



Inquérito

4.º Retrato das **Residências Sénior** em Portugal

MAR/26 – VIA SENIOR/BA&N RESEARCH UNIT



PREÇOS EM RESIDÊNCIAS SÉNIOR PRESSIONADOS PELA PROCURA

- *Portugal ocupa o segundo lugar no ranking de Países com a população mais envelhecida da União Europeia, com 24,3% a ter mais de 65 anos, apenas atrás de Itália que lidera com 24,75%.*
- *Portugal tem apenas 4 camas por cada 100 idosos. Países Baixos, Suécia e Bélgica lideram cobertura.*
- *Pressão do lado da procura puxa pelos preços. Em 2025, 84,5% das residências os preços aumentaram entre 2,5% e mais de 7%. Uma cama num quarto duplo custa, em média ponderada 1.717 euros por mês.*
- *Residências abraçam transição digital, com serviços tecnológicos de saúde, segurança e comunicação.*
- *Residências reforçam serviços com a presença de médicos, enfermeiros, terapeutas ocupacionais e psicólogos, bem como nutricionistas e outros profissionais dedicados.*

O envelhecimento na União Europeia já não é uma perspetiva futura, mas uma realidade presente. Em 2025, para uma população estimada em 450,6 milhões de pessoas, mais de um quinto (22%) tinha 65 anos ou mais, o que representa um aumento de 0,4 pontos percentuais (p.p.) face ao ano anterior.

No início do ano passado, a média etária situou-se em 44,9 anos, continuando a apresentar um aumento da idade média anualmente. Entre 2015 e 2025, segundo dados do Eurostat, o gabinete de estatística europeu, a média etária aumentou em todos

os Estados-membros, exceto em Malta e na Alemanha onde registou um ligeiro decréscimo de 0,4 anos.

O peso da população envelhecida é ainda mais relevante quando comparada com a percentagem de crianças (entre os 0 e os 14 anos) no conjunto da população. Os três países com menor percentagem de crianças são Itália (11,9%), Malta (12,1%) e Portugal (12,6%). Na percentagem de população com 65 anos ou mais, Itália com 24,7%, Portugal com 24,3% e Bulgária com 24% ocupam o pódio europeu.

Entre 2015 e 2025, a percentagem da população europeia com 65 ou mais anos aumentou 2,9 p.p.,

com os aumentos mais expressivos a ocorrerem na Polónia (+5,6 p.p.), Eslováquia (+ 4,8 p.p.) e também Croácia (+ 4,3 p.p.).

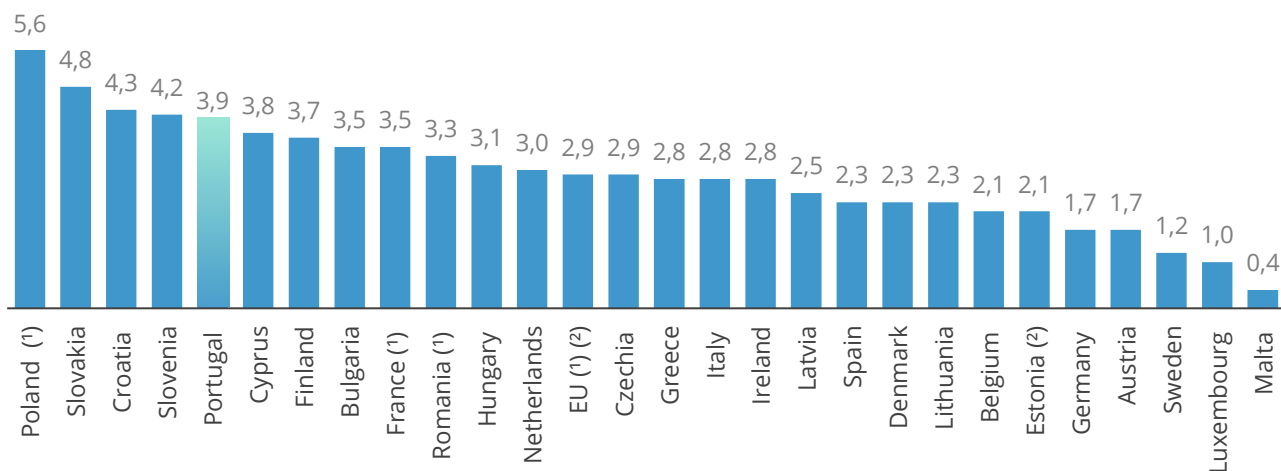
População com mais de 80 anos continua a aumentar

No período entre 1 de janeiro de 2004 e 1 de janeiro de 2024, a proporção de pessoas com 80 anos ou mais cresceu em todos os países da União Europeia.

No conjunto da UE, o aumento registado foi de 2,3 p.p., passando de 3,8% para 6,1%.

Os maiores aumentos registaram-se na Grécia (+3,2 p.p., de 3,8% para 7,0%), na Letónia (+3,2 p.p., de 2,9% para 6,1%)

AUMENTO DA POPULAÇÃO COM 65 ANOS OU MAIS ENTRE 2015 E 2025 (p.p.)



EU, França, Polónia, Roménia: 2025 estimado; EU e Estónia: 2015 quebra na série temporal
 Fonte: Eurostat





e em Portugal (também +3,2 p.p., de 3,8% para 7%), enquanto o menor aumento ocorreu na Suécia (+0,5 p.p., de 5,3% para 5,8%).

A média de idade na União Europeia aumentou 2,1 anos entre 2015 e 2025, com uma média de aumento de 0,21 anos por ano.

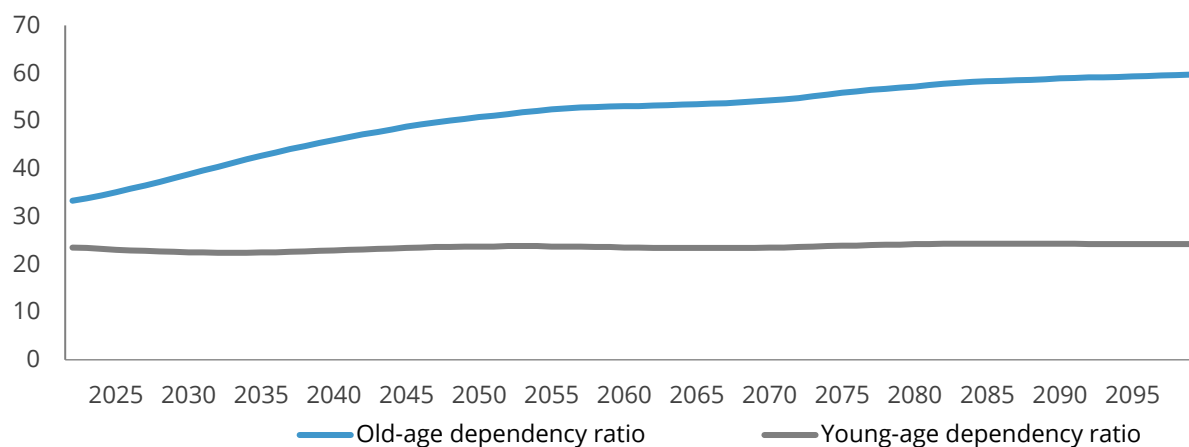
Portugal apresenta um dos rácios de dependência mais elevados na UE

Em janeiro de 2025, o rácio de dependência dos idosos na União Europeia fixava-se nos 34,5%, o que significa que existiam pouco mais de

três pessoas em idade ativa por cada residente com 65 ou mais anos.

Entre os Estados-membros, observavam-se diferenças significativas: os valores mais reduzidos registavam-se no Luxemburgo (22%), na Irlanda (23,8%) e em Malta (26,6%), países onde quase cinco pessoas em idade ativa sustentavam cada idoso. Em sentido inverso, Itália (39%), Bulgária (38,7%) e Portugal (38,6%) apresentavam os rácios mais elevados, traduzindo-se em menos de três pessoas em idade ativa por cada pessoa com 65 ou mais anos.

PROJEÇÃO DA EVOLUÇÃO DO RÁCIO DE DEPENDÊNCIA DE IDOSOS E CRIANÇAS NA UNIÃO EUROPEIA ATÉ 2100



Fonte: Eurostat



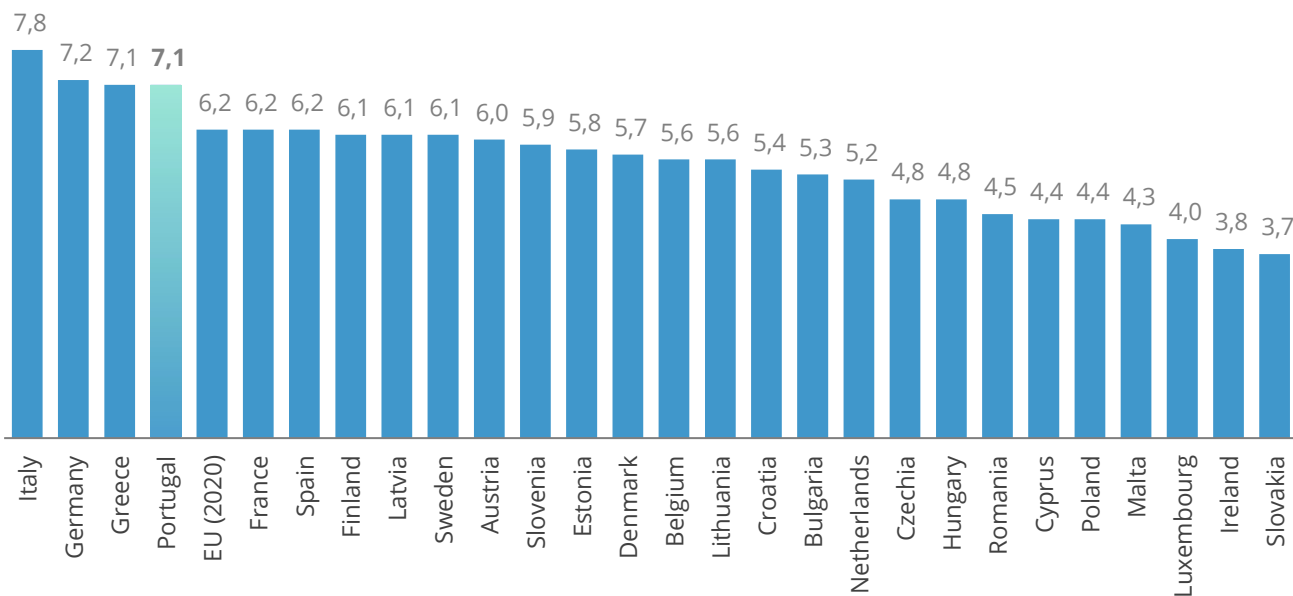
Comparativamente a 2024, verificou-se um agravamento deste indicador em toda a União Europeia. O rácio subiu 0,6 p.p., passando de 33,9% para 34,5%, sendo que o aumento foi transversal a todos os Estados-membros.

Em 2050, 30% da população europeia será idosa

As projeções demográficas para 2050 indicam um aumento significativo da proporção de idosos na União

Europeia, que poderá atingir entre 29% e 30% da população total. Paralelamente, a população em idade ativa deverá diminuir, levando a um aumento do rácio de dependência em muitos Estados-membros. Países como Itália, Portugal, Espanha e Grécia serão particularmente afetados, com uma população ativa em declínio e uma proporção elevada de idosos. Em Portugal, espera-se que esta tendência continue, consolidando o país como um dos mais envelhecidos da União Europeia, com desafios acrescidos.

PORTUGAL MANTÉM A POSIÇÃO NO PÓDIO NA PERCENTAGEM DE IDOSOS COM 80 OU MAIS ANOS NO TOTAL DA POPULAÇÃO EM 2025



Fonte: Eurostat





De acordo com as projeções do Instituto Nacional de Estatística, até 2100, Portugal perderá cerca de 2,4 milhões de residentes. A população residente poderá aumentar até 10,9 milhões de habitantes em 2029, entrando a partir daí em declínio até 2100, quando atingirá 8,3 milhões. Ainda no cenário central das referidas projeções, a população jovem, isto é abaixo de 15 anos, diminuirá de 1,4 milhões para menos de um milhão.

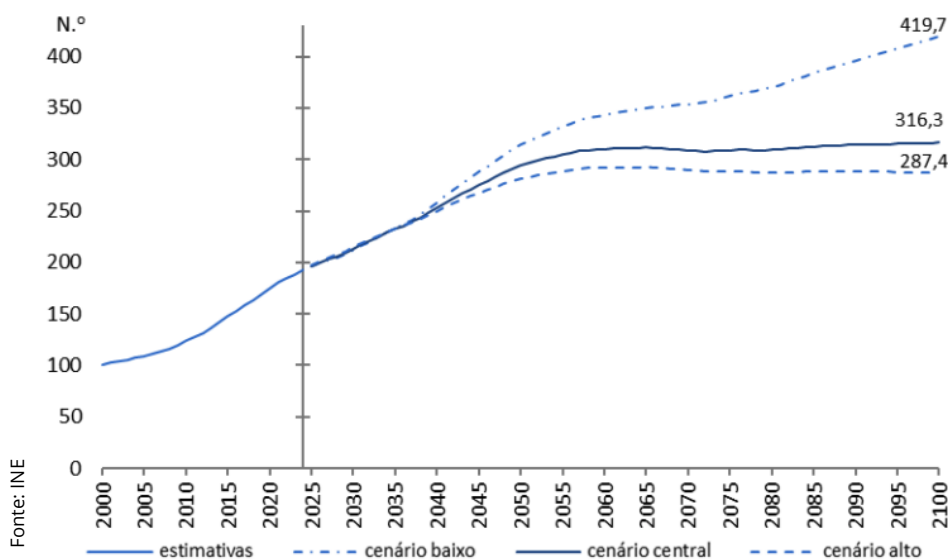
Da mesma forma, a população em idade ativa tenderá a diminuir, passando dos 6,8 milhões em 2024 para 4,2 milhões em 2100. A população idosa, com mais de 65 anos, poderá passar de 2,6 milhões para 3,1 milhões entre 2024 e 2100.

Ainda de acordo com o INE, o número de idosos atingirá o valor mais elevado no início da década de 2050, estimando, para 2100, um índice de 316 idosos por cada 100 jovens.

Portugal tem apenas 4 camas por cada 100 idosos

Em 2023, de acordo com o Eurostat, existiam cerca de 3,7 milhões de camas em instituições para idosos nos 27 países da União Europeia. Em termos relativos à dimensão da população em 2023, o número mais elevado de camas em lares e outras estruturas residenciais de cuidados de longa duração foi registado nos Países Baixos, com 1.400 por 100.000 habitantes. A Suécia (1.315 por 100.000 habitantes) e a Bélgica (1.250 por 100.000 habitantes) apresentaram as taxas seguintes mais elevadas. Na maioria dos restantes países da UE, para os quais existem dados, o número de camas em lares e outras estruturas residenciais de cuidados de longa duração ultrapassava 500 por 100.000 habitantes, mas era inferior a 1.200 por 100.000 habitantes. Em Portugal existem cerca de 1.100 camas por 100.000 habitantes.

ÍNDICE DE ENVELHECIMENTO, PORTUGAL, 2000-2100 (ESTIMATIVAS E PROJEÇÕES)





Abaixo deste intervalo, Chipre, Letónia, Roménia e Polónia registavam entre 222 e 355 camas por 100.000 habitantes, enquanto os valores mais baixos se verificavam na Bulgária e na Grécia, com 26 e 20 camas por 100.000 habitantes, respetivamente.

Tendo em conta a população com mais de 65 anos em Portugal, existem apenas 4 camas por cada 100 idosos. Em Portugal, o número de camas oficial, com dados ao ano de 2023, era de cerca de 106 mil camas, em cerca de 2.700 residências sénior.

Maioria das residências sem vaga

O número de Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI), ou residências sénior, como são mais reconhecidas, tem vindo a aumentar de forma muito gradual, mas a um ritmo inferior ao exigido pela evolução demográfica.

No âmbito do 4.º Retrato das Residências Sénior em Portugal, mais de metade (52%) das unidades participantes reporta ter mais de 30 camas disponíveis e 24,5% apresenta uma capacidade igual ou superior a 50. As restantes (23,5%) referem ter 29 camas ou menos.

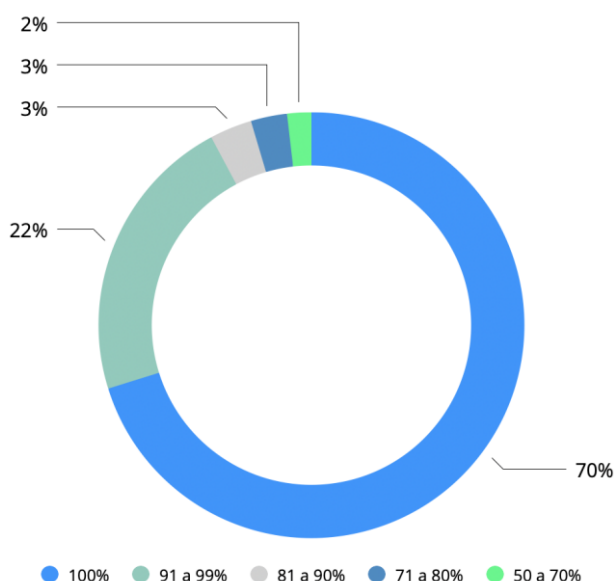
Com o aumento da procura, o número de equipamentos sem qualquer vaga

atinge 70%, quando no ano anterior este valor era de 67%, ou seja, registou-se um aumento de 3 p.p. de 2024 para 2025.

O número de ERPI que dizem ter uma ocupação entre 91% e 99% é agora de 22%, em tudo semelhante ao valor de há um ano. Apenas 8% das residências dizem ter algumas vagas, este valor compara com algum tipo de disponibilidade em 11% no ano anterior. Ainda assim, a maioria das residências apresentam taxas de ocupação superiores a 80%.

A escassez de vagas origina, na maioria das vezes, a existência de longas listas de espera por uma cama.

MAIS DE DOIS TERÇOS DAS RESIDÊNCIAS REVELA UMA TAXA DE OCUPAÇÃO DE 100%





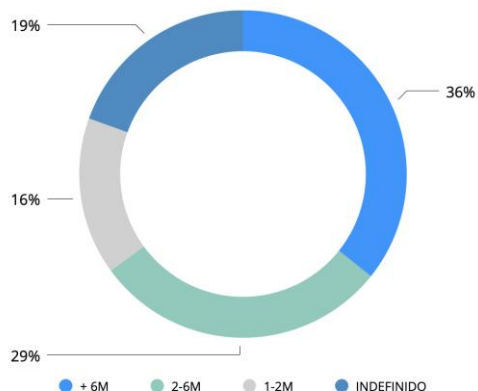
69% das residências dizem ter uma lista de espera, que em 36% dos casos é superior a seis meses. 29% dizem que este prazo se situa entre dois a seis meses, enquanto que em 16% está entre um e dois meses. Em 19% o prazo é muito indefinido.

Relativamente ao tempo médio de permanência dos idosos no conjunto das residências que participaram nos estudos, 62,7% ficam entre 1 e 5 anos, 33,6% entre 5 e 10 anos. O tempo médio superior a 10 anos é uma realidade em 2,7% das residências, enquanto em 0,9% esse tempo é inferior a um ano.

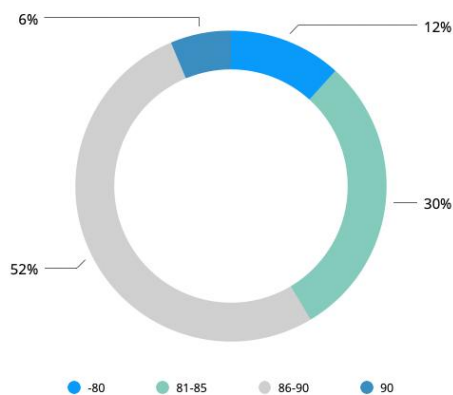
Em termos de caracterização dos utentes, 52% têm idades compreendidas entre 86 e 90 anos. Os idosos com idades entre 81 e 85 anos representam 30%, enquanto os que têm idade inferior a 80 anos constituem 12%. Acima dos 90 anos são 6%.

Um dos fenómenos que tem vindo a aumentar é a presença de idosos de nacionalidade não portuguesa. No final de 2025, 33,5% das residências contavam com utentes de origem estrangeira, embora representem apenas 4,4% do universo de utentes das residências participantes.

TEMPO MÉDIO DE ESPERA



IDADE MÉDIA DOS RESIDENTES EM ERPI



Procura motiva incremento de preços

As pressões demográficas aliadas ao aumento da esperança média de vida, que leva a uma maior permanência dos idosos nas residências seniores, a par com a escassez de oferta e a cada vez maior sofisticação dos serviços prestados, contribuem

para que os preços continuem a aumentar na generalidade das ERPI portuguesas.

O setor continua incapaz de responder de forma eficaz à cobertura das necessidades das famílias



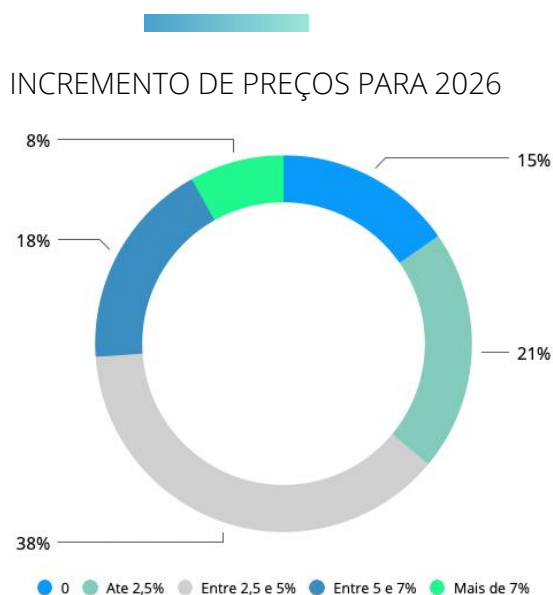


portuguesas, disponibilizando novas camas a um ritmo muito inferior à crescente busca por soluções para os mais velhos.

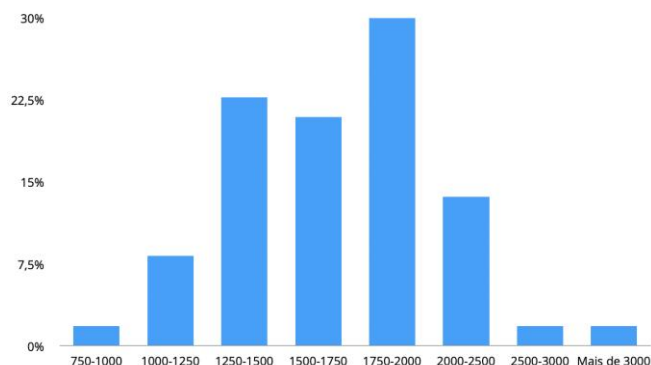
A maioria (84,5%) das ERPI inquiridas neste 4º retrato dizem ter aumentado o valor mensal dos seus preços. Os aumentos oscilam entre 2,5% e 5% para 38% dos casos, até 2,5% em 21%, entre 5% e 7% em 18% e mais de 7% em 8% das residências. Em 15% não se verificou qualquer aumento de preço.

Entre as instituições inquiridas, apenas 9,1% revelaram contar com algum tipo de apoio do Estado Português.

O preço médio ponderado do alojamento em quarto individual nas instituições participantes no inquérito situou-se em 1.921 euros por mês, com os valores médios a oscilarem entre os 1.125 euros e os



PREÇOS POR MÊS EM QUARTO DUPLO (€)



3.000 euros mensais. Não obstante a mediana de preços nesta tipologia é de 2.000 euros mensais.

Em quarto duplo, que é a oferta mais frequente nas residências seniores, os preços oscilam entre 1.000 euros e os 3.000 euros. A média ponderada nesta tipologia de alojamento situa-se em 1.717 euros mensais. A média ponderada regista assim um aumento superior a 200 euros mensais face aos 1.500 euros verificados no ano anterior.

A generalidade das ERPI também oferecem alojamento em quartos triplos. Os valores praticados para estes alojamentos apresentam uma média ponderada de 1.482 euros, com o valor praticado com mais frequência (moda) a situar-se entre 1.250 e os 1.500 euros. Os intervalos variam entre um valor mensal 750 euros e os 3.000 euros por mês.



Número de serviços a residentes continua a aumentar

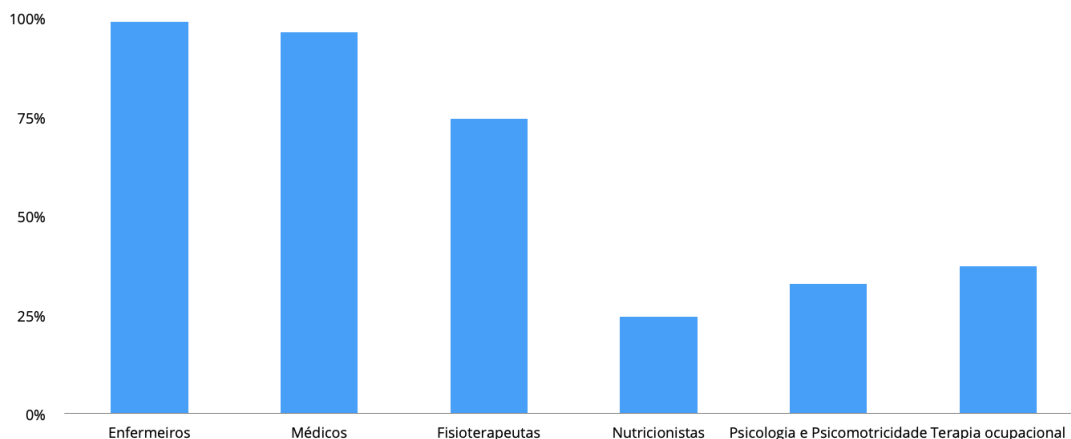
O número de serviços que são prestados ou disponibilizados aos idosos residentes em ERPI em Portugal continua a aumentar. Além dos mais tradicionais, como os terapeutas ocupacionais, que estão presentes em 37,2% das residências que participaram na análise, os enfermeiros, que estão presentes em 99% das ERPI, assistimos a uma maior presença de outros profissionais, nomeadamente médicos de clínica geral (96,4%), fisioterapeutas (74,5%) e nutricionistas (24,5%).

Em 75,5% das residências auscultadas, o médico está disponível uma vez por semana, em 13,2% está duas a três vezes por semana, 5,7% quatro a cinco dias por semana e em 6% estão em permanência.

Além dos serviços prestados, as residências contam em média com 28,36 trabalhadores permanentes. Face ao incremento das necessidades de acompanhamento dos idosos, 17,2% pretendem reforçar o número de trabalhadores em 2026.



RESIDÊNCIAS COM CORPO CLÍNICO REFORÇADO DEDICADO À SAÚDE E BEM-ESTAR DOS IDOSOS





Tecnologia cada vez mais presente

A acompanhar a transição digital, verifica-se que as residências seniores estão a incorporar cada vez mais tecnologia no seu dia a dia, nomeadamente nas áreas de segurança e emergência, mas também na telemedicina que é cada vez mais frequente. Também cada vez mais frequentes são os sistemas de monitorização remota de sinais vitais e de alertas automáticos para alterações de estados de saúde, bem como os sistemas de gestão de medicação, essenciais para assegurar os cuidados recorrentes de saúde.

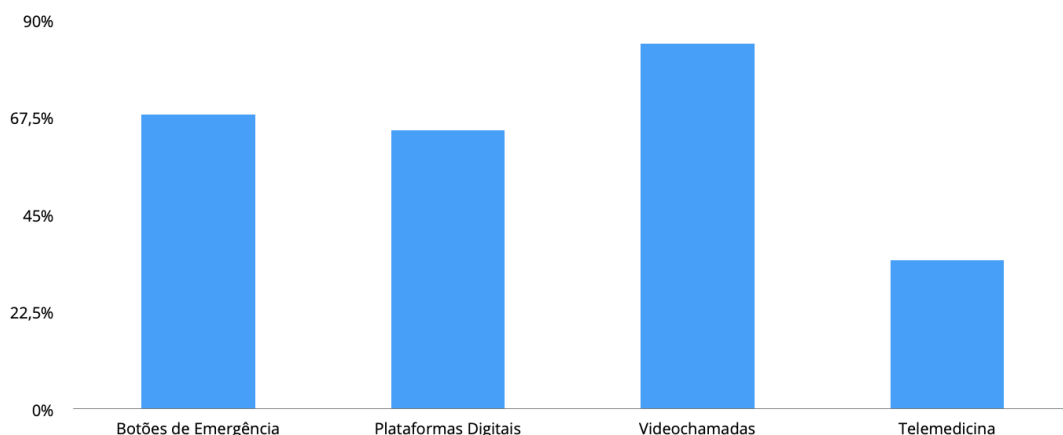
Aos botões de emergência, presentes em 68,2% das residências inquiridas, acresce a existência de sistemas de videovigilância em áreas comuns e, para maior segurança dos idosos, sistemas de controlo de entradas.

A generalidade das ERPI possuem software de gestão clínica e de cuidados, com os registos clínicos dos utentes e planeamento digital de turnos e equipas, facilitando a gestão individual de cada idoso.

A tecnologia também é ajustada para proporcionar um melhor nível de bem-estar e de qualidade de vida. Entre as residências inquiridas, 64,5% possuem plataformas digitais para atividades e estimulação cognitiva. Entre as atividades cognitivas destaca-se a disponibilização de tablets, jogos e aplicações. O número que apresenta equipamentos destinados a facilitar a comunicação com os familiares, nomeadamente videochamadas é ainda superior, atingindo 84,5% da totalidade das ERPI que participaram no inquérito.



A TECNOLOGIA ESTÁ CADA VEZ MAIS PRESENTE NO DIA A DIA DAS RESIDÊNCIAS SÉNIOR





Sobre a Via Senior

The screenshot shows the top navigation bar with the logo 'VIA SENIOR' and the tagline 'UM FUTURO LADO A LADO'. The navigation menu includes 'Residências Sénior', 'Notícias', 'Serviços', 'Sobre nós', a phone icon with the number '+800 786 461', and a 'Contacte-nos' button with a Spanish flag. The main banner features a close-up of an elderly woman's face with the text 'Encontre a Residência Sénior adaptada às suas necessidades' and a sub-headline 'Saiba preços e vagas, de forma rápida e sem custos. Garanta uma escolha segura!'. Below the banner is a search bar with the placeholder 'Nome da Residência ou Lar', dropdown menus for 'Distritos' and 'Concelhos', and a 'Pesquisa' button. A small teal button above the search bar says 'Procura uma Residência Sénior? Encontre aqui'.

A Via Senior foi constituída com o objetivo de dotar as famílias da informação necessária para as suas decisões de vida sénior, adequadas ao seu perfil e necessidades clínicas, e para apoiá-las nesse processo, muitas vezes moroso e difícil.

A atividade da Via Senior está concentrada numa plataforma digital onde é possível de forma simples e rápida obter informação sobre a oferta disponível de alojamento para seniores em todo o País. Destaca-se pela clareza na informação apresentada, não só pelo nível de detalhe do alojamento, como por permitir, à partida, saber os preços praticados.

Adicionalmente, e como característica diferenciadora, faz o acompanhamento

personalizado do processo de seleção, o que inclui a definição do perfil e necessidades, da lista de ofertas compatíveis, e o agendamento das visitas às residências.

Trata-se de um serviço *premium* disponível para a população portuguesa e, recentemente, também a espanhola, que tem a particularidade de não ter qualquer custo para o utilizador.

VIA SENIOR

- www.via-senior.com
- geral@via-senior.com
- +351 211 336 440





Inquérito

4.º Retrato das **Residências Sénior** em Portugal

MAR/26 – VIA SENIOR/BA&N RESEARCH UNIT

FICHA TÉCNICA: O 4.º Retrato das Residências Sénior em Portugal foi realizado pela Via Senior e pela BA&N Research Unit através de um inquérito online partilhado com todo o universo de Residências Sénior a operar legalmente no mercado nacional. O universo é representado por cerca de 2.700 Residências Sénior que, no global, são responsáveis por mais de 105.000 camas, tendo o inquérito contado com a colaboração de Residências Sénior representativas de cerca de 45% das camas privadas em Portugal. Este inquérito foi realizado entre 1 de dezembro de 2025 e 15 de janeiro de 2026, sendo as respostas submetidas totalmente anónimas para que pudesse ser possível ter acesso a informação de outra forma considerada sensível pelas Residências Sénior.