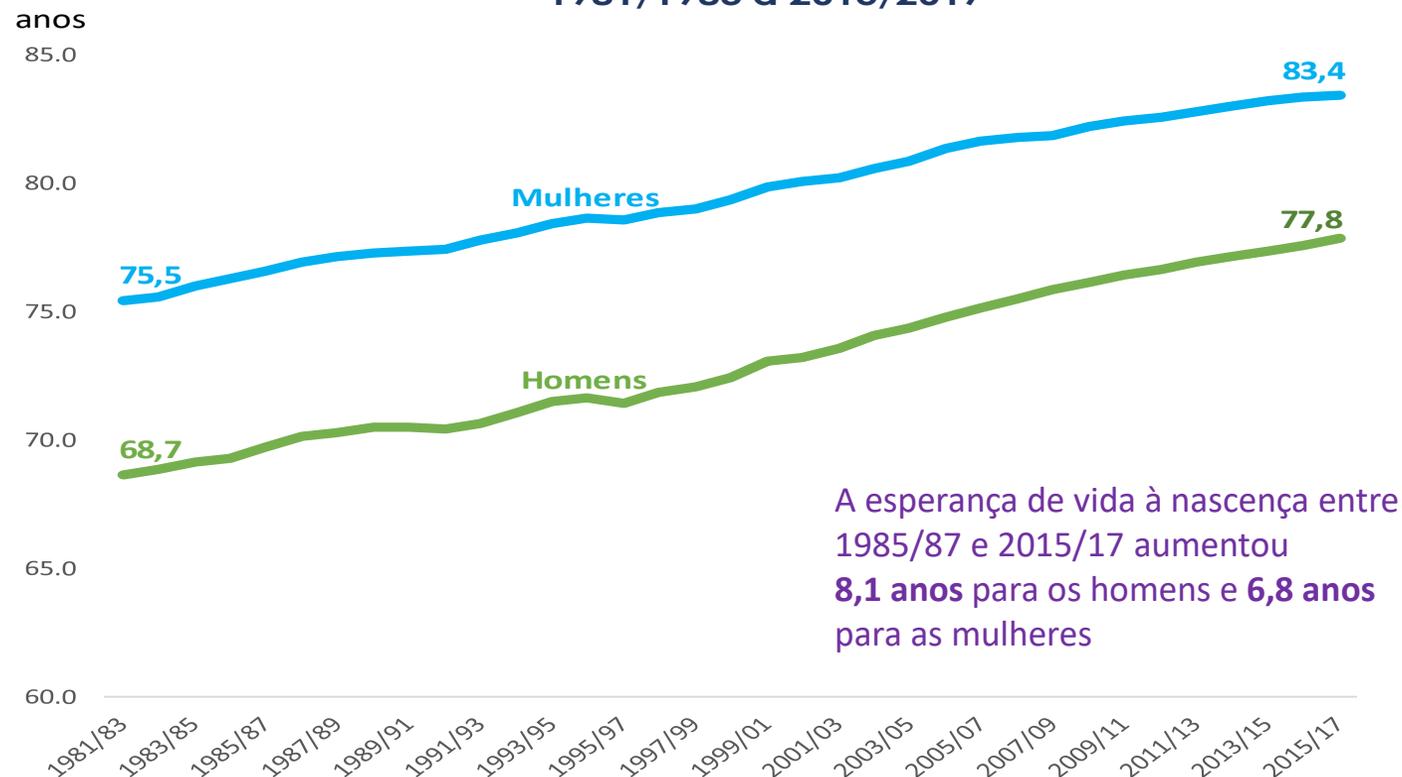
Fonte: INE,I:P.

Anos	Nados vivos fora do casamento (NVFC)-%	NVFC com coabitação dos pais- %	NVFC sem coabitação dos pais- %
1995	18.6	14.3	4.4
2005	30.7	24.8	6.0
2015	50.7	34.4	16.3
2017	54.9	36.8	18.1

# Esperança de vida aumenta



Esperança de vida à nascença, por sexo, Portugal  
1981/1983 a 2015/2017



Esperança de vida aos 65 anos  
2015-2017

**Homens - 17,6 anos**  
**Mulheres - 20,8 anos**

Entre 1985/1987 e 2015/2017

**+ 3,9 anos para os homens**  
**+ 4,1 anos para as mulheres**

# Mais Pessoas Idosas



## População residente em Portugal, por sexo e grandes grupos etários

Idade	2001 (Censos)			2011 (Censos)			2017 (estimativas)		
	HM	H	M	HM	H	M	HM	H	M
<b>Total</b>	<b>10356117</b>	<b>5000141</b>	<b>5355976</b>	<b>10562178</b>	<b>5046600</b>	<b>5515578</b>	<b>10291027</b>	<b>4867692</b>	<b>5423335</b>
0-14	1656602	847553	809049	1572329	803999	768330	1423896	728150	695746
15-64	7006022	3444370	3561652	6979785	3400277	3579508	6653857	3215941	3437916
<b>65+</b>	<b>1693493</b>	<b>708218</b>	<b>985275</b>	<b>2010064</b>	<b>842324</b>	<b>1167740</b>	<b>2213274</b>	<b>923601</b>	<b>1289673</b>
65-69	538165	244230	293935	551701	253004	298697	619886	285246	334640
70-79	802028	340054	461974	926144	400592	525552	946500	407598	538902
80+	353300	123934	229366	532219	188728	343491	646888	230757	416131

### Em 31 dezembro 2017

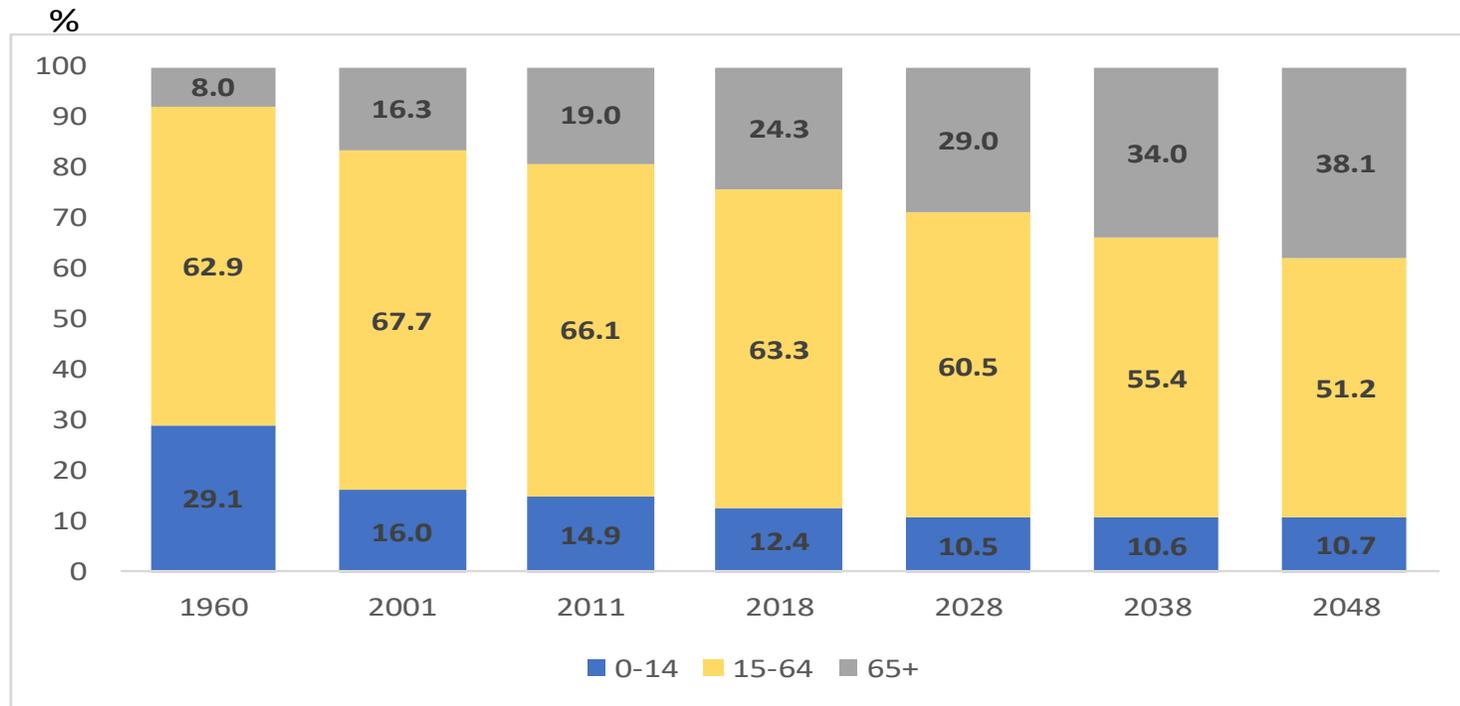
**21,1%** do total da população residente são pessoas idosas (65+anos).

**29,2%** do total das pessoas idosas têm 80+anos, são muito idosas.

**32,3%** das mulheres idosas têm 80 e mais anos.

# A estrutura etária altera-se

## Estrutura etária da população residente em Portugal, 1960-2048



A proporção de pessoas idosas na população total **triplica** entre 1960 e 2018.

Nos próximos 10 anos prevê-se que:

- Decréscimo na população em idade ativa
- Os homens idosos aumentem mais (18,2%) do que as mulheres idosas (15,5%);
- As pessoas com 80+ anos aumentam mais: 22,3% os homens e 18,1% as mulheres.

Para o decénio 2028-2038 prevê-se o abrandamento do ritmo crescimento das pessoas idosas. O aumento mantém-se superior nos homens.

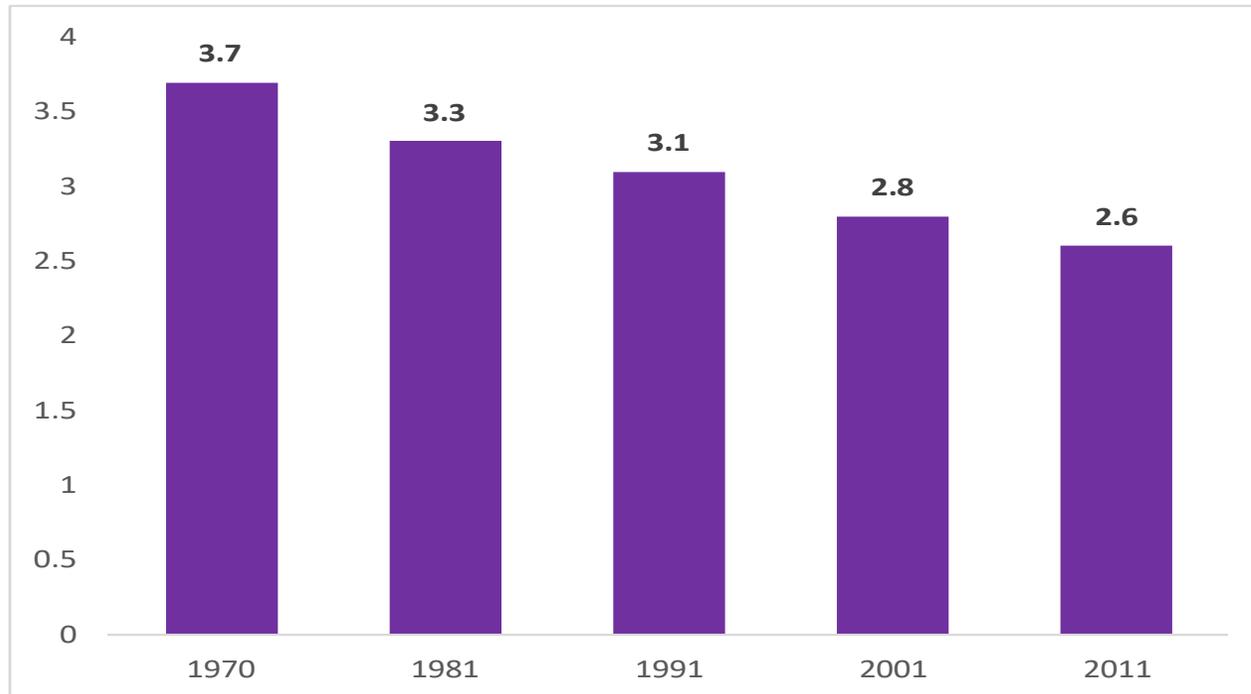
Fonte: INE, I.P., Censos de 1960, 1991, 2001, 2011; Eurostat, Projections 2015-2080, Baseline cenário, Portugal, last update 17.01.2018 (cálculos da autora)

# As famílias reduzidas ganham importância



## Dimensão média das famílias clássicas em Portugal

N.º Pessoas



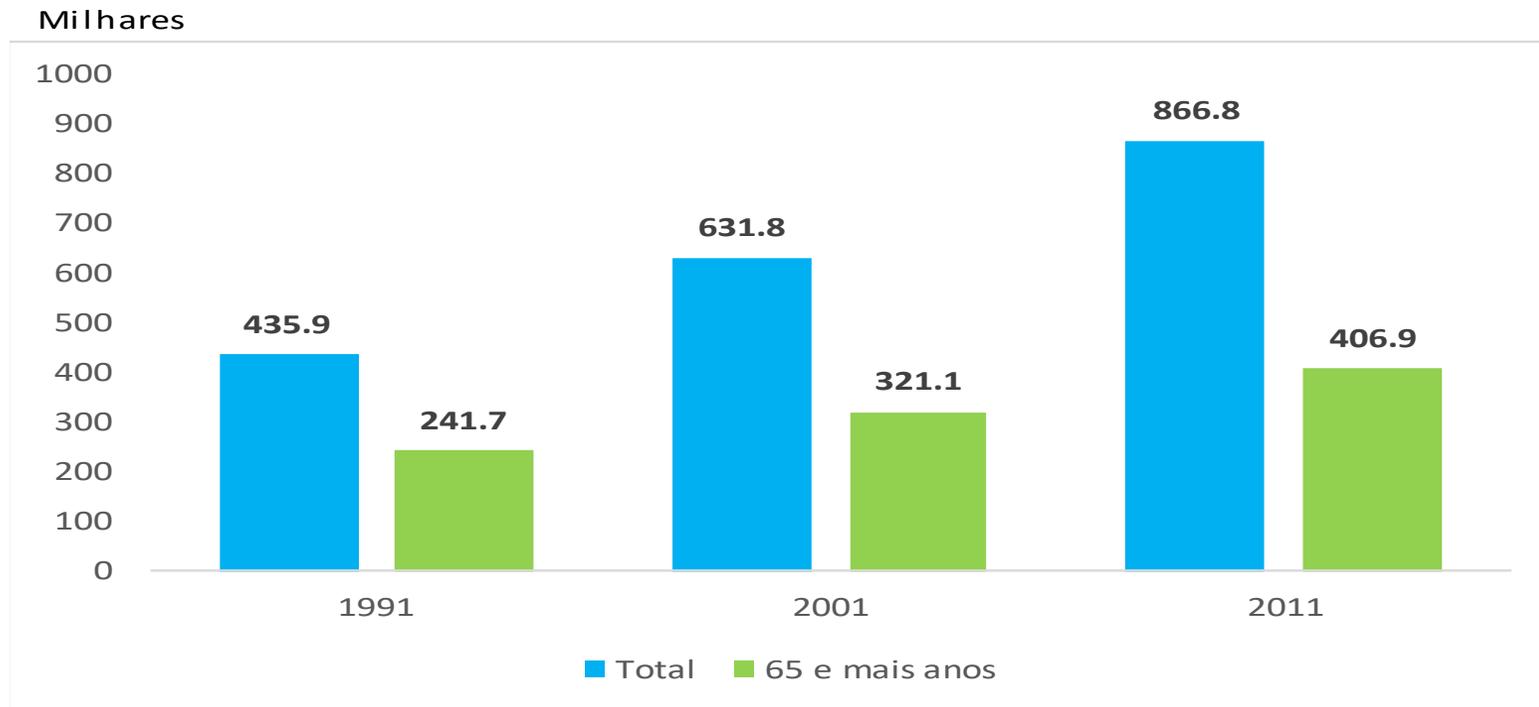
INE.I.P., Recenseamento da população e habitação - séries históricas

**Família Clássica:** Conjunto de pessoas que residem no mesmo alojamento e que têm relações de parentesco (de direito ou de facto) entre si, podendo ocupar a totalidade ou parte do alojamento. Considera-se também como família clássica qualquer pessoa independente que ocupe uma parte ou a totalidade de uma unidade de alojamento (Fonte: INE).

**Dimensão média da família:** Quociente entre o número de pessoas residentes em famílias clássicas e o número de famílias clássicas residentes.

# As famílias unipessoais aumentam

## Famílias clássicas unipessoais residentes em Portugal nos Censos de 1991, 2001 e 2011



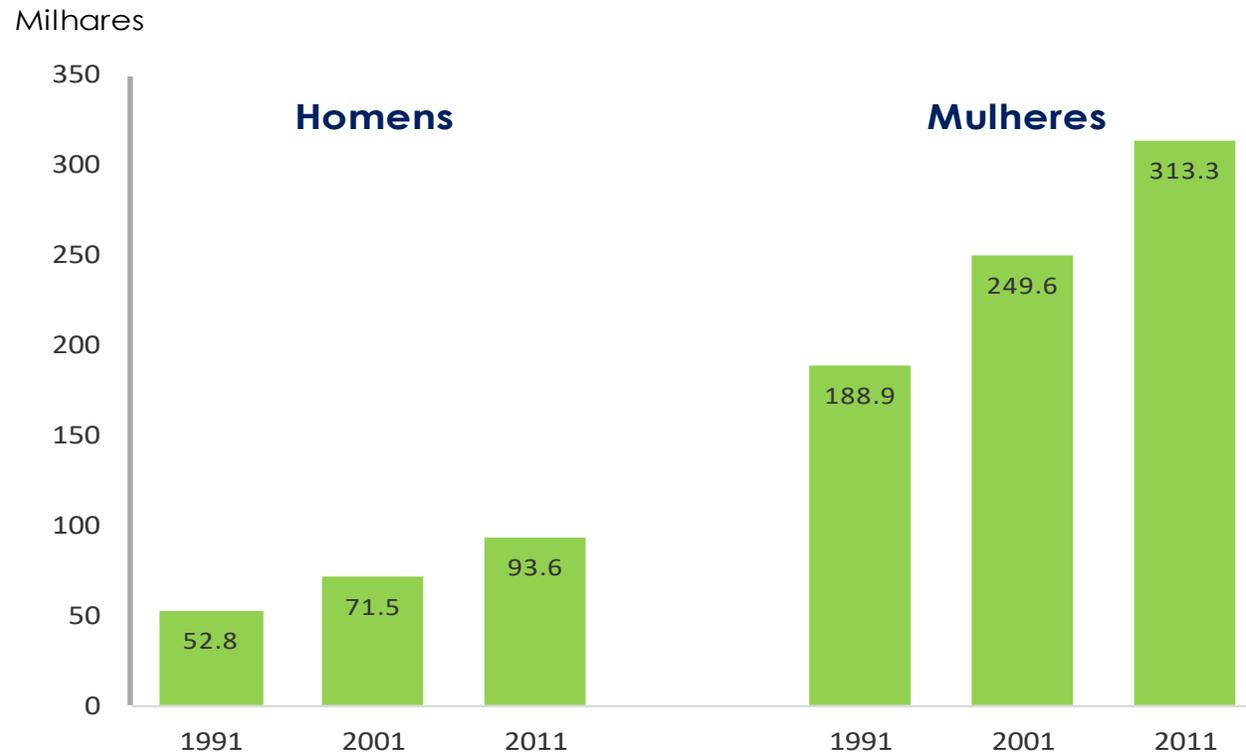
Fonte: INE, I.P., Censos 1991, 2001 e 2011

- As famílias unipessoais quase duplicaram entre 1991 e 2011 (40,5%)
- O número de famílias unipessoais com idades entre os 25-54 anos mais do que triplicou.
- As famílias unipessoais de pessoas idosas são **quase metade** das famílias unipessoais.

# As famílias unipessoais de homens idosos aumentaram mais



Famílias unipessoais de pessoas idosas, Portugal, 1991, 2001 e 2011



Fonte: INE, I.P., Censos 1991, 2001 e 2011

## 2001-2011

As famílias unipessoais de pessoas idosas aumentaram 26,8%.

As famílias unipessoais compostas por **homens idosos são menos numerosas** mas cresceram mais (30,9%) do que as de mulheres (25,5%).

# Mais de metade das Pessoas Idosas tem dificuldade em realizar os cuidados pessoais



Pessoas Idosas com dificuldade em realizar os cuidados pessoais por tipo de dificuldade, Portugal, 2014

Tipo de dificuldade	N.º	%
Alimentar-se sozinho	65115	3.1
Deitar-se, sentar-se ou levantar-se da cama ou de uma cadeira	305175	14.5
Vestir-se ou despir-se	289020	13.7
Utilizar os sanitários	153768	7.3
Tomar banho ou duche	343158	16.3
Lavar as mãos e a cara	79069	3.8
<b>Total Pessoas Idosas com dificuldade em realizar os cuidados pessoais</b>	<b>1235305</b>	<b>58.7</b>

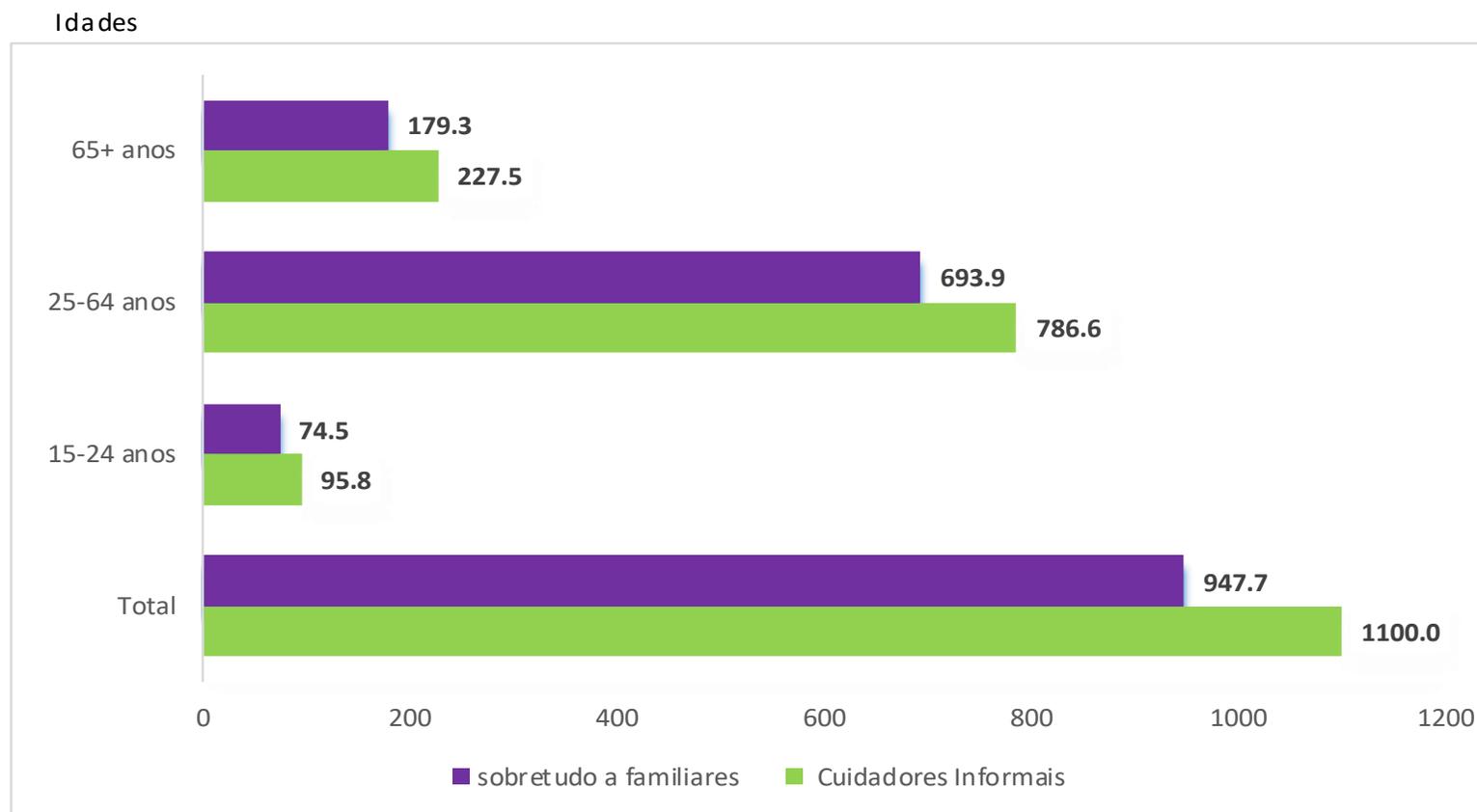
Fonte: INE/INSA, Inquérito Nacional de Saúde 2014

As **mulheres** referem sempre uma proporção de dificuldade mais significativa (**superior a 70%**) do que os homens

# As mulheres cuidam mais dos familiares



População com 15 e mais anos que presta cuidados informais, Portugal, 2014  
(em milhares)



## Pessoas que cuidam

**Homens:** 434 mil (39,1%)

**Mulheres:** 676 mil (60,9%)

- A maioria presta cuidados sobretudo a familiares **(85,4%)**
- 146,6 mil mulheres idosas prestam cuidados: **77,5%** sobretudo a familiares

# Conclusão

- As mudanças demográficas em Portugal acentuaram-se nas últimas décadas bem como o modo de vida.
- O número de nados vivos diminuiu fortemente e a substituição das gerações não é assegurada há quase quarenta anos. A proporção dos primeiros filhos representa, a partir de 1988, mais de metade dos nados vivos.
- A idade média da mãe ao nascimento do primeiro filho sobe e ultrapassa os 30 anos em 2014.
- Desde 2015 que os nados vivos dentro do casamento representam menos de metade do total dos nados vivos. O número de nados vivos fora do casamento aumenta significativamente bem como o número de nascimentos sem coabitação dos pais (33,02% do total dos nados vivos fora do casamento em 2017).
- A esperança média de vida à nascença e aos 65 anos aumenta e a diferença entre homens e mulheres atenua-se. O acréscimo de anos de vida nem sempre se traduz em melhor qualidade de vida.
- A estrutura etária da população altera-se: mais pessoas idosas, menos jovens e menos população em idade ativa.
- As famílias tornam-se mais pequenas. As famílias unipessoais ganham importância, em particular as constituídas por pessoas idosas e entre estas, as compostas por homens são as que mais crescem. Os núcleos familiares monoparentais, constituídos por pai ou mãe com os filhos crescem.
- Há pessoas idosas com dificuldades físicas e sensoriais; com dificuldades nos próprios cuidados pessoais e com necessidade de ajuda para realizar tarefas essenciais. Há pessoas idosas isoladas e sós.
- A Família em Portugal tem tido um papel fundamental na vida das pessoas idosas e nos cuidados a prestar-lhes. A **Solidariedade entre gerações** tem-se expressado essencialmente dentro da Família. Mas, a Família como conceito e vivência tem-se vindo a alterar.
- **Quem vai assumir a responsabilidade de cuidar das pessoas idosas?**





# Muito obrigada!

Associação Portuguesa de Psicogerontologia-APP

[www.app.com.pt](http://www.app.com.pt)