



INSTITUTO NACIONAL DE ESTATÍSTICA  
DEPARTAMENTO DE ESTATÍSTICAS SOCIAIS  
Serviço de Estatísticas das Condições de Vida

## **Documento Metodológico**

### **4º Inquérito Nacional de Saúde**

**Código: 337**

**Versão: 1.0**

Janeiro de 2005 <

## **I - CARACTERIZAÇÃO GERAL**

### **1. Código/Versão data**

337 / 1.0

### **2. Código SIGINE**

SD0004

### **3. Designação**

4º Inquérito Nacional de Saúde

### **4. Actividade Estatística**

336 – Inquérito Nacional de Saúde

### **5. Objectivos**

Obter estimativas sobre os estados de saúde e de doença da população portuguesa bem como sobre os respectivos factores determinantes, e ainda, sobre o planeamento, a gestão e a avaliação dos programas e dos serviços de saúde.

O 4º INS tem como principal objectivo a caracterização da população portuguesa face à saúde. Os principais aspectos da informação que este inquérito pretende recolher referem-se à caracterização sociodemográfica, informações gerais de saúde, incapacidade temporária, incapacidade de longa duração, doenças crónicas, cuidados de saúde, consumo de medicamentos, saúde oral, despesas e rendimentos, consumo de tabaco, consumo de alimentos e bebidas, saúde reprodutiva, actividade física, saúde mental, cuidados preventivos, qualidade de vida e insegurança alimentar. Outro objectivo prende-se com a possibilidade de avaliar a alteração de alguns comportamentos face à saúde, tendo por base os resultados dos inquéritos nacionais de saúde realizados em 1995 e 1998 .

### **6. Descrição**

O Inquérito Nacional de Saúde é uma operação estatística sobre variáveis sociodemográficas e de saúde realizada por entrevista directa junto de uma amostra representativa dos agregados familiares do Continente e das Regiões Autónomas.

## **7. Entidades Responsáveis**

Instituto Nacional de Estatística (INE)

Técnico responsável: Eduarda Góis

Telefone: 218 426 237

Fax: 218 426 365

Email: [eduarda.góis@ine.pt](mailto:eduarda.góis@ine.pt)

## **8. Relacionamento**

INSA

Técnico responsável: Carlos Matias Dias

Telefone: 217 526 490

Fax: 217 526 499

Email: [carlos.dias@insa.min-saude.pt](mailto:carlos.dias@insa.min-saude.pt)

## **9. Enquadramento Legal:**

“Quarto Inquérito Nacional de Saúde – Contrato Regulamentador de Parceria entre INSA e INE”, de 17 de Novembro de 2003, incluindo o Protocolo de Colaboração.

## **10. Obrigatoriedade de resposta**

O instrumento de notação a utilizar no inquérito-piloto está registado no Sistema Estatístico Nacional, sendo de resposta obrigatória.

## **11. Tipo de Operação estatística**

Inquérito amostral

## **12. Tipo de Fontes de Informação**

Directa

## **13. Periodicidade de realização da operação**

Não periódico

#### **14. Âmbito Geográfico**

Continente e Regiões Autónomas dos Açores e da Madeira.

#### **15. Utilizadores da Informação**

Interno: INE/Departamento de Estatísticas Sociais

Externo: INSA – Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge

Nos termos da cláusula 13ª do Contrato Regulamentador da Parceria entre INSA e INE, a cedência da base de dados anonimizada a terceiros será possível após consulta mútua e mediante autorização de modo expresse e por escrito.

#### **16. Data de início**

Inquérito – piloto: 22 de Novembro de 2004

Inquérito: 7 de Fevereiro de 2005

#### **17 . Produtos**

Padrão de qualidade: 30 de Junho de 2006

Os produtos serão acordados com o INSA no quadro do calendário previsto no Protocolo de Colaboração, Fase 3, a iniciar no final de Janeiro de 2005.

### ***II - CARACTERIZAÇÃO METODOLÓGICA***

#### **18. Âmbito populacional**

O âmbito populacional é o dos residentes em unidades de alojamento familiares no País à data da realização das entrevistas, incluindo os estrangeiros, à excepção dos residentes em alojamentos colectivos.

#### **19. Base de Amostragem**

Ficheiros de Alojamentos (Amostra – Mãe)

#### **20 e 21. Unidades estatísticas**

##### **Unidades de amostragem**

A unidade amostral é o alojamento.

## **22. Amostra**

### **Desenho da amostra**

O dimensionamento e selecção da amostra foram efectuados pelo INE em colaboração com o INSA, de acordo com os seguintes critérios:

- Ter por base os resultados dos Recenseamentos da População e da Habitação de 2001.
- Ter uma distribuição aproximadamente homogénea nas sete regiões NUTS II (delimitação de 1989), de forma a garantir em cada uma, um coeficiente de variação não superior a 15% para sub-populações não inferiores a 5% da população de qualquer das regiões acima referidas.
- Permitir a obtenção de estimativas para as Regiões de Saúde, embora estas estimativas possam não respeitar as condições de precisão indicadas na alínea anterior, conforme estabelecido contratualmente entre o INSA e o INE.

A amostra do INS foi seleccionada a partir da Amostra-Mãe (AM) introduzindo uma nova etapa no processo de selecção. Assim, as unidades da primeira etapa (unidades primárias) correspondem às áreas da AM e as unidades da segunda etapa (unidades secundárias) correspondem aos alojamentos familiares de residência principal existentes em cada uma das áreas.

Dentro das unidades secundárias não se realiza qualquer amostragem, dado que se recolhe informação sobre todos os indivíduos que aí tenham a sua residência principal.

A fim de colmatar possíveis não respostas devidas a desactualizações da base de amostragem, a amostra obtida atendendo aos condicionalismos anteriores foi reforçada com uma taxa adequada, de modo a que o número final de entrevistas conseguidas fosse o previsto inicialmente.

No quadro seguinte apresenta-se a dimensão global da amostra, em unidades de alojamento, e a sua distribuição por cada uma das regiões NUTS II.

	<b>Dimensão</b> (unidades de alojamento)
<b>Portugal</b>	<b>19950</b>
Norte	2604
Centro	3048
Lisboa e Vale do Tejo	3328
Alentejo	3045
Algarve	3220
Açores	2304
Madeira	2401

Em cada uma das regiões NUTS II, as áreas seleccionadas foram distribuídas de forma mais ou menos uniforme por trimestre e por semana, de modo a minimizar os efeitos sazonais nos resultados do inquérito.

No que respeita ao inquérito-piloto, foi seleccionada uma amostra de 1104 unidades de alojamento em função do número de entrevistadores e reinquiridores, e por forma a cumprir o número de 6 entrevistas realizadas por agente de inquirição que se encontra estipulado na cláusula 9ª do Protocolo de Colaboração. Foi ainda considerado um reforço de mais 2 entrevistas por entrevistador/reinquiridor.

As reinquirições serão realizadas junto de uma sub-amostra de 10% das entrevistas distribuídas.

## **24. Recolha de dados**

### **Inquérito – piloto:**

Período de referência: 2004

Período de recolha : 22 a 28 de Novembro de 2004

Data de expedição das cartas de aviso: 16 de Novembro de 2004

Contacto inicial: Carta de aviso

Método de recolha : Entrevista directa com computador

Insistências/Tratamento de recusas: de acordo com o contrato celebrado com o INSA cada entrevistador está obrigado a conseguir seis (6) entrevistas em oito (8) seleccionadas.

Critério utilizado para fecho do inquérito: data simples: 28 de Novembro de 2004

Possibilidade ou não de inquiridos Proxy: Sim, quando os inquiridos têm idade inferior a 15 anos

Utilização de incentivos: Carta de agradecimento

Formação dos entrevistadores: Um mês (18 de Outubro a 17 de Novembro de 2004)

Testes a efectuar antes do início do trabalho de campo: Foi realizado um pré-teste a uma amostra da região NUTS II 103 no final de Abril de 2005, do qual decorreram ajustamentos ao instrumento de notação.

Captura de dados: Digitação  
Codificação de dados: Manual  
Software utilizado: Blaise

#### **Inquérito 2005/2006:**

Período de referência: 2004/2006  
Período de recolha : Fevereiro 2005/ Janeiro de 2006  
Data de expedição das cartas de aviso: 24 de Janeiro de 2005  
Contacto inicial: Carta de aviso  
Método de recolha : Entrevista directa com computador  
Insistências/Tratamento de recusas: A amostra contempla um reforço de modo a obter um número final de entrevistas conseguidas suficientes para assegurar os níveis de representatividade estabelecidos.  
Critério utilizado para fecho do inquérito: 6 de Fevereiro de 2006  
Possibilidade ou não de inquiridos Proxy: Sim, quando os inquiridos têm idades inferiores a 15 anos  
Utilização de incentivos: Carta de agradecimento  
Captura de dados: Digitação  
Codificação de dados: Manual  
Software utilizado: Blaise

#### **25. Tratamento dos dados**

A acordar com o INSA no quadro da Fase 3 do calendário previsto na 13ª clausula do Protocolo de Colaboração.

#### **26. Confidencialidade dos dados**

O segredo estatístico é assegurado através da supressão da identificação pessoal: microdados anonimizados.

### **III – CONCEITOS**

#### *1 - Conceitos estatísticos no âmbito da demografia*

**2036** - Apátrida  
Indivíduo sem nacionalidade

**161** - Casado com registo  
Situação de estado civil (legal) de toda a pessoa que tenha contraído casamento.

**162** - Casado sem registo

Situação de toda a pessoa que, independentemente do seu estado civil (legal), viva em situação idêntica à de casado, não a tendo legalizada.

**167 - Divorciado**

Situação de estado civil de toda a pessoa que obteve a decisão de dissolução legal e definitiva do vínculo de casamento.

**171 - Emigrante permanente**

Pessoa (nacional ou estrangeira) que, no período de referência, tendo permanecido no país por um período contínuo de pelo menos um ano, o deixou com a intenção de residir noutro país por um período contínuo igual ou superior a um ano.

**172 - Emigrante temporário**

Pessoa (nacional ou estrangeira) que, no período de referência, tendo permanecido no país por um período contínuo de pelo menos um ano, o deixou, com a intenção de residir noutro país por um período inferior a um ano. Excluem-se desta situação as deslocações com carácter de: turismo, negócios, estudo, saúde, religião ou outro de igual teor.

**174 - Estado civil**

Situação jurídica da pessoa composta pelo conjunto das qualidades definidoras do seu estado pessoal face às relações familiares, que constam obrigatoriamente do registo civil. Compreende as seguintes situações: a) Solteiro; b) Casado; c) Viúvo; d) Divorciado

**177 - 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. São incluídos na família clássica o(a)s empregados domésticos internos, desde que não se desloquem todas ou quase todas as semanas à residência da respectiva família.

**180 - Idade**

Intervalo de tempo que decorre entre a data do nascimento (dia, mês e ano) e as 0 horas da data de referência. A idade é expressa em anos completos, salvo se tratar de crianças com menos de 1 ano, devendo nestes casos ser expressa em meses, semanas ou dias completos.

**185 - Imigrante permanente**

Pessoa (nacional ou estrangeira) que, no período de referência, entrou no país com a intenção de aqui permanecer por um período igual ou superior a um ano, tendo residido no estrangeiro por um período contínuo igual ou superior a um ano.

**186 - Imigrante temporário**

Pessoa (nacional ou estrangeira) que, no período de referência, entrou no país com a intenção de aqui permanecer por um período inferior a um ano, tendo residido no estrangeiro por um período contínuo igual ou superior a um ano

**198 - Nacionalidade**

Cidadania legal da pessoa no momento de observação; são consideradas as nacionalidades constantes no bilhete de identidade, no passaporte, no título de residência ou no certificado de nacionalidade apresentado. As pessoas que, no momento de observação, tenham pendente um processo para obtenção da nacionalidade, devem ser considerados com a nacionalidade que detinham anteriormente.

**201 - Naturalidade**



Considera-se naturalidade o local do nascimento ou o local da residência habitual da mãe à data do nascimento. Para determinados fins estatísticos deve-se considerar preferencialmente o local da residência habitual da mãe à data do nascimento.

**212 - Representante da família clássica**

Elemento da família que como tal seja considerado pelos restantes membros e que: resida no alojamento; seja maior de idade (18 ou mais anos) e, preferentemente, seja titular do alojamento, isto é, tenha em seu nome o título de propriedade ou o contrato de arrendamento.

**219 - Separação legal de pessoas e bens**

Alteração da vida familiar dos cônjuges, por decisão legal, cessando os deveres de coabitação e assistência, mas mantendo-se o vínculo do casamento.

**3642 - Residência principal/habitual**

Alojamento que constitui a residência de pelo menos um agregado familiar durante a maior parte do ano, ou para onde um agregado tenha transferido a totalidade ou maior parte dos seus haveres.

**3823 - Residente no alojamento**

Pessoa que, no período de referência, está presente no alojamento, sendo este a sua residência principal ou que, estando ausente, não ocupa outro alojamento de forma permanente.

*2 - Conceitos estatísticos no âmbito da educação:*

**254 - Aluno**

Indivíduo que frequenta o sistema formal de ensino após o acto de registo designado como matrícula.

**255 - Aluno matriculado**

Ver "ALUNO"

**3855 - Bacharelato**

Curso de três anos, comprovativo de uma formação científica, académica e cultural adequada ao exercício de determinadas actividades profissionais, conducente ao grau de bacharel

**257 - Conclusão de curso**

Situação escolar do aluno que termina com sucesso o nível de ensino que frequenta, tendo direito à atribuição do respectivo diploma

**3873 - Doutoramento**

Processo conducente ao grau de doutor numa instituição de ensino superior universitário no âmbito de um ramo de conhecimento ou de especialidade. Integra: a elaboração de uma tese original e especialmente elaborada para este fim, adequada à natureza do ramo de conhecimento ou da especialidade; a eventual realização de unidades curriculares dirigidas à formação para a investigação, sempre que as respectivas normas regulamentares o prevejam.

**3788 - Ensino básico**

Nível de ensino que se inicia cerca da idade de seis anos, com a duração de nove anos, cujo programa visa assegurar uma preparação geral comum a todos os indivíduos, permitindo o prosseguimento posterior de estudos ou a inserção do aluno em esquemas orientados para a vida activa. Compreende três ciclos sequenciais, sendo o 1.º de quatro anos, o 2.º de dois anos e o 3.º de três anos. É universal, obrigatório e gratuito.

**3880 - Ensino pós-secundário**

Ver "CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO TECNOLÓGICA".

**3885 - Ensino secundário**

Nível de ensino que corresponde a um ciclo de três anos (10.º, 11.º e 12.º anos de escolaridade), que se segue ao ensino básico e que visa aprofundar a formação do aluno para o prosseguimento de estudos ou para o ingresso no mundo do trabalho. Está organizado em cursos predominantemente orientados para o prosseguimento de estudos e cursos predominantemente orientados para a vida activa

**3889 - Ensino superior**

Nível de ensino que compreende o ensino universitário e o ensino politécnico, ao qual têm acesso os indivíduos habilitados com um curso secundário e os indivíduos maiores de 25 anos que, não possuindo a referida habilitação, revelem qualificação para a sua frequência através de prestação de provas

**272 - Estudante**

Ver "ALUNO".

**5937 - Grau académico**

Título académico que atesta a posse de uma determinada habilitação académica de nível superior. Aos indivíduos que tenham concluído, respectivamente, um curso de bacharelato, de licenciatura, de mestrado ou de doutoramento são conferidos, respectivamente, os graus de bacharel, de licenciado, de mestre e de doutor. Cada um dos ciclos em que se encontram organizados os níveis de ensino.

**3892 - Licenciatura**

Curso ministrado por uma instituição de ensino superior, conducente ao grau de licenciado e comprovativo de uma formação científica, técnica e cultural que permite o aprofundamento de conhecimentos numa determinada área do saber e um adequado desempenho profissional.

**3893 - Mestrado**

Curso que comprova nível aprofundado de conhecimento numa área científica restrita e capacidade científica para a prática de investigação, e que conduz ao grau de mestre.

**3895 - Nível de ensino**

Refere-se a cada um dos três níveis sequenciais que constituem o sistema de ensino: ensino básico, ensino secundário e ensino superior

**3896 - Nível de escolaridade**

Nível ou grau de ensino mais elevado que o indivíduo concluiu ou para o qual obteve equivalência, e em relação ao qual tem direito ao respectivo certificado ou diploma

**3295 - Grau de instrução**

Grau de ensino mais elevado atingido pelo indivíduo (completo, incompleto, frequência).

**3 - Conceitos estatísticos no âmbito do emprego****279 - Absentismo**

Ausências do trabalhador durante o período normal de trabalho a que está obrigado independentemente das suas causas e de se converterem ou não em faltas justificadas.

**2755 - Acidente de trabalho**

Todo o acontecimento inesperado e imprevisto, incluindo os actos de violência derivados do trabalho ou com ele relacionados, do qual resulte uma lesão corporal, uma doença ou a morte de um ou vários trabalhadores. São também considerados acidentes de trabalho os acidentes de viagem, de transporte ou de circulação, nos quais os trabalhadores ficam lesionados e que ocorrem por causa, ou no decurso do trabalho, isto é, quando exercem uma actividade económica, ou estão a trabalhar, ou realizam tarefas para o empregador.

**3026 - Acidente de trajecto**

Acidente que ocorre no trajecto habitualmente efectuado pelo trabalhador, qualquer que seja a direcção na qual se desloca, entre o seu local de trabalho ou de formação profissional ligada à sua actividade económica, e: i) a sua residência habitual ou ocasional; ii) o local onde toma normalmente as suas refeições, ou iii) o local onde recebe normalmente o seu salário, do qual resulta a morte ou lesões corporais.

**1456 - Condição perante o trabalho**

Situação do indivíduo perante a actividade económica no período de referência podendo ser considerado activo ou inactivo.

**1459 - Desempregado**

Indivíduo, com idade mínima de 15 anos que, no período de referência, se encontrava simultaneamente nas situações seguintes: a) não tinha trabalho remunerado nem qualquer outro; b) estava disponível para trabalhar num trabalho remunerado ou não; c) tinha procurado um trabalho, isto é, tinha feito diligências no período especificado (período de referência ou nas três semanas anteriores) para encontrar um emprego remunerado ou não. Consideram-se como diligências: a) contacto com um centro de emprego público ou agências privadas de colocações; b) contacto com empregadores; c) contactos pessoais ou com associações sindicais; d) colocação, resposta ou análise de anúncios; e) realização de provas ou entrevistas para selecção; f) procura de terrenos, imóveis ou equipamentos; g) solicitação de licenças ou recursos financeiros para a criação de empresa própria. O critério de disponibilidade para aceitar um emprego é fundamentado no seguinte: a) no desejo de trabalhar; b) na vontade de ter actualmente um emprego remunerado ou uma actividade por conta própria caso consiga obter os recursos necessários; c) na possibilidade de começar a trabalhar no período de referência ou pelo menos nas duas semanas seguintes. Inclui o indivíduo que, embora tendo um emprego, só vai começar a trabalhar em data posterior à do período de referência (nos próximos três meses)

**1461 - Desempregado á procura do 1º emprego**

Indivíduo desempregado que nunca teve emprego

**1268 - Doença profissional**

Doença contraída na sequência de uma exposição, durante um período de tempo, a factores de risco derivados da actividade profissional.

**1468 - Doméstico**

Indivíduo que, não tendo um emprego nem estando desempregado, se ocupa principalmente das tarefas domésticas no seu próprio lar.

**283 - Duração habitual de trabalho**

Número de horas executadas com carácter habitual, mesmo que não realizadas no período de referência. Inclui as horas extraordinárias desde que a sua prestação tenha carácter regular.

**3011 - Estagiários**

Trabalhadores com preparação teórica, que se encontram em fase de formação profissional para as funções que pretendem exercer.

**3028 - Incapacidade para trabalhar**

Incapacidade da pessoa lesionada para executar as tarefas normais correspondentes, no emprego ou posto de trabalho que ocupava no momento em que se produziu o acidente de trabalho.

**538 - Parto**

Completa expulsão ou extracção do corpo materno de um ou mais fetos, de 22 ou mais semanas de gestação, ou com 500 ou mais gramas de peso, independentemente da existência ou não de vida e de ser espontâneo ou induzi

**1476 - População activa**

Conjunto de indivíduos com idade mínima especificada que, no período de referência, constituem a mão-de-obra disponível para a produção de bens e serviços que entram no circuito económico (empregados e desempregados).

**1477 - População inactiva**

Conjunto de indivíduos, qualquer que seja a sua idade que no período de referência, não podem ser considerados economicamente activos, isto é, não estão empregados nem desempregados, nem a cumprir o serviço militar obrigatório.

**2394 - Profissão**

Ofício ou modalidade de trabalho, remunerado ou não, a que corresponde um determinado título ou designação profissional, constituído por um conjunto de tarefas que concorrem para a mesma finalidade e que pressupõem conhecimentos semelhantes.

**2402 - Profissão principal**

Profissão que o indivíduo ocupou mais tempo no período de referência.

**3521 - Seguro de saúde ( Encargos convencionais, contratuais e facultativos)**

Contribuições pagas pelo empregador aos regimes complementares de seguro de saúde não obrigatórios (são excluídos quaisquer pagamentos directos aos trabalhadores). Destinam-se à comparticipação das despesas relativas a assistência médica (consultas, meios auxiliares de diagnóstico, medicamentos, internamentos hospitalares e intervenções cirúrgicas). É excluída a medicina de trabalho .

**2405 - Situação na profissão**

Relação de dependência ou independência de um indivíduo activo no exercício da profissão, em função dos riscos económicos em que incorre e da natureza do controlo que exerce na empresa.

**2412 - Trabalhador por conta de outrem**

Indivíduo que exerce uma actividade sob a autoridade e direcção de outrem, nos termos de um contrato de trabalho, sujeito ou não a forma escrita, e que lhe confere o direito a uma remuneração, a qual não depende dos resultados da unidade económica para a qual trabalha.

**2413 - Trabalhador por conta própria**

Indivíduo que exerce uma actividade independente, com associados ou não, obtendo uma remuneração que está directamente dependente dos lucros (realizados ou potenciais) provenientes de bens ou serviços produzidos. Os associados podem ser, ou não, membros do agregado familiar. Um trabalhador por conta própria pode ser classificado como trabalhador por conta própria como isolado ou como empregador

**1482 - Alojamento**

Local distinto e independente que, pelo modo como foi construído, reconstruído, ampliado ou transformado, se destina a habitação, na condição de, no momento de referência não estar a ser utilizado totalmente para outros fins. Por distinto e independente pretende-se significar o seguinte: Distinto - significa que é cercado por paredes de tipo clássico ou de outro tipo, que é coberto e permite que um indivíduo ou grupo de indivíduos possa dormir, preparar

refeições e abrigar-se das intempéries, separados de outros membros da colectividade. Independente - significa que os seus ocupantes não têm que atravessar outras unidades de alojamento para entrar ou sair da unidade de alojamento onde habitam.

#### População activa

Conjunto de indivíduos com idade mínima de 15 anos que, no período de referência, constituem a mão-de-obra disponível para a produção de bens e serviços que entram no circuito económico ( empregados e desempregados ).

### **Notas explicativas no âmbito da saúde**

#### Abstinência periódica

Método para evitar a gravidez também conhecido por Calendário (contas) ou método de Ogino-Knaus). De acordo com este método, natural, e a fim de saber quais os dias férteis, a mulher deve anotar cuidadosamente num calendário qual o 1º dia da menstruação, durante 6 ciclos consecutivos (ou seja, mais ou menos, durante meio ano), a fim de poder dispor de dados, com alguma validade, acerca do tempo que dura o seu ciclo; este método, duma maneira geral, está posto de parte, dado que se revelou muito falível, pois podem ocorrer alterações substanciais no ciclo, causadas pelo clima, stress, ambiente ou por problemas de saúde, entre outras, e perturbar o momento da ovulação.

#### Acamado

Pessoa que tem, ou virá a ter, como estado habitual a permanência na cama durante todo o dia ou a maior parte do dia. Se na altura do inquérito o(a) entrevistado(a) estiver acamado(a), mas transitoriamente (por exemplo, após um acidente partiu as pernas e está em casa imobilizado), não deverá ser considerado como «sempre acamado(a)».

#### Actividade física

Movimentação isolada ou conjunta de uma ou várias partes do corpo humano de modo a efectuar actividades de lazer ou de trabalho.

#### Acupunctura

Método originário da China, incluído nas denominadas medicinas complementares ou alternativas, para o tratamento e alívio de dores por meio de picadas com agulhas muito finas, aplicadas em determinadas regiões do corpo. Utilizado também noutros problemas de saúde como a desabitação tabágica.

#### Aleitamento materno

Alimentação do recém nascido com leite de origem materna através de amamentação ao peito. São apenas de considerar os caso de amamentação exclusiva, isto é, situações em que apenas se estava a amamentar ao peito a criança.

#### Amamentação

Acto de alimentar o bebé com leite materno através da sucção da mama feminina.

#### Ansiedade crónica

Queixas de nervosismo persistente generalizado ou que surge face a uma ou mais situações determinadas. Pode também incluir queixas de tremores, tensão muscular, sudorese, palpitações ou desconforto epigástrico.

#### Antibiótico

Produto destinado a combater doenças causadas por agentes infecciosos, bactérias, ou fungos, agindo directamente nos microorganismos causadores da doença. Os produtos destinados a combater doenças causadas por vírus são designados anti virais.

#### Artrite

Inflamação de uma ou mais articulações caracterizada por queixas localizadas de inflamação com dor, edema, limitação funcional que podem atingir também os tecidos em volta da articulação. Em alguns casos pode existir envolvimento de mais do que uma articulação em contexto de poli artrite ou de doença reumática.

#### Artrose

Doença degenerativa mais frequente. Afecta uma ou mais articulações e inicia-se por alterações na cartilagem articular que originam alterações na superfície articular lisa e limitam a sua capacidade de deslizamento. Também conhecida por osteoartrose.

#### Asma

Doença pulmonar caracterizada pela inflamação das vias aéreas que determina o seu estreitamento e causa dificuldade respiratória. Os episódios de dificuldade respiratória são geralmente periódicos e caracterizam-se por pieira (gatinhos) dificuldade em respirar, sensação de aperto torácico e tosse.

#### Auto-medicação

Utilização de medicamentos por iniciativa da própria pessoa sem que tenha havido prescrição médica.

#### AVC (acidente vascular cerebral)

Interrupção do fluxo de sangue a qualquer parte do cérebro resultando na morte de tecido cerebral.

#### Baixa médica

Certificação feita por um médico de que a pessoa está impossibilitada de cumprir as suas obrigações profissionais ou escolares, temporariamente ou permanentemente, devido a um problema de saúde.

#### Bronquite crónica

Inflamação dos bronquios caracterizada por produção excessiva de muco bronquico e tosse produtiva que persiste durante um longo período ou é recorrente, sem que haja outra doença que possa explicar estas queixas.

#### Cancro

Crescimento descontrolado de células anormais resultado de mutação de tecidos normais. Este crescimento pode ser fatal quando estas células impedem o funcionamento normal de órgãos vitais lesando sistemas essenciais.

#### Cárie dentária

Cavidade num dente que lesa a sua estrutura.

### Citologia

Exame microscópico de células. No Inquérito Nacional de Saúde, (área 16 – cuidados preventivos) refere-se ao exame microscópico de células colhidas do colo do útero (esfregaço vaginal, teste de papanicolau).

### Coito interrompido

Método para evitar a gravidez. Neste método o marido/companheiro evita que a ejaculação penetre na vagina da mulher, ou seja, o pénis é retirado da vagina antes da ejaculação; este método, também conhecido por «ter cuidado», já não é muito utilizado actualmente, pois, para além de poder causar insatisfação e mal-estar psicológico, é difícil retirar o pénis a tempo e acontece frequentemente que antes da ejaculação propriamente dita já o esperma começou a sair.

### Comprimidos vaginais

Produto químico espermicida que existe sob a forma de espuma, creme ou cones para colocar na vagina; os espermicidas neutralizam os espermatozóides contidos no esperma, servindo, por isso, para evitar a fecundação e a gravidez e, além disso, constituem uma barreira à entrada daqueles no colo do útero; por vezes, são utilizados em associação com outros métodos anticoncepcionais, por exemplo, o diafragma ou o preservativo masculino.

### Constipação

Infecção das vias aéreas superiores causada por bactérias ou vírus diferentes do vírus da gripe. Caracteriza-se por congestão e corrimento nasal,

### Consulta de clínica geral

Consulta médica realizada por um médico clínico geral.

### Contraceção de emergência

Método para não engravidar que consiste em tomar comprimidos específicos para esta situação logo após a relação sexual não protegida por outro método contraceptivo. Também conhecido por “pílula do dia seguinte”.

### Cuidados preventivos

Cuidados de saúde que têm como objectivo evitar a doença ou a sua recidiva.

### Curandeiro

Pessoa que pretende curar doenças sem no entanto ter competência para tal, nomeadamente competência médica.

### Depressão

Grupo de doenças mentais que se caracterizam por abatimento físico e, ou, intelectual, tristeza, desânimo.

### Diabetes

Grupo de doenças das quais a mais importante e conhecida é a diabetes mellitus caracterizada por alteração no metabolismo dos hidratos de carbono.

### Diafragma

Método para evitar a gravidez em que a mulher coloca na vagina um círculo de material sintético, impermeável, antes de ter relações sexuais, o qual é retirado algumas horas depois (entre 6 a 8 horas), podendo ser reutilizável; não se encontra disponível em Portugal, mas pode ser adquirido no estrangeiro e ser utilizado por mulheres portuguesas;

### Dieta

Alimentação, ou normas alimentares, seguida por uma pessoa ou grupo de pessoas. Geralmente verifica-se uma alteração da quantidade, frequência e tipo de alimentos com o objectivo de alterar ou manter o peso corporal ou de adequar a ingestão de nutrientes a necessidades específicas do organismo, relacionadas com doenças, estados de crescimento ou outros estados normais, ou, ainda, relacionadas com opções filosóficas, morais ou éticas.

#### DIU (Dispositivo intra-uterino)

Também conhecido por 'Aparelho' é um método contraceptivo que pode ter diversos tipos e formatos, sendo alguns feitos apenas de plástico e outros de plástico com um pequeno filamento de cobre ou de prata, ou com uma substância hormonal – a progesterona; o DIU é colocado no útero da mulher onde fica durante longos períodos de tempo.

#### Doença cardiovascular

Doença que afecta o aparelho cardiovascular, incluindo o coração, as artérias ou as veias do corpo.

#### Doença crónica

Doença que dura, ou se prevê venha a durar um tempo longo, geralmente mais do que seis meses. Geralmente necessitam de intervenção médica para a sua cura ou controlo.

#### Doença da retina

Doença que atinge a membrana posterior do globo ocular, responsável pela captação de luz e produção de impulsos nervosos que são conduzidos ao cérebro para processamento.

#### Doença profissional

Doença causada, relacionada ou agravada pela actividade profissional.

#### Doença pulmonar obstrutiva crónica

Doença crónica que atinge os pulmões e dificulta as trocas gasosas entre o ar inspirado e o sangue.

#### Doença reumática

Doença que atinge os tecidos conjuntivo e, ou, muscular do organismo, de forma geralmente crónica e degenerativa. Termo aplicado vulgarmente a doenças que atingem os ossos e as articulações diminuindo a mobilidade.

#### Dor crónica

Sensação dolorosa que dura ou se prevê possa durar um tempo longo, habitualmente mais do que seis meses. Geralmente necessitam de intervenção médica para a sua cura ou controlo.

#### Ecografia

Meio auxiliar de diagnóstico médico que permite obter imagens do interior do corpo através da emissão de ultra-sons por um aparelho.

#### Eczema

Doença inflamatória da pele com causas diferentes, caracterizada por descamação superficial, bolhas e exsudados.

#### Electrocardiograma

Meio auxiliar de diagnóstico médico que utiliza eléctrodos colocados na superfície do corpo para obter um traçado gráfico da actividade eléctrica do coração.

#### Endireita

Pessoa que sem ter formação ou competência médica se dedica a tratar ossos fracturados ou luxações de articulações.

#### Enfarte do miocárdio

Morte de células da camada muscular do coração por diminuição ou interrupção da sua alimentação sanguínea. Dependendo da extensão atingida pode comprometer completamente a função cardíaca com paragem cardiovascular e morte.

#### Enfisema

Doença pulmonar que impede a saída de ar dos pulmões, comprometendo as trocas gasosas e a oxigenação do sangue.



#### Enxaqueca

Dor numa parte da cabeça, geralmente num dos lados da cabeça, que surge se causa aparente e tem carácter pulsátil, podendo durar minutos ou horas e acompanhar-se de outros sintomas como vômitos.

#### Ervanário

Pessoa que selecciona, prepara ou vende plantas para utilização relacionada com a saúde.

#### Escaras

Feridas mais ou menos profundas na pele causadas por morte das camadas superiores da pele com gangrena e formação de crostas, com, ou sem infecção dos tecidos circundantes.

#### Escovilhão

Escova cilíndrica ou cónica utilizada para remover restos de alimentos ou outros detritos dos espaços entre os dentes.

#### Esfregaço vaginal

Técnica médica destinada à colheita de células da camada superior da parede interna da vagina, destinada a análise laboratorial. Processa-se através da fricção ligeira da parede da vagina com uma haste plástica com gaze ou algodão na sua extremidade.

#### Espermicida

Produto químico que se apresenta na forma de espuma, creme ou cones para colocar na vagina. Os espermicidas neutralizam os espermatozóides contidos no esperma e, além disso, constituem ainda uma barreira à entrada daqueles no colo do útero; por vezes, são utilizados em associação com outros métodos para evitar a gravidez como, por exemplo, o diafragma feminino ou o preservativo masculino.

#### Espuma

Espermicida que se apresenta na forma de espuma para colocar na vagina com o objectivo de neutralizar os espermatozóides contidos no esperma e, além disso, constituir uma barreira à entrada daqueles no colo do útero. As espumas são por vezes utilizadas em associação com outros métodos para evitar a gravidez como, por exemplo, o diafragma feminino ou o preservativo masculino.

#### Estado de saúde

Definida, geralmente, pela presença ou ausência de doença(s) numa pessoa. Apreciação subjectiva que cada pessoa faz da sua saúde num determinado momento.

#### Estomatologista

Médico especialista na prevenção, diagnóstico e tratamento das doenças da cavidade bucal e dos dentes.

#### Extracção dentária

Remoção por um médico de um ou mais dentes enquanto se encontram implantados na cavidade bucal.

#### Ferida crónica

Lesão mais ou menos profunda da pele e dos tecidos subjacentes que permanece mais tempo do que o habitual sem cicatrizar, aumentando a probabilidade de infecção e hemorragia.

#### Fio dental

Fio destinado a limpar o espaço entre os dentes para remover restos de alimentos ou outros detritos.

#### Fitoterapeuta

Pessoa que sem ter formação médica utiliza plantas ou produtos derivados de plantas com a intenção de tratar ou prevenir doenças.

Fumador passivo

Pessoa que não sendo fumador inala inadvertidamente o fumo produzido por outras pessoas que fumam no mesmo espaço.

Glaucoma

Doença caracterizada por um aumento da pressão interna do globo ocular que provoca a atrofia da retina e do nervo óptico e a consequente alteração da visão.

Gravidez

Estado fisiológico da mulher desde a fecundação do óvulo pelo espermatozóide até ao parto.

Gripe

Doença contagiosa, aguda, de natureza viral. Caracteriza-se por início súbito com mal estar geral, febre, dores musculares e catarro das vias aéreas superiores.

Higiene oral

Medidas que visam melhorar ou manter a limpeza e a saúde da cavidade bucal e dos dentes.

Higienista oral

Técnico auxiliar especializado em técnicas de higiene oral e na colaboração com o estomatologista.

Hipertensão arterial

Aumento da pressão do sangue no interior das artérias, de forma transitória ou prolongada, podendo originar a ruptura das artérias e, ou, a degeneração da parede arterial.

Homeopata

Pessoa que utiliza a homeopatia para prevenir ou curar doenças. A homeopatia utiliza quantidades mínimas de certas substâncias para curar doenças com o pressuposto de que as mesmas produziram numa pessoa sã a doença que se pretende curar.

Hormona

Substâncias reguladoras produzidas pelas glândulas endócrinas e que produzem efeito à distância noutros órgãos, sistemas e aparelhos.

Hormona injectável trimestral

Método para evitar a gravidez, muito eficaz e seguro, de longa duração, podendo ser utilizado em qualquer idade e que tem ainda outros efeitos benéficos em certas doenças como, por exemplo, a epilepsia. Consiste numa injeção intramuscular profunda, até ao 7º dia do ciclo e repetida de 12 em 12 semanas; há alguns efeitos que podem surgir, como irregularidades do ciclo menstrual ou a falta de menstruação.

Implante

Método destinado a evitar a gravidez que utiliza um bastonete sintético de vinilacetato de etileno, com 4 cm de comprimento, que contém um produto – o progestagénico – o qual é libertado lentamente, prolongando-se o efeito contraceptivo por 3 anos. O implante é inserido por via subcutânea, no antebraço.

Incapacidade

Ausência ou limitação da capacidade para funcionar estando comprometida a realização sem ajuda determinadas funções e actividades pessoais relacionadas com a vida diária, afectando a auto-suficiência e originando uma desvantagem para funcionar em sociedade face aos outros.

Incapacidade de longa duração

Incapacidade que dura ou se prevê possa durar muito tempo, geralmente mais do que seis meses.

Incapacidade temporária

Incapacidade que dura ou se prevê possa durar muito tempo, geralmente menos do que seis meses.

Infertilidade

Ausência ou incapacidade de fecundação do óvulo pelo espermatozóide devida a algum problema no aparelho reprodutor do homem ou da mulher.

Inflamação da garganta

Doença com causas diversas que afecta a faringe e cuja principal queixa associada é a dor ao engolir.

Injecção

Introdução no corpo de uma substância, geralmente líquida ou gasosa, através de uma agulha geralmente metálica que perfura a pele e os tecidos subjacentes até à profundidade desejável, ou ao interior de um vaso sanguíneo ou de uma cavidade natural, onde é forçada a entrada da substância a administrar.

Insegurança alimentar

Falta, ou dificuldade de obtenção, de alimentos em quantidade e, ou, em qualidade adequadas à satisfação regular das necessidades nutricionais de uma pessoa ou de uma família.

Insuficiência renal

Doença aguda ou crónica dos rins em que a filtração do sangue nos rins não é realizada normalmente, originando a acumulação no sangue e, ou, no organismo de substâncias produtos tóxicas. Pode ser devida a diversas causas.

Insulina

Hormona produzida pelo pâncreas e distribuída a todo o organismo através do sangue que participa na regulação do metabolismo dos açúcares, nomeadamente, na entrada e na utilização de açúcar pelas células.

Laqueação de trompas

Interrupção cirúrgica da continuidade das trompas de Falópio com o objectivo de impedir a migração dos óvulos entre os ovários e o útero e, consequentemente, a sua fecundação pelos espermatozóides.

Livro verde do diabético

Trata-se de um livro de apontamentos, de cor verde, para registo das ocorrências relativas à diabetes. Este livro é fornecido exclusivamente pelos serviços de saúde públicos (Centros de Saúde ou Hospitais). Assim, não deverá ser confundido com outros livros ou manuais existentes em farmácias, elaborados e produzidos, geralmente, por empresas farmacêuticas. O (A) entrevistado(a) pode utilizar o livro em mais do que um local em que faça a vigilância da sua diabetes. No Inquérito Nacional de Saúde pretende-se saber o local em que o(a) entrevistado(a) o utiliza com maior frequência.

Mamografia

Meio auxiliar utilizado para o diagnóstico e vigilância de doenças da mama em que é efectuada a visualização dos tecidos deste órgão através de uma radiografia especial.

Medicina do trabalho

Ramo da medicina e especialidade médica que estuda e se ocupa das doenças causadas, relacionadas ou agravadas pela ocupação e pelo ambiente laboral.

Médico assistente

Médico, geralmente clínico geral, que habitualmente presta cuidados de saúde a uma pessoa e, em alguns casos, a toda a família.

Meios complementares de diagnóstico e terapêutica

Conjunto de técnicas médicas que recorrendo a tecnologias diversas auxiliam a confirmação de um diagnóstico clínico, a obtenção primária de um diagnóstico de doença ou o tratamento da mesma.

Menopausa

Período da vida da mulher caracterizado pela cessação da ovulação e da menstruação.

Métodos anticoncepcionais

Conjunto de métodos e técnicas, utilizados pelo homem e, ou, pela mulher, que têm como objectivo impedir a gravidez e permitir ao casal a escolha do momento em que desejam ter filhos.

Muco

Método para evitar a gravidez, também chamado método de Billings que se baseia na observação das alterações que se verificam ao longo do ciclo da mulher, no aspecto e consistência da secreção (ou muco) que o colo do útero produz. Este muco escorre através da vagina e pode ser observado pela própria mulher ao longo da vida, bastando, para tal, colher o muco da vagina com 2 dedos; após a menstruação e durante alguns dias ocorre um período de secura, podendo-se, pois, ter relações sexuais sem arriscar uma gravidez. Aos dias em que há secreção do muco corresponderá um período de abstinência.

Naturopata

Pessoa que utiliza métodos ditos naturais para evitar ou curar a doença.

Nível de colesterol

Concentração no sangue de uma gordura conhecida por colesterol, essencial ao metabolismo normal, nomeadamente à produção de hormonas, mas que em excesso pode causar aterosclerose e doença cardiovascular.

Obesidade

Doença que afecta todo o organismo e que se caracteriza, primeiro que tudo, por um peso corporal muito em excesso ao que seria desejável para a altura da pessoa. O índice de massa corporal, obtido relacionando o peso com a altura de uma pessoa é um dos indicadores mais utilizados para classificar obesidade e o excesso de peso.

Osteopata

Pessoa que mesmo sem ter formação médica utiliza técnicas e métodos específicos para curar doenças dos ossos e das articulações. Em alguns países existe formação específica em osteopatia, reconhecida oficialmente, e que dá acesso a uma licença para exercer e prestar cuidados à população por pessoas que não têm uma licenciatura em medicina.

Osteoporose

Doença óssea caracterizada por uma diminuição da massa dos ossos e da sua mineralização, conduzindo a uma maior fragilidade e probabilidade de fractura. É mais frequente nas mulheres e em idades mais avançadas.

Parto normal

Nascimento de uma ou mais crianças por via vaginal sem recurso a cesariana.

Pedra nos rins

Acumulação no interior dos rins de sais de diversos tipos que se aglomeram em formações semelhantes a pedras. Também conhecidos por cálculos renais podem ser excretados através das vias urinárias, com ou sem sintomatologia, ou permanecer no interior do rins, causando, ou não, sintomatologia e doença renal.

Penicilina

Foi o primeiro antibiótico utilizado pelo homem de forma científica. Ainda hoje é o antibiótico mais utilizado no combate a doenças infecciosas causadas por bactérias.

Pílula do dia seguinte

Método para evitar a gravidez que deve ser utilizado nas primeiras horas depois de uma relação sexual não protegida por outro método contraceptivo. Comprimido contraceptivo administrado por via oral que contém hormonas sintéticas semelhantes às que são produzidas pelo ovário da mulher, as quais impedem que se dê a implantação do óvulo, garantindo assim o efeito contraceptivo.

Pílulas contraceptivas

Método para evitar a gravidez. Comprimido contraceptivo tomado regularmente por via oral pela mulher o qual contém hormonas sintéticas semelhantes às que são produzidas pelo ovário da mulher, as quais impedem que se dê a ovulação, garantindo assim o efeito contraceptivo.

Placa dentária

Prótese destinada a substituir os dentes, total ou parcialmente, podendo ser fixa ou amovível.

Planeamento familiar

Conjunto de métodos e técnicas que têm como objectivo controlar a ocorrência de gravidezes e o nascimento de filhos. Nos centros de saúde existem, geralmente, consultas específicas de planeamento familiar.

Preservativo

Método para evitar a gravidez. Contraceptivo masculino de barreira, ou seja, estabelece uma barreira à entrada dos espermatozóides no útero da mulher; também conhecido por «camisa», é feito de borracha fina e tem o formato de uma dedeira;

Problemas de estômago

Designação genérica para sinais, sintomas ou doenças que afectam o estômago.

Problemas mentais

Designação genérica para sinais, sintomas ou doenças que afectam a mente e o funcionamento mental de uma pessoa.

Produto dermatológico

Produto natural ou sintético destinado a ser aplicado na pele.

Prótese dentária

Prótese destinada a substituir um ou mais dentes, total ou parcialmente, podendo ser fixa ou amovível.

Radiografias

Películas de material sintético sensível à radiação gama utilizado para registar as diferenças de densidade existentes no interior do corpo, por exemplo entre o tecido ósseo e o tecido muscular circundante ou órgãos adjacentes. Meio auxiliar para o diagnóstico e vigilância de doenças em que é efectuada a visualização dos tecidos do órgão ou região em causa através de uma ou mais radiografias.

Receitas médicas

Documento escrito da única responsabilidade do médico que observou o doente, em que aquele escreve a prescrição de um ou mais produtos, medicamentos farmacêuticos ou outros, destinados a prevenir, aliviar ou curar a doença ou o problema de saúde identificado na consulta. Deve conter a identificação do médico prescritor, do doente a que se destina, bem como o nome, farmacológico e, ou, comercial, do(s) produto(s), medicamento(s) farmacêutico(s) ou outro(s).

Refeição principal

Refeição em que é ingerida a maior quantidade de alimentos ao longo do dia. São consideradas refeições principais o pequeno-almoço, o almoço e o jantar.

#### Regime ambulatorio

Situação em que o doente não está internado num estabelecimento de saúde, deslocando-se ao local apenas para ser observado ou tratado.

#### Rendimento familiar mensal

Rendimento total do agregado familiar obtido no mês anterior ao da entrevista. Considera-se o rendimento líquido total, isto é, as quantias recebidas pela família depois de efectuados os descontos e recebidas as compensações legais.

#### Ressaca

Termo popular utilizado para designar o estado de cansaço físico e mental habitual no período após a ingestão de quantidades excessivas de bebidas alcoólicas ou de drogas ilícitas ou de medicamentos, ou, ainda, após uma noite passada em claro.

#### Retinopatia

Qualquer doença que afecta a membrana posterior da face interior do globo ocular, responsável pela transdução da radiação luminosa em impulsos nervosos que são depois conduzidos ao cérebro. A doença pode atingir primariamente a retina, ou ser secundária a uma doença sistémica, como a hipertensão ou a diabetes mellitus, falando-se, assim, em retinopatia hipertensiva ou retinopatia diabética.

#### Reumatismo

Grupo de doenças que atingem os tecidos conjuntivo e, ou, muscular do organismo, de forma geralmente crónica e degenerativa. Termo aplicado vulgarmente a doenças que atingem os ossos e as articulações diminuindo a sua mobilidade.

#### Rinite

Inflamação da membrana mucosa que cobre a face interior das fossas nasais, a qual fica inchada, vermelha, quente e liberta liquido exsudado o qual sai para o exterior através dos orifícios nasais. Pode ser alérgica ou infecciosa, dependendo do agente causal envolvido. Os sinais são de libertação de líquido através dos orifícios nasais, espirros, dor na face perto do nariz e febre, caso o agente seja infeccioso.

#### Riscos de cobertura

Situações contempladas nos contratos celebrados com companhias de seguros para assistência e pagamento de despesas relacionadas com situações de doença ou com incapacidade relacionada com doença.

#### Saúde mental

Situação de saúde relacionada com a vida mental e de relação com outros que envolvem actividade mental. Presença ou ausência de doenças do foro mental. Conjunto de actividades dos serviços de saúde relacionadas com a prevenção e tratamento das doenças mentais

#### Saúde oral

Situação de saúde relacionada com a cavidade bucal ou com os dentes. Presença ou ausência de doenças da boca e dos dentes. Conjunto de actividades dos serviços de saúde relacionadas com a prevenção e tratamento das doenças da cavidade oral.

#### Saúde reprodutiva

Situação de saúde relacionada com a função reprodutiva. Presença ou ausência de doenças relacionadas com os aparelhos e função reprodutora. Conjunto de actividades dos serviços de saúde relacionadas com a prevenção e tratamento das doenças da reprodução.

#### Selantes de fissura

Substâncias sintéticas utilizadas para fechar cavidades ou fendas existentes naturalmente nos dentes ou resultantes do tratamento de cáries dentárias, de modo a impedir a formação e progressão de cáries dentárias.

### Sintoma

Queixa expressa por uma pessoa relativamente a uma parte do seu corpo, ou a um sistema ou aparelho orgânico e que pode ser interpretada como parte de um conjunto característico de uma doença específica.

### Sintomas alérgicos

Queixas referidas pelo entrevistado relacionadas com alergias. As mais frequentes, dependendo da localização, são: comichão na pele ou no nariz, vermelhidão ou bolhas na pele, espirros, olhos vermelhos e lacrimejantes, inchaço na garganta dificultando a respiração e, ou, a deglutição.

### Subsistemas de saúde

Organização que gere as contribuições, descontos, dos seus contribuintes para aplicação em caso de doença. Por lei todas as pessoas residentes em Portugal são beneficiários do Serviço Nacional de Saúde. No entanto, algumas pessoas aderem a seguros de saúde, mediante o pagamento de uma mensalidade, tendo direito a comparticipação em consultas, medicamentos e tratamentos, convencionados com esse sub-sistema. Os funcionários públicos e os funcionários de alguns ministérios têm organizações que gerem os seus próprios sub-sistemas de saúde, que funcionam de forma semelhante. Um dos sub-sistemas de saúde mais conhecido tem a designação de ADSE (Assistência na Doença aos Servidores do Estado).

### Técnico de acupunctura

Pessoa que utiliza a acupunctura, método originário da China, incluído nas denominadas medicinas complementares ou alternativas, para o tratamento e alívio de dores por meio de picadas com agulhas muito finas, aplicadas em determinadas regiões do corpo.

### Técnico de quiropraxia

Pessoa que utiliza a manipulação de determinadas partes do corpo do doente para aliviar e curar problemas relacionados com os ossos, os músculos e as articulações.

### Técnico de saúde dentária

Técnico auxiliar especializado em técnicas de higiene oral e na colaboração com o estomatologista.

### Temperatura basal

Método para evitar a gravidez baseado na auto-observação, também natural, baseado no facto de, no período que vai desde a ovulação até à menstruação seguinte, se verificar uma pequena subida de temperatura do corpo; se a mulher verificar a sua temperatura todos os dias antes de se levantar ou de fazer qualquer outra actividade e anotar a temperatura exacta num gráfico, verificará que, ao longo do seu ciclo, a temperatura se mantém baixa durante uns dias a seguir à menstruação, para depois subir alguns décimos de grau após a ovulação, mantendo-se a esse nível, sensivelmente, até à próxima menstruação; no terceiro dia de temperaturas altas seguidas, a mulher entra no período não fértil, podendo por isso ter relações sexuais até ao início do novo ciclo, sem possibilidades de engravidar;

### Tendinite

Inflamação de um tendão, geralmente devido a traumatismos repetidos em resultado de movimentos repetitivos que envolvem os mesmos grupos de músculos e de articulações.

### Tensão arterial

Pressão do sangue no interior das artérias, que oscila periodicamente com a função cardíaca, nomeadamente com a contracção do ventrículo esquerdo, entre um valor máximo e um valor mínimo. A medição da tensão arterial é uma das formas de monitorização da função cardiovascular.

### Tensão arterial alta

Aumento da pressão do sangue no interior das artérias, acima dos valores considerados normais para a idade e o sexo da pessoa em questão. Pode verificar-se um aumento da

tensão arterial de forma transitória ou prolongada, podendo esta situação originar a ruptura das artérias e, ou, a degeneração da parede arterial.

#### Teste de papanicolau

Técnica médica destinada à colheita de células da camada superficial do colo do útero, destinadas a exame laboratorial microscópico para detecção de células malignas. Processa-se através da fricção ligeira do colo do útero com uma haste plástica com gaze ou algodão na sua extremidade que é introduzida através da vagina.

#### Tónicos

Substâncias que têm por fim aumentar o vigor físico e, ou, psicológico e prevenir ou recuperar estados de cansaço ou esgotamento. São geralmente compostos por vitaminas e sais minerais em doses adequadas.

#### Tratamentos caseiros

Tratamentos feitos em casa para o alívio de determinados sintomas ou sinais relacionados com doenças mas que não têm suporte científico adequado. A sua eficácia é geralmente empírica e é transmitida através da tradição oral e da informação passada entre gerações.

#### Tratamentos de fisioterapia

Utilização de técnicas específicas para a prevenção, alívio ou cura de sintomas, sinais ou doenças relacionadas com o sistema esquelético e muscular.

#### Tratamentos de quiropraxia

Tratamentos que utilizam a manipulação de determinadas partes do corpo do doente para aliviar e curar problemas relacionados com os ossos, os músculos e as articulações.

#### Tratamentos homeopáticos

Tratamentos que recorrem a homeopatia para prevenir ou curar doenças. A homeopatia utiliza quantidades mínimas de certas substâncias para curar doenças com o pressuposto de que as mesmas produziram numa pessoa a doença que se pretende curar.

#### Tratamentos naturopáticos

Tratamentos que recorrem a métodos ditos naturais para evitar ou curar a doença.

#### Tratamentos osteopáticos

Tratamentos que utilizam técnicas e métodos próprios para curar doenças dos ossos e das articulações. Em alguns países existe formação específica em osteopatia, reconhecida oficialmente, e que dá acesso a uma licença para exercer e prestar cuidados à população por pessoas que não têm uma licenciatura em medicina.

#### Tumor maligno

Lesão que é caracterizada pelo crescimento anormal e descontrolado de células de um órgão ou tecido e que invade ou comprime os órgãos ou tecidos adjacentes ou envia grupos de células malignas através da corrente sanguínea, chamadas metástases, que se desenvolvem então criando novos focos de doença.

#### Úlceras da perna

Feridas dos tecidos da perna resultantes da diminuição ou interrupção do fluxo sanguíneo. Geralmente são lesões crónicas, com tratamento difícil que sofrem facilmente infecção.

#### Vasectomia

É uma esterilização voluntária do homem que consiste no corte dos canais deferentes através dos quais passam os espermatozóides. Assim continua a haver ejaculação de esperma, mas este já não contém espermatozóides e, por isso, não é possível a fecundação do óvulo.



#### **IV- CLASSIFICAÇÕES**

- V00079 – CID – Lista de categorias de três caracteres, 10ª revisão
- V00004 – Classificação Nacional de Profissões, versão 1994
- V00001 – Classificação Portuguesa das Actividades Económicas, revisão 2.1
- V00460 – ISO 3166-1 – norma internacional – códigos para a representação dos nomes dos países, Iso alpha 2
- V00034 – Nomenclatura das unidades territoriais para fins estatísticos, versão de 2002

#### **V- VARIÁVEIS**

Variáveis de observação: cf. questionário de inquirição

Variáveis de difusão: a acordar com o INSA no quadro do calendário previsto no Protocolo de Colaboração, Fase 3, a iniciar no final de Janeiro de 2005.

#### **VI – SUPORTES DE RECOLHA**

Instrumento de Notação nº 9636 e 9637

#### **VII – ABREVIATURAS E ACRÓNIMOS**

INSA – Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge

INE – Instituto Nacional de Estatística (Portugal)

INS – Inquérito Nacional de Saúde

NUTS II – Nível II da Nomenclatura de Unidades Territoriais para Fins Estatísticos

AM – Amostra-Mãe

AVC – Acidente vascular cerebral

DIU – Dispositivo intra-uterino

TV – via Tele-escola

#### **VII - BIBLIOGRAFIA**

- “Quarto Inquérito Nacional de Saúde – Contrato Regulamentador de Parceria entre INSA e INE”, de 17 de Novembro de 2003, incluindo o Protocolo de Colaboração.
- Manual do Entrevistador
- Anexo ao Manual do Entrevistador