



GUIA PRÁTICO

NOVO REGIME DOS TRABALHADORES INDEPENDENTES

INSTITUTO DA SEGURANÇA SOCIAL, I.P.

FICHA TÉCNICA

TÍTULO

Guia Prático – Novo Regime dos Trabalhadores Independentes
(1009 – v1.09)

PROPRIEDADE

Instituto da Segurança Social, I.P.

AUTOR

Departamento de Prestações e Contribuições

PAGINAÇÃO

Departamento de Comunicação e Gestão do Cliente

CONTACTOS

Linha Segurança Social: 210 545 400 | 300 502 502, dias úteis das 9h00 às 18h00.

Linha de Marcações: 210 548 888 | 300 088 888, dias úteis das 9h00 às 18h00, para atendimento personalizado, e 24 horas por dia, 7 dias da semana para atendimento automático.

Site: www.seg-social.pt

DATA DE PUBLICAÇÃO

12 de janeiro de 2026

ÍNDICE

A – O que é?	5
B - A quem se destina?	6
C – Inscrição dos trabalhadores independentes	6
D – Qual a duração?	7
D1. Quando começa o enquadramento a ter efeito?	7
D2. Quando termina o enquadramento? (cessação).....	8
E – Quais os direitos e deveres?	8
E1. Direitos:	8
E2. Deveres:	12
F – Cálculo do rendimento relevante	14
F1. Como calcular?	14
F2. Taxas contributivas	15
F3. Base de incidência contributiva	16
F3.1 Base de incidência contributiva antecipada ou em situações especiais	17
F3.2. Base de incidência contributiva no reinício de atividade	17
F3.3 Base de incidência contributiva do trabalhador com contabilidade organizada	17
F3.4 Base de incidência contributiva com atividade fora de Portugal.....	17
F3.5 Base de incidência contributiva dos/as maridos/mulheres ou companheiros/as e das pessoas que vivam em união de facto com o/a trabalhador/a independente.....	17
F4. Declaração anual	17
F5. Revisão anual da base de incidência	18
G – Pagamentos à Segurança Social	18
G1. Início da obrigação contributiva.....	18
G2. Prazos para pagamento de contribuições	19
G3. Onde pagar?	19
G4. Casos em que não existe obrigação de contribuir	20
H - Ferramentas <i>online</i> para trabalhadores independentes	21
H1. Débito direto.....	21
H2. Consultar os valores apurados das contribuições	21
H3. Consultar as contribuições	21
H4. Emitir o documento de pagamento	21
I – Documentação de apoio.....	23
I1. Legislação aplicável	23

J – Glossário.....	24
K – Perguntas Frequentes	24

A informação contida neste guia prático não dispensa a consulta da lei

A – O que é?

É uma pessoa singular que trabalha sem contrato de trabalho ou contrato legalmente equiparado e que não está abrangida pelo regime geral de Segurança Social para trabalhadores por conta de outrem.

Consideram-se abrangidos pelo **regime dos trabalhadores independentes**:

- pessoas com atividade profissional por conta própria (prestação de serviços incluindo científicos, literários, artísticos ou técnico ou atividade comercial, industrial, agrícola, silvícola ou pecuária) e o/a seu/sua marido/mulher, companheiro/a com quem viva em união de facto ⁽¹⁾;
- sócio/a ou membro de sociedade de profissionais livres;
- profissionais livres (incluindo as atividades de carácter científico, artístico ou técnico);
- trabalhadores intelectuais ⁽²⁾ tais como os autores de obras protegidas, nos termos do Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos, qualquer que seja o género, a forma de expressão e o modo de divulgação e utilização das respetivas obras;
- trabalhadores com apoio à criação de atividade independente;
- titulares de rendimentos da categoria B de arrendamento urbano para alojamento local na modalidade de estabelecimento de hospedagem (*hostel*);
- sócio/a de sociedade de agricultura de grupo;
- pessoa com direitos sobre explorações agrícolas ou semelhante, fazendo a sua gestão regular e direta;
- produtor/a agrícola e o/a marido/mulher ou companheiro/a com quem viva em união de facto ⁽¹⁾ que trabalhem na exploração agrícola ou semelhante;
- empresário/a em nome individual que tem rendimentos de atividade comercial e industrial e é dono/a de um estabelecimento individual de responsabilidade limitada e o/a seu/sua marido/mulher ou companheiro/a com quem vive em união de facto ⁽¹⁾;
- membro de cooperativa de produção e serviços que escolhe este regime nos seus estatutos.

⁽¹⁾ Se com ele/a trabalhar de forma regular e contínua.

⁽²⁾ Criadores intelectuais no domínio literário, científico e artístico, tais como:

- autores de obras literárias, dramáticas e musicais;
- autores de obras coreográficas, de encenação e pantomimas (mímicas);
- autores de obras cinematográficas ou produzidas por qualquer processo análogo ao da cinematografia;
- autores de obras plásticas, figurativas ou aplicadas e os fotógrafos;
- tradutores;
- autores de arranjos, instrumentações, dramatizações, cinematizações e outras transformações de qualquer obra.

Não estão abrangidos por este regime:

- advogados e solicitadores;
- pessoas com direitos sobre explorações agrícolas cujo produto é principalmente para consumo próprio e o rendimento por ano que não ultrapasse 2 148,52€ (4 x Indexante dos Apoios Sociais (IAS) que, em 2026, é igual a 537,13€) ⁽¹⁾;
- trabalhadores por conta própria com atividade temporária em Portugal e que já têm proteção social obrigatória noutro país, pelo menos em situações de invalidez, velhice e morte ⁽²⁾;
- proprietários de embarcações de pesca local e costeira, que trabalhem como parte da tripulação;
- pessoas que apanham espécies marinhas;
- pescadores que pescam na costa sem barco;
- agricultores que recebem subsídios agrícolas inferiores a 2 148,52€ (4 x IAS) e que não têm outros rendimentos que exijam a inscrição como trabalhadores independentes ⁽¹⁾;
- pessoas com rendimentos da categoria B por:
 - produção de eletricidade para autoconsumo ou através de unidades de pequena produção a partir de energias renováveis;
 - contratos de arrendamento e de arrendamento urbano para alojamento local em moradia ou apartamento.
- trabalhadores que acumulem funções como trabalhador por conta de outrem ou membro de órgãos estatutários (MOE) com a atividade de trabalhador independente para a mesma entidade ou entidades do mesmo grupo empresarial.

Nota: Neste caso o trabalhador independente é equiparado a trabalhador por conta de outrem, sendo os seus honorários recebidos pela atividade independente sujeitos à taxa contributiva de trabalhador por conta de outrem ou MOE.

⁽¹⁾Para não ficarem abrangidos pelo regime dos trabalhadores independentes, têm de entregar um pedido de exclusão, através do formulário Requerimento Exclusão do Enquadramento no Regime dos Trabalhadores Independentes – RV 1027.

⁽²⁾Para não ficarem abrangidos pelo regime dos trabalhadores independentes, têm de entregar um pedido de exclusão, através do formulário Exclusão do enquadramento no regime geral de segurança social português dos trabalhadores independentes em caso de exercício de atividade em Portugal, com caráter temporário, por parte de nacional de país não vinculado a Portugal por instrumento internacional de Segurança Social – RV 1025.

B - A quem se destina?

Trabalhadores independentes.

C – Inscrição dos trabalhadores independentes

1. A Autoridade Tributária informa automaticamente a Segurança Social quando um/a trabalhador/a independente inicia atividade, enviando os seus dados, incluindo o Número de Identificação Fiscal (NIF);

2. Com esses dados, a Segurança Social inscreve o/a trabalhador/a, se for necessário no regime dos trabalhadores independentes;
3. O/A trabalhador/a fica enquadrado/a no regime dos trabalhadores independentes mesmo que se encontre em condições de isenção de pagamento de contribuições;
4. O/A trabalhador/a independente é notificado/a pela instituição de Segurança Social competente da inscrição e do enquadramento no regime dos trabalhadores independentes, bem como de quando produz efeitos.

Nota: Se houver dúvidas sobre os dados recebidos da Autoridade Tributária, a Segurança Social pode pedir aos trabalhadores independentes que entreguem documentos para confirmar essas informações.

D – Qual a duração?

D1. Quando começa o enquadramento a ter efeito?

Se iniciar a atividade como trabalhador/a independente pela 1ª vez, o enquadramento começa a ter efeito no 1º dia do 12º mês após o início de atividade.

Exemplo: A Laura começou a trabalhar em janeiro de 2023. O enquadramento no regime de trabalhadores independentes começa dia 1 de janeiro de 2024.

Notas:

- se a atividade terminar durante os primeiros 12 meses, a contagem desses 12 meses é interrompida. A contagem volta no 1º dia do mês em que a atividade começa novamente, se isso acontecer dentro dos 12 meses após a atividade terminar;
- os trabalhadores independentes podem pedir que o enquadramento comece antes da data obrigatória. Neste caso, o efeito inicia no 1º dia do mês seguinte ao da apresentação da declaração trimestral.

Se recomeçar a atividade como trabalhador/a independente, o enquadramento começa a ter efeito no 1º dia do mês em que a atividade recomeça.

Se estiver a trabalhar por conta própria e ao mesmo tempo tiver outro trabalho onde já desconta para um sistema de proteção social diferente (como a Caixa Geral de Aposentações), tem de **entregar um comprovativo do salário mensal e comprovar que está a fazer descontos nesse sistema,** junto com o pedido de reinício de atividade.

Se voltar à atividade antes da 1.ª declaração trimestral e não tiver rendimentos ou se o valor calculado das contribuições for inferior a 20,00€, é definida uma base de incidência que corresponda a esse valor, a menos que já exista uma base de incidência definida para esse período.

Se quiser começar a descontar mais cedo para a Segurança Social como trabalhador/a independente, pode pedir o enquadramento antecipado ao entregar a declaração trimestral de janeiro, abril, julho ou outubro.

Se fizer esse pedido, o enquadramento começa a 1 de cada um desses meses, mesmo que a atividade tenha começado noutra dia do mês.

Exemplo: Se iniciar a atividade a 10 de janeiro de 2026 e entregar a declaração trimestral a 16 de janeiro de 2026, e selecionar a opção "Sim, pretendo começar a contribuir neste trimestre", o enquadramento começa a 01 de janeiro de 2026 e deve pagar a contribuição mínima de **20,00€**.

Se for marido/mulher ou unido de facto de trabalhador/a independente, deve comunicar o início da sua atividade *online*, no mês em que começa a trabalhar, para que seja feita a inscrição no regime dos trabalhadores independentes.

Se o pedido for aprovado, o enquadramento começa no 1.º dia do mês seguinte ao da entrega do pedido, desde que o/a trabalhador/a independente já esteja enquadrado/a, ou no mesmo mês em que esse enquadramento tenha efeito.

D2. Quando termina o enquadramento? (cessação)

O enquadramento termina quando acabar a atividade por conta própria. O fim do enquadramento começa a contar no dia 1 do mês a seguir ao fim da atividade.

Nota: O fim do enquadramento é feito automaticamente, com base na informação trocada com a administração fiscal ou quando os trabalhadores pedem.

Se for marido/mulher ou unido de facto de trabalhador/a independente, o enquadramento termina quando:

- a atividade do/a trabalhador/a independente terminar;
- a própria atividade terminar;
- começar uma atividade por conta própria ⁽¹⁾;
- o casamento chegar ao fim;
- houver separação judicial de pessoas e bens ⁽¹⁾;
- a união de facto for dissolvida.

⁽¹⁾O/A marido/mulher ou unido de facto do/a trabalhador/a independente deve informar a Segurança Social sobre esta situação através do e-clic ou em qualquer Serviço de Atendimento da Segurança Social, até ao final do mês em que acontece.

O pagamento de contribuições termina no 1.º dia do mês seguinte ao fim da atividade, mas pode ainda haver acertos a pagar depois da revisão anual.

Mesmo depois de fechar a atividade, o/a trabalhador/a independente continua a ter direito a receber subsídios (de doença, parentalidade e prestações por encargos familiares) que já lhe tenham sido atribuídos enquanto a atividade estava aberta e que ainda estejam a decorrer.

E – Quais os direitos e deveres?

E1. Direitos:

- **isenção do pagamento de contribuições**

Ainda que o trabalhador tenha de ser enquadrado obrigatoriamente no regime dos trabalhadores independentes, há isenção da obrigação de contribuir, em determinadas situações:

- **isenção parcial por acumulação de atividades**

Se for trabalhador/a independente e ao mesmo tempo trabalhar por conta de outrem, pode ficar isento/a de pagar contribuições como trabalhador/a independente, **se o seu rendimento relevante médio for inferior a 2 148,52€** (4 vezes o Indexante dos Apoios Sociais (IAS) que, em 2026, é igual a 537,13€) e **se cumprir todas estas condições:**

- o exercício de atividade independente e a atividade por conta de outrem forem feitos para entidades empregadoras diferentes, que não pertençam ao mesmo grupo;
- o trabalho por conta de outrem tiver abrangido por um regime de proteção social que cubra todas as situações protegidas pelo regime dos trabalhadores independentes;
- o salário médio mensal considerado para o outro regime de proteção social for **igual ou superior a 537,13€** que corresponde ao valor do IAS em 2026.

Nota: Se estiver inscrito no regime geral, a Segurança Social verifica automaticamente este valor, mas se estiver noutro sistema (como a Caixa Geral de Aposentações), tem de entregar um comprovativo do salário junto com o pedido.

Notas:

- Se a Segurança Social não tiver reconhecido a isenção da obrigação de contribuir, terá de apresentar o requerimento - Mod. RC 3001 – DGSS – acompanhado do documento comprovativo da remuneração mensal auferida pelo exercício de atividade profissional por conta de outrem.
- Se, num determinado trimestre, o rendimento como trabalhador/a independente **ultrapassar os 2 148,52€**, deixa de ter direito à isenção e tem de declarar todos os rendimentos na declaração trimestral seguinte.

○ **isenção por recebimento de pensão**

Se for trabalhador/a independente e estiver a receber Pensão de Invalidez ou de Pensão de Velhice, de um regime nacional ou estrangeiro, fica isento/a de pagar contribuições, desde que a atividade profissional seja compatível com essa pensão.

Também fica isento/a se estiver a receber uma pensão por acidente de trabalho ou doença profissional e tiver uma incapacidade para o trabalho **igual ou superior a 70%**.

○ **isenção por ausência de rendimentos ou pagamento mínimo no ano anterior**

Os trabalhadores independentes podem ficar isentos de pagar contribuições se, em janeiro do ano seguinte, se confirmar que no ano anterior só pagaram o valor mínimo (20,00 € por mês), por não

terem tido rendimentos ou por o rendimento apurado ser tão baixo que dava origem a uma contribuição inferior a 20,00€.

A partir de quando começa a isenção?

- Se a isenção for atribuída automaticamente, começa no mês seguinte ao acontecimento que a justifica; 2026

Exemplo: Se começar a trabalhar por conta de outrem em janeiro de 2026, a isenção só começa em fevereiro de 2026. Por isso, ainda tem de pagar a contribuição de janeiro.

- Se for preciso entregar um pedido, a isenção começa no mês seguinte à data em que entregou o pedido;

Exemplo: Se começar a atividade como trabalhador/a independente em dezembro de 2025, mas só entregar o pedido de isenção em março de 2026, só fica isento a partir de abril de 2026.

- Se for pensionista, a isenção começa na data em que começa a receber a pensão.

Quando termina a isenção?

Quando o/a trabalhador/a independente deixa de trabalhar por conta de outrem. Nesse caso, começa a pagar contribuições a partir do mês seguinte.

Nota: Se voltar a ter uma nova atividade profissional (que dê direito a isenção), continua a ter isenção **até 30 dias depois** (ou até 28 dias, se for em fevereiro) e se continuar a cumprir as condições.

O/A trabalhador/a independente também pode escolher deixar de estar isento, exceto se estiver isento por ter pago o valor mínimo (20,00€) em janeiro do ano anterior. Nesse caso, a isenção mantém-se enquanto cumprir com as condições.

Esta escolha (para deixar de estar isento) só pode ser feita na declaração trimestral de rendimentos, até ao fim de janeiro, abril, julho ou outubro.

A mudança tem efeito no mês em que for a declaração trimestral de rendimentos for feita *online*, sem necessidade de formulário.

• Prestações atribuídas pela Segurança Social

Ao inscrever-se como trabalhador/a independente passa a ter direito a prestações atribuídas pela Segurança Social, nas seguintes situações:

Situações	Exemplos de prestações da Segurança Social
Deficiência	<ul style="list-style-type: none">• Prestação Social para a Inclusão.
Dependência	<ul style="list-style-type: none">• Complemento por Dependência.
Desemprego	<ul style="list-style-type: none">• Subsídio por Cessação de Atividade;⁽¹⁾• Subsídio Parcial por Cessação de Atividade;⁽¹⁾• Subsídio por Cessação de Atividade Profissional;⁽²⁾

	<ul style="list-style-type: none"> • Subsídio Parcial por Cessação de Atividade Profissional. ⁽²⁾
Morte	<ul style="list-style-type: none"> • Pensão de Sobrevivência; • Reembolso de Despesas de Funeral; • Subsídio por Morte.
Doença⁽³⁾	<ul style="list-style-type: none"> • Subsídio de Doença.
Invalidez	<ul style="list-style-type: none"> • Complemento por Cônjuge a Cargo; • Pensão de Invalidez.
Doenças Profissionais	<ul style="list-style-type: none"> • Prestações em dinheiro (pecuniárias); • Prestações em espécie.
Parentalidade⁽⁴⁾	<ul style="list-style-type: none"> • Subsídio por Risco Clínico durante a Gravidez; • Subsídio por Interrupção da Gravidez; • Subsídio Parental Inicial (Subsídio Parental Inicial exclusivo do pai, Subsídio Parental Inicial exclusivo da mãe e Subsídio Parental Inicial a gozar por um dos pais em caso de impossibilidade do outro); • Subsídio Parental Alargado; • Subsídio por Adoção; • Subsídio por Assistência a Filho; • Subsídio por Assistência a Filho com Deficiência, Doença Crónica ou Doença Oncológica; • Subsídio de Assistência a Neto; • Subsídio por Riscos Específicos.
Velhice	<ul style="list-style-type: none"> • Complemento por Cônjuge a Cargo; • Pensão por Velhice.

⁽¹⁾ Se for trabalhador/a independente economicamente dependente de uma única entidade contratante;

As contribuições das entidades contratantes sobre serviços prestados por trabalhadores independentes destinam-se à proteção destes trabalhadores, no caso de desemprego.

⁽²⁾ Se for empresário/a em nome individual que tem rendimentos de atividade comercial e industrial e é dono/a de um estabelecimento individual de responsabilidade limitada e o/a seu/sua marido/mulher ou unido de facto, se com ele/a trabalhar de forma regular e contínua.

(3)

- Só começam a receber o subsídio **a partir do 11.º dia de doença**, exceto em casos de **internamento hospitalar ou tuberculose**, em que o subsídio é pago **desde o 1.º dia**;
- A duração máxima do subsídio é de **365 dias**, exceto para a **tuberculose**, que **não tem limite de tempo**;
- Nos primeiros **10 dias de baixa**, têm de **continuar a pagar contribuições**, exceto nos casos de internamento ou tuberculose;
- **A partir do 11.º dia**, deixam de pagar contribuições e começam a receber o subsídio.

Se regressarem ao trabalho fora dos meses de entrega da declaração trimestral (janeiro, abril, julho ou outubro), **só têm de pagar contribuições pelos dias em que trabalham nesse mês**.

(4) Os trabalhadores independentes têm direito aos subsídios no âmbito da parentalidade a partir do 1.º dia em que ficam impedidos de trabalhar, desde que cumpram as condições para ter direito. Durante o tempo em que estão a receber estes subsídios, não precisam de pagar contribuições.

Para ter direito às prestações, o/a trabalhador/a tem de ter o pagamento das contribuições regularizado até ao final do **3.º mês anterior** ao mês em que acontece o motivo que dá origem ao subsídio.

Se não tiver o pagamento das contribuições regularizado, deixa de receber temporariamente as prestações a partir da data em que deveriam ser pagas.

Notas:

se estiver isento de pagar contribuições por acumular atividade independente com trabalho por conta de outrem e, num trimestre, o rendimento relevante ultrapassar 2 148,52€- (4 vezes o IAS), tem de pagar contribuições sobre o valor que excede esse limite. No entanto, esse valor **só conta** para calcular a remuneração de referência em caso de **invalidez, velhice e morte**;

E2. Deveres:

- **entregar a declaração trimestral de rendimentos**

Os trabalhadores independentes, quando estão obrigados a pagar contribuições, ou seja, não estão isentos, devem entregar uma declaração de rendimentos a cada 3 meses, **até ao último dia** dos meses de **janeiro, abril, julho e outubro**.

Deve ser declarado:

- o valor total dos rendimentos obtidos com a **produção e venda de bens**;
- o valor total dos rendimentos obtidos com a **prestação de serviços**;
- outros rendimentos relevantes para o cálculo do rendimento relevante.

Esta declaração refere-se aos rendimentos obtidos nos **3 meses anteriores**.

Por exemplo, a declaração entregue até 31 de janeiro diz respeito aos rendimentos de outubro, novembro e dezembro.

Nota: Os elementos da declaração podem ser corrigidos **até 15 dias** após o fim do prazo de entrega.

Se a deixar, temporariamente ou definitivamente, de exercer a atividade independente, deve entregar a declaração trimestral no **período declarativo seguinte**.

Em janeiro, os trabalhadores independentes que tenham entregue pelo menos 1 declaração no ano anterior devem **confirmar ou corrigir** os valores declarados.

Caso não tenha sido possível entregar alguma declaração nos prazos anteriores, também o podem fazer em janeiro.

Os pensionistas não têm de entregar a declaração anual. No entanto, se tiverem apresentado alguma declaração trimestral no ano anterior, podem corrigi-la em janeiro.

Os trabalhadores independentes que estão no regime de contabilidade organizada não precisam de entregar a declaração trimestral, porque o rendimento relevante é calculado com base no **lucro tributável**. No entanto, se forem notificados com o valor da base de incidência contributiva e quiserem mudar para o regime de apuramento trimestral, podem pedir essa mudança **no prazo indicado na notificação**. Se o fizerem, passam a ter de entregar a declaração trimestral a partir de janeiro.

Se não entregarem a declaração trimestral quando são obrigados a fazê-lo, cometem uma infração leve, que pode ser punida com uma coima.

Código dos Regimes Contributivos, art. 233.º

Entrega da declaração trimestral fora do prazo declarativo

Já é possível entregar a Declaração Trimestral (DT) fora do prazo *online*, no menu Trabalho > Relações de trabalho > Trabalhadores > Regime Declaração Trimestral, desde o 1.º dia após o fim do período declarativo até ao último dia do mês anterior ao próximo período declarativo.

Exemplos:

- a Declaração Trimestral de **janeiro de 2026** poderá ser entregue até ao final de **março de 2026**;
- a Declaração Trimestral de **abril** poderá ser entregue em **maio e junho de 2026**;
- a Declaração Trimestral de **julho** poderá ser entregue em **agosto e setembro de 2026**;
- a Declaração Trimestral de **outubro** poderá ser entregue em **novembro e dezembro de 2026**.

Notas:

1. continua a existir o prazo normal de entrega e o período de substituição (para corrigir declarações já submetidas);
2. esta funcionalidade pode também ser usada para corrigir valores errados;
3. declarações entregues fora do prazo são marcadas como "Fora de Prazo";
4. se o/a trabalhador/a independente entregar a DT fora de prazo, o/a marido/mulher ou companheiro/a pode atualizar o seu rendimento relevante com base nessa nova declaração;
5. a entrega fora de prazo **não permite antecipar o início do enquadramento** na Segurança Social.

Quem não é obrigado a declarar trimestralmente

Os trabalhadores independentes que estão isentos da obrigação de declarar trimestralmente quando:

- **têm outra atividade por conta de outrem** e ganham, em média, pelo menos 1 vez o IAS (537,13€), e o rendimento médio mensal do trabalho independente, calculado a cada 3 meses, seja inferior a 4 vezes o IAS (2 148,52€);
- **recebem Pensão de Invalidez ou Pensão de Velhice** de regimes de proteção social, nacionais ou estrangeiros, e a atividade profissional seja legalmente compatível com essas pensões;
- **recebem pensão por risco profissional** e têm uma incapacidade para o trabalho de 70% ou mais;
- **o rendimento é calculado com base no lucro tributável** (regime de contabilidade organizada).

Nota: A declaração dos dados necessários para determinar a base de contribuição deve ser feita:

- **de 3 em 3 meses**, até ao último dia de janeiro, abril, julho e outubro;
- **1 vez por ano**, na entrega da declaração fiscal, através do Anexo SS ao modelo 3 da declaração de IRS, enviada aos serviços da Segurança Social pela entidade tributária competente.

Os empresários em nome individual e os titulares de estabelecimento individual de responsabilidade limitada que exerçam apenas atividade industrial ou comercial devem declarar o início ou o fim da atividade *online*, no mês em que a alteração acontecer.

Regime de contabilidade organizada

Os trabalhadores independentes que estão no regime de contabilidade organizada e cujo rendimento relevante é o valor do **lucro tributável** (isto é, o lucro apurado na declaração de IRS do ano anterior, através do Anexo SS do Modelo 3), podem pedir para passar ao regime de declaração trimestral.

Para isso, devem fazer o pedido entre **1 e 30 de novembro** de cada ano.

Se o pedido for aceite, começam a entregar a declaração trimestral a partir de **janeiro do ano seguinte**.

F – Cálculo do rendimento relevante

F1. Como calcular?

O rendimento relevante do/a trabalhador/a independente baseia-se nos rendimentos dos 3 meses imediatamente anteriores ao mês da declaração trimestral. Conta-se da seguinte forma:

- **70%** do valor total de prestação de serviços;
- **20%** dos rendimentos associados à produção e venda de bens;
- **20%** dos rendimentos por serviços em hotelaria, restauração e bebidas, se forem declarados como tal no IRS.

Rendimentos que **não contam** para este cálculo:

- obtidos com a produção de eletricidade para autoconsumo ou através de unidades de pequena produção a partir de energias renováveis;
- obtidos através de contratos de arrendamento e de arrendamento urbano para alojamento local em moradia ou apartamento;
- subvenções ou subsídios ao investimento;
- mais-valias (ex: lucros de venda de bens);
- rendimentos de propriedade intelectual ou industrial.

Rendimentos que **podem contar** se o/a trabalhador/a quiser:

- subvenções ou subsídios ao investimento;
- mais-valias;
- rendimentos de propriedade intelectual ou industrial;

O rendimento relevante do/a trabalhador/a independente que segue o **regime de contabilidade organizada** é o lucro tributável apurado no ano anterior, conforme declarado no Anexo SS da Declaração Modelo 3 do IRS.

A Segurança Social calcula os rendimentos com base nos valores declarados pelo/a trabalhador/a e pela Administração Fiscal, que envia essas informações automaticamente à Segurança Social.

Direito de opção

Os trabalhadores independentes podem, no momento da declaração trimestral, escolher um rendimento até 25% acima ou abaixo do valor declarado, com aumentos de 5% (5%, 10%, 15%, 20%, 25%). O rendimento escolhido deve respeitar os limites de um mínimo de 20,00€ e máximo de 12 x IAS (6 445,56€), exceto para aqueles que acumulam atividade por conta de outrem e contribuem pelo rendimento que falta para completar o valor total.

Nota: Trabalhadores independentes no regime de contabilidade organizada que não escolham a declaração trimestral não podem escolher um rendimento diferente do lucro tributável declarado.

F2. Taxas contributivas

As taxas contributivas a incidir sobre a base de incidência contributiva serão:

Tipo de atividade	Taxa Contributiva
<ul style="list-style-type: none">• Trabalhadores independentes e respetivos/as maridos/mulheres ou companheiros/as;• Trabalhadores independentes que sejam produtores agrícolas e respetivos/as maridos/mulheres ou companheiros/as;	21,4%
Empresários em nome individual e dos titulares de estabelecimento individual de responsabilidade limitada e respetivos/as maridos/mulheres ou companheiros/as;	25,2%

F3. Base de incidência contributiva

Base de Incidência Mensal

A base de incidência contributiva mensal corresponde a 1/3 do rendimento relevante apurado em cada período declarativo, e será usada para calcular as contribuições no mês atual e nos 2 meses seguintes.

Exemplo: Se o Filipe teve rendimentos de prestação de serviços de 6 000,00€, o rendimento relevante será 70% disso, ou seja, 4 200,00€. A base de incidência mensal será 4 200,00€ : 3 = 1 400,00€.

O Filipe pagará **299,60€ por mês** (1 400,00€ x 21,4%).

Sem rendimentos ou contribuições menores que 20,00€

Se não houver rendimentos ou se o valor das contribuições for inferior a 20,00€, a base de incidência será fixada em **20,00€ por mês**.

Exemplo: A Marta não teve rendimentos, por isso, pagará 20,00€ por mês no trimestre seguinte ao período declarado.

Contabilidade Organizada

Sempre que o rendimento relevante seja apurado com base na contabilidade organizada, a base de incidência mensal será o lucro tributável dividido por 12, com um mínimo de 805,70€ (1,5 vezes IAS), sendo fixada no mês de outubro para produzir efeitos no ano civil seguinte.

Exemplo: A Leonor teve um lucro tributável de 15 000,00€. A base de incidência será 15 000,00€ : 12 = 1 250,00€. Ela pagará **267,50€ por mês** (1 250,00€ x 21,4%).

Trabalhadores independentes com atividade por conta de outrem

Quando o rendimento médio mensal apurado trimestralmente for igual ou superior a 4 vezes o valor do IAS (2 148,52€), e o/a trabalhador/a acumular atividade por conta de outrem, a base de incidência contributiva será o valor que ultrapassar esse limite, ou seja a diferença.

Nota: Não se considera para a base de incidência contributiva o rendimento relevante que resulte numa contribuição inferior a 5,00€.

Exemplo: O Paulo é trabalhador por conta de outrem (com rendimento superior a 537,13€ e também trabalhador independente.

Em janeiro, fevereiro e março, ele obteve rendimentos de 10 000,00€, 10 000,00€ e 4 000,00€, totalizando 24 000,00€ no trimestre.

O seu rendimento relevante será 70% de 24 000,00€, ou seja, 16 800,00€. Dividido por 3 meses, dá 5 600,00€. Como este valor é superior a 2 148,52€, a base de incidência será a diferença entre 5 600,00€ e 2 148,52€, ou seja, 3 451,48€.

A contribuição mensal será de **738, 62€** (3 451,48€ x 21,4%) durante os 3 meses seguintes.

Limite máximo da base de incidência

A base de incidência contributiva tem um limite máximo de 6 445,56€ (12 vezes o IAS).

Exemplo: O João, no período declarativo, teve rendimentos de 20 000,00€ em abril, 20 000,00€ em maio e 20 000,00€ em junho, num total de 60 000,00€ no trimestre.

Assim, o seu rendimento relevante será 70% de 60 000,00€, ou seja, 42 000,00€. O valor apurado será dividido por 3 (meses), resultando em 14 000,00€ de rendimento relevante mensal.

Neste caso, a base de incidência contributiva será limitada ao valor máximo de 6 445,66€ (12 vezes o IAS), sobre o qual se aplicará a respetiva taxa contributiva.

Em resumo, o João pagará por mês a contribuição de **1 379, 35€** (6 445,66€ x 21,4%), durante os 3 meses seguintes ao período contributivo declarado.

F3.1 Base de incidência contributiva antecipada ou em situações especiais

No início da atividade e até à 1.ª declaração trimestral, a base de incidência contributiva será fixada em 20,00€.

Trabalhadores independentes que exerçam atividade em outro país, mas mantenham o enquadramento no regime geral de trabalhadores independentes, continuarão com a última base de incidência, caso os seus rendimentos não sejam declarados em Portugal.

F3.2. Base de incidência contributiva no reinício de atividade

Se o/a trabalhador/a independente reiniciar a atividade e não tiver rendimentos, ou se o valor das contribuições for inferior a 20,00€, a base de incidência será fixada em 20,00€. Isso, a menos que já tenha sido definida uma base de incidência para o período.

F3.3 Base de incidência contributiva do trabalhador com contabilidade organizada

A base de incidência mensal corresponde ao duodécimo do lucro tributável, com um limite mínimo de 805,70€ (1,5 vezes o IAS). Essa base é fixada em outubro para produzir efeitos a partir de janeiro do ano seguinte.

Em outubro, o/a trabalhador/a independente com contabilidade organizada recebe uma notificação sobre a base de incidência com base no lucro tributável do ano anterior. Após a notificação, o/a trabalhador/a pode pedir, dentro do prazo indicado, que seja aplicado o regime trimestral de apuramento do rendimento, passando a ter obrigações de declaração trimestral a partir de janeiro.

F3.4 Base de incidência contributiva com atividade fora de Portugal

Os trabalhadores independentes que decidam trabalhar em outro país e escolham continuar no regime dos trabalhadores independentes em Portugal, mantêm a última base de incidência fixada, desde que não declare os rendimentos de trabalho independente em Portugal.

F3.5 Base de incidência contributiva dos/as maridos/mulheres ou companheiros/as e das pessoas que vivam em união de facto com o/a trabalhador/a independente

A base de incidência contributiva dos/as maridos/mulheres ou companheiros/as e das pessoas que vivam em união de facto com o/a trabalhador/a independente é 70% do rendimento relevante deste/a trabalhador/a, seja no regime trimestral ou de contabilidade organizada. Se o valor das contribuições for inferior a 20,00€, a base de incidência será fixada nesse valor.

Podem pedir para ajustar o rendimento relevante para um valor até 20% abaixo ou até ao valor total do rendimento relevante do/a trabalhador/a independente.

A base de incidência mensal tem um limite máximo de 6 445,56€ (12 vezes o IAS).

F4. Declaração anual

Em janeiro de 2026, os trabalhadores independentes devem declarar os rendimentos do último trimestre do ano anterior (outubro, novembro e dezembro de 2025). Também devem confirmar ou declarar os rendimentos do ano civil anterior (2025), exceto para pensionistas que já tenham feito pelo menos 1 declaração trimestral no ano anterior.

Pode **confirmar** os valores dos rendimentos relativos ao ano civil anterior (2025) *online* no menu Trabalho > Remunerações e contribuições > Regime Declaração Trimestral. As declarações trimestrais que foram entregues estão sinalizadas por "Consultar Declaração".

O/A trabalhador/a deve clicar em "Consultar Declaração" para verificar os valores. Se estiverem corretos, deve clicar em "voltar", sem necessidade de clicar em mais nada para confirmar.

Se for apurado um valor superior de contribuições, o pagamento extra pode ser feito até 20.02.2026, através de um documento de pagamento. Após essa data, aplicam-se juros de mora, e o/a trabalhador/a pode pedir regularização da dívida.

Se as contribuições forem reduzidas e houver créditos, o valor será usado para contribuições futuras. Se preferir, pode pedir a devolução dos valores pagos a mais, através do Requerimento Restituição De Contribuições E Quotizações Indevidamente Pagas - RC 3041.

F5. Revisão anual da base de incidência

Todos os anos, a Segurança Social revê os rendimentos relativos ao ano anterior dos trabalhadores independentes com base nos dados enviados pela Administração Fiscal. Se forem encontradas diferenças, o/a trabalhador/a é notificado/a.

Essas diferenças podem originar uma contribuição adicional a pagar em janeiro do ano seguinte, mas só se o valor for superior a 20,00€. Esse valor é também considerado no registo da carreira contributiva, referente ao ano a que dizem respeito os rendimentos.

O/A trabalhador/a será informado/a do novo valor do rendimento relevante e pode pronunciar-se (exercer o direito de resposta) através do site da Segurança Social.

O registo de salários dos trabalhadores independentes corresponde sempre às contribuições efetivamente pagas. Se houver correções feitas depois do prazo, o registo será atualizado com referência ao ano e mês a que se referem. O mesmo se aplica à revisão anual.

G – Pagamentos à Segurança Social

G1. Início da obrigação contributiva

Se a pessoa não estiver isenta, tem de começar a pagar contribuições à Segurança Social nas seguintes situações:

Situação	Início da obrigação contributiva
Trabalhar como independente pela 1. ^a vez	No 1.º dia do 12.º mês após o início de atividade

Situação	Início da obrigação contributiva
Reiniciar a atividade como independente	No 1.º dia do mês do reinício da atividade
Enquadramento antecipado	No 1.º dia do mês seguinte ao da apresentação do pedido

G2. Prazos para pagamento de contribuições

O pagamento das contribuições é feito todos os meses **entre o dia 10 e o dia 20** do mês seguinte àquele a que as mesmas dizem respeito.

Se o pagamento não for feito dentro do prazo:

- nos primeiros 30 dias de atraso, é uma contraordenação leve;
- depois disso, passa a ser uma contraordenação grave, com juros de mora.

Todos os meses, os dados necessários para pagar estão disponíveis *online*, área de mensagens do/a trabalhador/a.

G3. Onde pagar?

- **No multibanco:**
 - com referência multibanco, obtida *online*;
 - sem referência multibanco: Serviço Especial.

Nota: Guarde sempre o talão do multibanco como comprovativo de pagamento, também para efeitos fiscais.
- **Homebanking:**
Para mais informação, consulte o guia prático Pagamento de Contribuições à Segurança Social;
- **Por débito direto:**
 - *Online*, no menu Pagamentos e dívidas > Valores a pagar à Segurança Social > Autorizar débito direto para pagamento de contribuições;
- **Nas tesourarias da Segurança Social, com o documento de pagamento:**
 - através do terminal de pagamento automático (TPA), sem limite de valor;
 - em dinheiro, até ao limite de 150,00€;
 - por cheque visado, cheque bancário ou cheque emitido pela Agência de Gestão da Tesouraria e da Dívida Pública- IGCP, EPE, sem limite de valor.
- **Por débito direto:**
 - *online*, no menu Pagamentos e dívidas > Valores a pagar à Segurança Social > Autorizar débito direto para pagamento de contribuições;
- **Por transferência bancária:**

- *online*, no meu Pagamentos e dívidas > Valores a pagar à Segurança Social > Consultar valores a pagar e emitir documentos de pagamento

O Documento de Pagamento (DP) passa a conter mais uma referência, com um número de IBAN, *Swift* e Valor. Para cada DP emitido, será gerada uma referência de IBAN. Esta opção de pagamento estará disponível tanto nos DP emitidos pelo/a contribuinte, como nos DP disponibilizados automaticamente pela Segurança Social.

A referência de IBAN permite pagamentos de qualquer valor, resolvendo um dos atuais constrangimentos que é o pagamento de valores superiores a 100 000€ (limitação da SIBS para pagamentos por referência).

As entidades públicas podem efetuar o pagamento por esta via, facilitando a identificação dos pagamentos destes contribuintes.

- **Por MBWAY**

Para utilizar este novo modo de pagamento:

- aceda ao menu “**Pagamentos e Dívidas**” e clique em “**Consultar na Posição Atual**”.
- Após autenticação, aceda à opção “**Obter documentos já emitidos.**” No separador Ações, selecione “**Pagar por MBWay**”, insira o número de telemóvel associado à aplicação e confirme o pagamento após autorização no telemóvel.

Situações com meio de pagamento obrigatório

O pagamento por cheque visado ou cheque bancário é **sempre obrigatório** nas seguintes situações:

- resgate de cheques que não foram aceites, independentemente do tipo de pagamento;
- quando é usado um único cheque para pagar contribuições de vários contribuintes;
- quando é usado um único cheque para pagar reposições de várias pessoas.

Nota: Depois de fazer o pagamento, o banco tem de enviar a informação à Segurança Social, o que pode demorar algum tempo. Só depois dessa troca de informação é que a conta fica atualizada, com o pagamento feito pelo/a contribuinte. Ou seja, é normal que imediatamente a seguir ao pagamento a informação ainda não esteja atualizada *online*, pois a troca de informação entre o banco e a Segurança Social não é imediata.

G4. Casos em que não existe obrigação de contribuir

Os trabalhadores independentes não têm de pagar contribuições à Segurança Social quando:

- têm direito à respetiva isenção;
- interrompem temporariamente a atividade, de forma voluntária ou não, com justificação válida, desde que esta não possa ser exercida por marido/mulher ou companheiro/a, pessoa em união de facto ou trabalhador/a ao seu serviço;
- estão temporariamente incapazes ou indisponíveis para o trabalho por motivo de parentalidade, mesmo sem direito ao subsídio;
- estão temporariamente incapazes para o trabalho, com ou sem direito ao Subsídio de Doença;

- a incapacidade é confirmada, iniciando-se a isenção nesse dia (se não houver prazo de espera), ou no 11.º dia após essa confirmação (caso exista um prazo de espera de 10 dias seguidos).

H - Ferramentas *online* para trabalhadores independentes

H1. Débito direto

Pode autorizar débito direto para pagamento de contribuições *online*, no menu Pagamentos e dívidas > Valores a pagar à Segurança Social > Autorizar débito direto para pagamento de contribuições. Para isso, precisa de celebrar um contrato de adesão e preencher a Autorização de Débito em Conta (ADC). A ADC é feita automaticamente *online* e pode alterá-la relativamente ao IBAN e ou BIC/SWIFT.

As restantes alterações, tais como valores e prazos poderão ser feitas na rede Multibanco ou junto do seu banco.

Notas:

- o débito direto só cobre a contribuição do mês atual. Dívidas de meses anteriores ou juros em atraso devem ser pagos por outros meios;
- se alterar a Declaração Trimestral até ao dia 15 do mês seguinte e isso aumentar o valor da contribuição, a diferença também tem de ser paga por outro meio.

H2. Consultar os valores apurados das contribuições

Pode consultar os valores apurados das contribuições *online*, no menu Trabalho > Remunerações e contribuições > Consultar contribuições do trabalhador independente.

Ao aceder, verá uma lista com as contribuições apuradas por mês.

Para mais detalhes sobre os valores e como foram calculados, clique em "**Ver detalhe**".

A informação está dividida por separadores:

- **Detalhe cálculo:** mostra como foi calculado o valor da contribuição mensal;
- **Detalhe contribuição:** apresenta os valores que compõem a contribuição total, a data limite de pagamento e o motivo da contribuição;
- **Histórico de apuramentos:** lista todas as contribuições apuradas, da mais recente para a mais antiga. Ao clicar em "Ver detalhe", pode ver os valores do último apuramento e anteriores, incluindo eventuais correções por interrupções ou ajustes, com a explicação do motivo.

H3. Consultar as contribuições

Pode consultar as contribuições *online*, no menu Pagamentos e dívidas > Valores a pagar à Segurança Social > Consultar valores a pagar e emitir documentos de pagamento e depois **consultar os movimentos conta corrente**, que permite a consulta da conta-corrente de um período máximo de um 1 anterior.

Esta consulta mostra os movimentos da conta (débito, crédito ou acertos de contas), com a respetiva descrição, e permite imprimir o extrato, se quiser.

Pode não incluir alguns movimentos que ainda não foram compensados (ou seja, em que o valor pago ainda não foi usado para cobrir uma dívida).

Os movimentos aparecem ordenados pela data em que foram considerados válidos: a data do pagamento, no caso dos créditos, e a data da obrigação, no caso dos débitos.

H4. Emitir o documento de pagamento

Pode emitir o documento de pagamento *online*, no menu Pagamentos e dívidas > Valores a pagar à Segurança Social > Consultar valores a pagar e emitir documentos de pagamento e depois:

1. no campo "Tipo de Entidade", selecione a opção que pretende consultar e no campo "Tipo de valor" indique que tipo de valores pretende consultar. Caso pretenda consultar todos os valores em dívida, sem restrição, deve deixar estas opções por selecionar e clicar apenas em "Pesquisar";
3. os valores de dívida apurados são indicados na tabela "Valores apurados";
4. para emitir os documentos de pagamento relativos aos valores em dívida, selecione os valores para os quais quer emitir o documento. Na coluna "Selecionar" colocar um "✓" na opção respetiva e clique em "seguinte";
5. os valores em dívida são apresentados, permitindo gerar o documento de pagamento. Depois de consultar as instruções sobre a validação da assinatura digital, deve selecionar a opção "Gerar Documento";
6. o documento é gerado no formato PDF, pode ser impresso, contém os dados para pagamento e a descrição dos valores a regularizar. É válido por **120 horas**.

Toda a comunicação entre o/a trabalhador/a independente e a Segurança Social é feita *online* e pode:

- entregar a **declaração trimestral de rendimentos**;
- consultar declarações anteriores;
- ver o **rendimento relevante do/a seu/sua marido/mulher ou companheiro/a**;
- confirmar a **opção de regime de contabilidade organizada**, se aplicável.

Se vai usar a Segurança Social Direta pela 1.ª vez e ainda não tem a senha de acesso:

1. aceda ao portal da Segurança Social;
2. clique em "Segurança Social Direta";
3. clique em "Efetuar Registo";
4. preencha o seu Número de Identificação da Segurança Social (NISS);
5. clique em "Prosseguir";
6. leia os termos e condições e, se concordar, clique em "Li e aceito os Termos e Condições do serviço";
7. preencha os dados pedidos:
 - nome completo;
 - data de nascimento;
 - número do documento de identificação (Cartão de Cidadão, Bilhete de Identidade);
 - Número de Identificação Fiscal (NIF);
8. clique em "Próximo passo: contactos"
9. se os dados não corresponderem aos registados na Segurança Social, o registo não poderá continuar. Contacte os serviços de atendimento.
10. preencha os seus dados de contacto:

- endereço de e-mail;
- número de telemóvel;
- número de telefone (opcional);

13. clique em "Próximo passo: código"

14. a Segurança Social enviará um código de verificação para definir a sua palavra-chave. Escolha como deseja receber o código:

- por e-mail;
- por mensagem.

Caso os contactos não estejam registados ou sejam diferentes dos existentes, será enviada uma carta-pin com o código de verificação.

15. clique em "Próximo passo: resumo";

16. verifique as informações inseridas;

17. clique em "Confirmar" se estiver tudo correto;

18. insira o código de verificação que recebeu;

19. clique em "Confirmar código de verificação";

20. crie uma palavra-chave (consulte as regras na página);

21. confirme a palavra-chave;

22. clique em "Confirmar palavra-chave";

23. clique em "Efetuar autenticação na Segurança Social Direta"

24. após autenticação, atualize seus contactos e consulte as perguntas *online*, no menu Iniciar sessão > Perfil > Dados pessoais > Atualizar contactos.

Para mais informação, consulte o guia prático Segurança Social Direta.

I – Documentação de apoio

I1. Legislação aplicável

Portaria n.º 480-A/2025/1, de 30 de dezembro

Atualiza o valor do indexante dos apoios sociais (IAS) em 2026 para 537,13€.

Lei n.º 24- D/2022, de 30 de dezembro

Orçamento do Estado para 2023 - O Artigo 270.º adita o artigo 23.º-B ao Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social.

Despacho n.º 599/2019, de 11 de janeiro

Fixa, no âmbito do regime de segurança social dos trabalhadores independentes, os respetivos valores mínimos de contribuição e base de incidência.

Decreto regulamentar n.º 6/2018, de 02 de julho

Republica a regulamentação do código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social.

Decreto-lei n.º 2/2018, de 9 de janeiro

Altera o regime contributivo dos trabalhadores independentes.

Lei n.º110/2009, de 16 de setembro, com as atualizações

Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social – Regime dos Trabalhadores Independentes.

J – Glossário

Base de Incidência Contributiva

É o valor usado para calcular a contribuição (desconto) para a Segurança Social. A contribuição vai ser uma percentagem (taxa) deste valor, de acordo com a atividade do/a trabalhador/a.

Prazo de garantia

É o período mínimo de descontos para a Segurança Social que é necessário para ter acesso a um benefício.

Entidade Contratante

São consideradas entidades contratantes, as pessoas coletivas ou singulares com atividade empresarial, independentemente da sua natureza e objetivos, que no mesmo ano civil recebam, pelo menos, 80% do valor da atividade de trabalhador independente.

K – Perguntas Frequentes

Para mais informação, consulte o guia prático Novo Regime dos Trabalhadores Independentes – Perguntas Frequentes.