

Retrato das mulheres trabalhadoras em Portugal

2 Junho, 2025



Em debate, na 9ª Conferência Nacional da CIMH a 5 de junho, a situação atual das mulheres no mundo do trabalho.

A [CIMH](#) é a organização específica da CGTP-IN para a promoção da igualdade de oportunidades entre mulheres e homens, constituída por quadros sindicais, representando associações sindicais de sector e de região e membros do Conselho Nacional.

No primeiro trimestre de 2025 havia 2 milhões e 548 mil mulheres empregadas no nosso país, 2 milhões e 244 mil das quais a trabalhar por conta de outrem (88% do total), segundo o Inquérito ao Emprego, do INE.

As mulheres constituem cerca de metade da população ativa e do emprego total (são 49% do total em ambos os casos) mas no emprego assalariado são mais de metade (51%).

O nível de concentração do emprego nos serviços é superior entre as mulheres quando comparado com os trabalhadores do sexo masculino (62%) e menor na indústria, construção, energia e água (que absorve 34% do emprego dos homens face aos 15,3% entre as mulheres). Também a agricultura, produção animal, caça, floresta e pesca absorvem mais homens (3%) do que mulheres.

Nos serviços têm maior peso a saúde e apoio social (16,8%), o comércio (13,4%) e a educação (12,8%), que em conjunto absorvem 43% do emprego das mulheres.

Mais de 40% das mulheres empregadas completaram o ensino superior (41%), 32% o ensino secundário ou pós-secundário, mas 27% continuam a deter no máximo o 9º ano de escolaridade.

Ainda assim, os seus níveis de habilitação são superiores aos dos homens empregados. Apenas 28% deles completaram o ensino superior e 37% no máximo o 9º ano de escolaridade.

A melhoria das habilitações não se refletiu na elevação dos salários, continuando muitas trabalhadoras a desempenhar tarefas pouco qualificadas devido ao perfil produtivo da economia, assente em trabalho precário e mal pago. Tão pouco se refletiu na diminuição das discriminações baseadas no sexo.

O emprego tem vindo a aumentar, mas esse crescimento continua a dever-se fundamentalmente aos vínculos precários, com três em cada quatro trabalhadores a encontrar emprego através de contratos não permanentes, o que desrespeita o princípio da segurança do emprego e o princípio de que a um posto de trabalho permanente tem de corresponder um contrato de trabalho permanente.

Portugal é o segundo país da União Europeia em que mais se recorre a vínculos precários. Cerca de 590 mil mulheres trabalhadoras têm vínculos precários, ou seja, 26,8% do total das assalariadas no nosso país.

A precariedade é mais elevada no sector privado (28,8%), mas na Administração Pública estima-se que 53 mil trabalhadoras tenham contratos a prazo (num total de 11,4%), acrescentando mais uns milhares de trabalhadoras com contratos à tarefa ou avença.

Precariedade do emprego entre as mulheres, dados de 2023:

- Contratos a termo no setor privado e Setor Empresarial do Estado, milhares (QP, MTSSS) – 465,0
- Peso dos contratos a termo no setor privado e Setor Empresarial do estado, % (QP, MTSSS) – 28,8
- Contratos a termo na Administração Pública, milhares (SIOE, DGAEP) – 53,0
- Peso dos contratos a termo na Administração Pública, % (SIOE, DGAEP) – 11,4
- Falsas prestações de serviços e outros no total dos sectores, milhares (IE,INE) – 71,1
- **Total de contratos não permanentes, milhares – 589,1**
- Trabalhadoras por conta de outrem, milhares (IE, INE) – 2197,8
- Precariedade do emprego (% das mulheres trabalhadoras por conta de outrem) -26,8

O flagelo da precariedade agrava-se entre as trabalhadoras mais jovens, nomeadamente entre as que têm menos de 25 anos, e entre as trabalhadoras estrangeiras, respetivamente 51% e 35% segundo o Inquérito ao Emprego do Instituto Nacional de Estatística.

Os trabalhadores com vínculos precários ganham, em regra, menos 20% do que os trabalhadores permanentes, vão mais facilmente para o desemprego (mais de 40% do desemprego deve-se ao fim de contratos precários), têm menos acesso a prestações de desemprego dada a insuficiência ou irregularidade dos seus descontos (mais de metade destes trabalhadores têm contratos inferiores a 1 ano), estando também mais sujeitos à pobreza (10,4% face 6,2% entre os trabalhadores permanentes, mesmo após transferências sociais).

A pandemia da Covid 19 terminou, mas um número substancial de trabalhadoras e trabalhadores continua em

teletrabalho, ainda que não permanentemente, estando a proporção no emprego total a crescer neste momento. **No primeiro trimestre de 2025 havia 550 mil mulheres em teletrabalho (21,6% das mulheres empregadas), 37% das quais alguns dias por semana em várias modalidades, 26% fora do horário de trabalho, 24% das quais sempre e 13% pontualmente.**

A maioria dos trabalhadores no nosso país tem um salário baixo.

Mais de 57% recebe no máximo um salário base bruto (antes dos descontos para o IRS e Segurança Social) de 1.000 euros por mês.

Entre as mulheres trabalhadoras a percentagem sobe para 60,1% – devido às discriminações diretas e indiretas de que são alvo -, correspondendo a 1 milhão e 190 mil mulheres. De entre estas, 351 milhares ganham apenas o salário mínimo nacional, ou seja, 18% do total de mulheres (dados disponibilizados pelo Instituto da Segurança Social referentes a dezembro de 2024).

Podemos ver na [tabela](#) a remuneração base mensal do trabalho dependente – fevereiro de 2025

Fonte: : MTSSS, Instituto da Segurança Social (com base das Declarações de Remunerações à Segurança Social)

Outras fontes confirmam o baixo nível salarial médio praticado em Portugal, que afeta em particular as mulheres trabalhadoras. **De acordo com dados do Eurostat referentes a 2023, os salários em Portugal representam apenas 60,5% da média da União Europeia e 54,8% da média dos países da Zona Euro.**

Segundo o INE as mulheres trabalhadoras auferem em média rendimentos salariais líquidos (após descontos) de apenas 1.095 euros por mês, mas as trabalhadoras em situação de precariedade laboral têm salários ainda mais baixos, recebendo, em média, menos 19,5% que as trabalhadoras com vínculo permanente no caso dos contratos com termo e menos 27,9% no caso do falso trabalho independente (que no quadro aparece com a designação “Outro tipo”).

Podemos ver na [tabela](#) o rendimento salarial médio mensal líquido dos trabalhadores por conta de outrem segundo o tipo de contrato de trabalho, por sexo.

Fonte: INE, Inquérito ao Emprego – 1.º trimestre de 2025

Esta fonte indica que os rendimentos salariais líquidos das mulheres são inferiores, em média, em 17% aos recebidos pelos homens trabalhadores, o que no primeiro trimestre de 2025 correspondia a um diferencial de 225 euros.

Este diferencial agrava-se entre as qualificações mais elevadas.

Tomando apenas os valores dos salários base reportados nos Quadros de Pessoal de 2023 (inclui todos os rendimentos salariais para além do salário base), verifica-se que existe uma diferença de cerca de 13% no salário base bruto em desfavor das mulheres – tendo melhorado ligeiramente em relação ao ano anterior, o que em valores absolutos corresponde a menos 164 euros.

Mas entre quadros superiores ultrapassa os 700 euros (um diferencial de 26% que se agravou face a 2021 e 2022).

Entre os quadros médios o diferencial é de 15,3% (286 euros), mantendo-se face a 2022 mas piorando em relação a 2021, e de 14,8% entre os profissionais altamente qualificados (212 euros), melhorando ligeiramente face ao ano anterior. Os trabalhadores não qualificados têm uma das diferenças mais pequenas devido à existência do salário mínimo nacional.

Os salários baixos levam muitas trabalhadoras a ter que recorrer a mais do que um trabalho.

No primeiro trimestre de 2025 cerca de 139 mil trabalhadoras tinham uma segunda atividade profissional, correspondendo a 5,5% do total do emprego feminino, de acordo com dados do INE, mas este número deverá estar aquém da realidade.

Portugal permanece com um dos países da União Europeia onde se trabalha habitualmente mais horas por semana a tempo completo: em média 41 horas semanais para os assalariados do conjunto dos sectores de atividade.

Além de longos, os horários de trabalho praticados em Portugal são altamente desregulados, tendo vindo a aumentar o número de trabalhadoras e trabalhadores submetidos à desorganização das suas vidas.

Cerca de 1 milhão e 300 mil mulheres trabalhadoras por conta de outrem do sector privado e do sector empresarial do Estado estão sujeitas à desregulação dos seus horários de trabalho através de vários regimes de adaptabilidade (69%), bancos de horas (5%), isenção de horário (3%) e horários concentrados (2%).

Apenas 335 mil trabalhadoras (21% do total) têm um horário regular, tendo a percentagem descido face aos 22% de 2018.

Numa outra perspetiva de análise sabe-se que mais de 1 milhão e 900 mil trabalhadores por conta de outrem trabalham por turnos, ao serão, à noite, ao sábado ou domingo ou numa combinação destes tipos de horários em 2023.

Isto significa que 44,5% dos assalariados têm horários atípicos. Este número cresceu relativamente a 2021 quando havia menos de 1 milhão e 800 mil de trabalhadores nessa situação.

As mulheres representam 48% dos trabalhadores com estes tipos de horário, num total de 919,5 milhares. Perto de 800 mil mulheres trabalham ao Sábado, 551 mil ao Domingo, cerca de 440 mil ao serão, cerca de 345 mil por turnos e perto de 176 mil à noite. Muitas acumulam vários destes horários.

No seu conjunto, 41,7% das mulheres assalariadas tinham este tipo de horários em 2023, sendo entre elas que mais têm crescido nas últimas duas décadas. Mas nos serviços a percentagem chega aos 46%, sendo este o sector que concentra a maioria das trabalhadoras nesta situação (cerca de 91%).