SEGURANÇA SOCIAL

INSTITUTO DA SEGURANÇA SOCIAL, I.P.

GUIA PRÁTICO

SUBSÍDIO DE DOENÇA

INSTITUTO DA SEGURANÇA SOCIAL, I.P.

FICHA TÉCNICA

TÍTULO

Guia Prático – Subsídio de Doença

(5001 – v4.55)

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

23 de outubro de 2026

Índice

A – O que é? 4
B – A quem se destina? 4
C – Quais as condições para ter direito? 5
D – Qual o valor a receber? 6
D1. Qual o valor a receber? 6
D2. Como pode receber? 8
D3. Como registar ou alterar o IBAN (Número de Identificação Conta Bancária Internacional)? 8
E – Qual a duração? 9
E1. Quando começa a receber? 9
E2. Durante quanto tempo pode receber? (período de concessão) 10
E3. Quando deixa de receber temporariamente? 10
E4. Quando é que volta a receber o subsídio? 11
E5. Quando termina o direito ao subsídio? (cessação) 11
F – Como pedir? 11
F1. Quais os formulários a preencher? 11
F2. Quais os documentos necessários? 12
F3. Prazo para pedir 15
G – Posso acumular com outros benefícios? 15
G1. Pode acumular com: 15
G2. Não pode acumular com: 15
H – Quais os deveres e sanções? 16
H1. Deveres 16
H2. Sanções ..... **Erro! Marcador não definido.**
I - Documentação de apoio 16
I1. Legislação Aplicável 16
J - Glossário 17
K - Perguntas Frequentes 18

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

A – O que é?

É uma **prestação paga em dinheiro**, para compensar a perda de rendimentos dos trabalhadores que não podem trabalhar temporariamente por estarem doentes.

Nota: A doença é toda a condição que cause **incapacidade para o trabalho**, não decorrente de causas profissionais ou de atos de terceiros com direito a indemnização.

B – A quem se destina?

- Trabalhadores por conta de outrem, que descontam para a Segurança Social;
- Trabalhadores independentes, que descontam para a Segurança Social;
- Pessoas inscritas no regime do seguro social voluntário:
  - trabalhadores marítimos e vigias nacionais de navios de empresas estrangeiras;
  - pessoas que recebem bolsa para investigação científica.
- Pessoas a receber indemnizações por acidente de trabalho ou doença profissional que estejam a trabalhar e a fazer descontos para a Segurança Social, se o valor da indemnização for inferior ao Subsídio de Doença (o subsídio de doença é igual valor da indemnização menos o valor do subsídio;
- Pessoas a receber pensões por acidente de trabalho ou doença profissional desde que estejam a trabalhar e a fazer descontos para a Segurança Social;
- Pessoas a receberem pensões de indemnização desde que estejam a trabalhar e a fazer descontos para a Segurança Social;
- Pessoas em situação de pré-reforma que estejam a trabalhar e a fazer descontos para a Segurança Social;
- Trabalhadores de serviço doméstico;
- Trabalhadores da área da cultura por conta de outrem (TCO) em regime de contrato de trabalho de muito curta duração, inscritos no Registo dos Profissionais da área da Cultura (RPAC);
- Pensionistas de invalidez ou velhice desde que não estejam a receber essa mesma pensão, ou seja, que a pensão de invalidez ou velhice esteja interrompida;
- Trabalhadores pertencentes ao grupo económico Banco Português de Negócios (BPN) **(1).**

  Nota: Desde 12 de abril de 2012, os trabalhadores que tenham sido contratados até 2 de março de 2009 por empresas do grupo BPN passaram a ter direito ao Subsídio de Doença através da Segurança Social. No entanto, se já estavam doentes nessa data, o pagamento continua a ser feito pela entidade empregadora até ao fim da baixa.

(1) Pertencem ao grupo económico BPN – Banco Português de Negócios as seguintes entidades:

- BPN – Banco Português de Negócios, S.A.;
- BPN Gestão de Ativos – Sociedade Gestora de Fundos de Investimento Mobiliário, S.A.;
- BPN Imofundos – Sociedade Gestora de Fundos de Investimento Imobiliário, S.A.;
- BPN Crédito – Instituição Financeira de Crédito, S.A.;
- BPN Serviços – Serviços Administrativos, Operacionais e Informáticos, A.C.E.

  Nota: Os trabalhadores bancários que estavam abrangidos pela Caixa de Abono de Família dos Empregados Bancários (ex-CAFEB) e que, em janeiro de 2011, foram integrados no Regime Geral de Segurança Social apenas dispõem de proteção na eventualidade doença pelos instrumentos de

regulação coletiva de trabalho aplicáveis ao setor bancário, pelo que não têm direito ao subsídio de doença por parte da segurança social.

C – Quais as condições para ter direito?

Tem direito se **cumprir com todas as seguintes condições:**

- tiver um Certificado de Incapacidade Temporária (CIT/baixa)**(1)** passado por um médico de entidade prestadora de cuidados de saúde pública, privada e social, designadamente cuidados de saúde primários, serviços de prevenção e tratamento da toxicodependência, e cuidados de saúde hospitalares, incluindo serviços de urgência;
- cumprir com o **prazo de garantia**;
- cumprir com o **índice de profissionalidade**[2], exceto se for trabalhador/a independente e marítimo abrangido/a pelo regime do seguro social voluntário.
- tiver a **situação contributiva regularizada** na data em que passa a ter direito ao subsídio, se for trabalhador/a independente ou estiver abrangido/a pelo regime do seguro social voluntário;

(1) Os CIT são obrigatoriamente enviados eletronicamente pelos serviços de Saúde para a Segurança Social, exceto situações excecionais devidamente comprovadas;

(2) Os trabalhadores por conta de outrem (contrato) para terem direito ao subsídio de doença, para além de terem de apresentar o Certificado de Incapacidade Temporária para o trabalho (CIT), tem de ter cumprido ao mesmo tempo o **prazo de garantia** e o índice **de profissionalidade.**

Qual é o prazo de garantia?

Para ter direito ao Subsídio de Doença, no dia em que deixa de trabalhar por doença, tem de ter trabalhado e descontado durante **6 meses (seguidos ou não)** para a Segurança Social ou outro sistema de proteção social, nacional ou estrangeiro; que assegure um subsídio em caso de doença.

Para completar este prazo de 6 meses é contado, se for necessário, o mês em que inicia a baixa desde que tenha trabalhado e descontado pelo menos 1 dia nesse mesmo mês.

Nota: Se a pessoa que recebe o subsídio tiver 6 meses seguidos sem descontos ou se tiver terminado o tempo em que recebe o Subsídio de Doença, é necessário que cumpra novo prazo de garantia (descontar novamente durante 6 meses, seguidos ou não) para voltar a ter direito ao Subsídio de Doença. O novo prazo de garantia começa a contar a partir da data em que faça um novo desconto.

Qual é o índice de profissionalidade?

Para ter direito ao subsídio de doença tem de ter trabalhado pelo menos 12 dias nos primeiros quatro meses dos últimos seis. Estes seis meses incluem o mês em que deixa de trabalhar por doença.

- Os 12 dias de trabalho podem verificar-se num só mês ou resultarem da soma dos dias de trabalho ocorridos durante os 4 meses imediatamente anteriores ao mês que antecede o da data de início da baixa.

Nota: Se o beneficiário tiver uma nova incapacidade e se não tiverem decorrido 60 dias desde o fim da baixa anterior, não precisa de trabalhar 12 dias para ter direito a novo subsídio de doença.

O que conta para o índice de profissionalidade?

- Dias de trabalho.
- Dias de baixa (se esta tiver começado nos 60 dias a seguir ao final da baixa anterior).
- Dias em que esteve a receber subsídio por proteção na parentalidade, no âmbito da eventualidade de maternidade, paternidade e adoção do sistema previdencial.

D – Qual o valor a receber?

D1. Qual o valor a receber?

O valor a receber, por dia, do **Subsídio de Doença** depende da duração da doença e do tipo da doença e corresponde a uma **percentagem da remuneração de referência (RR),** sendo que o valor a receber não pode ser inferior a **9,20€,** (30% **da Remuneração Mínima Mensal Garantida (RMMG)**), que em 2026 é igual a 920,00€).

Se acumular Subsídio de Doença com indemnizações por doença profissional ou acidente de trabalho, o valor das indemnizações é descontado ao valor do subsídio.

Nota: Se o valor da remuneração de referência (RR) for inferior a 9,20€, recebe o valor da RR.

O valor a receber, dependendo da duração da doença, corresponde a:

Duração da doença	Recebe
Até 30 dias	55% da RR(1)
De 31 a 90 dias	60% da RR(1)
De 91 a 365 dias	70% da RR
Mais de 365 dias	75% da RR

(1)Acréscimo do valor a receber

Se o subsídio corresponder a **55% ou 60% da remuneração de referência**, há um **acréscimo de 5%** se:

- a remuneração de referência for igual ou **inferior a 500,00€;**
- o agregado familiar tiver **3 ou mais descendentes** com idade **até 16 anos** (ou até 24 anos se receberem abono de família);
- o agregado familiar incluir descendentes que estejam a receber **Bonificação por Deficiência**.

Conheça a Bonificação por Deficiência.

Nota: Consideram-se familiares a cargo o cônjuge que não exerça atividade profissional e os descendentes:

- com idades até 16 anos (ou até 24 anos se receberem abono de família);
- descendentes que estejam a receber abono de família com bonificação por deficiência.

O valor a receber, dependendo do tipo de doença, se o tipo de doença for tuberculose, corresponde a:

Se tiver	Recebe
Até 2 familiares a cargo	80% da RR
Mais de 2 familiares a cargo	100% da RR

Notas:

- consideram-se familiares a cargo o marido/mulher/companheiro/a que não trabalha e os descendentes com idade até 16 anos (ou até 24 anos se receberem Abono de Família para Crianças e Jovens) e os que receberem bonificação por deficiência do Abono de Família para Crianças e Jovens;
- deve preencher a declaração do agregado familiar nas situações de doença por tuberculose, através do formulário Declaração do agregado familiar – GIT 35.

- se o subsídio for reconhecido sem 6 meses de descontos na Segurança Social, mas com descontos noutros regimes de segurança social (nacionais ou estrangeiros), a remuneração de referência é a média dos salários registados até o dia anterior ao início da baixa, através do seguinte cálculo:
    - total dos salários registados até ao dia anterior da baixa, excluindo os subsídios de férias, de Natal e outros semelhantes (R) a dividir por 30 vezes o número de meses com salários registadas (com descontos), ou seja, **RR = R / (30 x n);**
    - multiplica-se o resultado por uma percentagem e obtém-se o valor diário do subsídio, que depende da situação:
        - 55%, 60%, 70% ou 75%, conforme o tempo de duração da doença;
        - 80% ou 100% em casos de tuberculose, consoante a situação do agregado familiar.
- o valor diário do subsídio de doença não pode, em qualquer caso, ser superior ao valor líquido (depois dos descontos) da remuneração de referência que serviu de base de cálculo.

Como calcular a remuneração de referência (RR)?

Calculamos a RR seguindo **3 passos**.

Passo 1. Identificamos os salários registados na Segurança Social nos **6 meses mais antigos dos últimos 8 meses anteriores** ao mês em que começa a baixa médica, excluindo subsídios de férias, de Natal e semelhantes;

Neste caso pode consultar os salários registados *online,* no menu Trabalho > Remunerações e contribuições > Carreira contributiva.

Passo 2. Somamos os salários dos 6 meses identificados no 1º passo;

Passo 3. Dividimos o resultado do 2º passo por 180 dias (30 dias × 6 meses) para obter a remuneração de referência por dia.

Exemplo: A Maria trabalha há vários anos e vai iniciar a baixa médica no dia 10 de abril de 2026.

Passo 1. Identificamos os salários registados na Segurança Social nos **6 meses mais antigos dos últimos 8 meses anteriores** ao mês em que começa a baixa médica;

Neste caso, se a baixa médica começa em abril de 2026, os últimos 8 meses anteriores vão de agosto de 2025 a março de 2026. Desses 8, escolhemos os 6 mais antigos, ou seja, os salários de **agosto de 2025 a janeiro de 2026**.

Passo 2. Somamos os salários dos 6 meses identificados no 1º passo;

Meses identificados no 1º passo	Salário registado, excluindo subsídios de férias, de Natal e semelhantes
agosto	1 000,00€
setembro	1 000,00€
outubro	1 100,00€
novembro	1 100,00€
dezembro	1 200,00€
janeiro	1 200,00€

Neste caso, a soma dos salários dos 6 meses é **6 600,00€.**

Passo 3. Dividimos o resultado do 2º passo por 180 dias (30 dias × 6 meses) para obter a remuneração de referência por dia.

Para obter a RR por dia, fazemos **6 600,00€ / 180 dias = 36,67€ por dia**.

Este valor será usado para calcular o valor por dia do subsídio a que tem direito (ex: aplicando a percentagem legal correspondente ao tipo de subsídio).

E se não tiver 6 meses de descontos na Segurança Social?

Se o subsídio for atribuído com base em descontos feitos em outros regimes (nacionais ou estrangeiros), calculamos a RR seguindo **4 passos**.

Passo 1. Identificamos os salários registados na Segurança Social até ao **dia anterior** ao início da baixa médica, excluindo subsídios de férias, de Natal e semelhantes;

Passo 2. Somamos os salários dos meses identificados no 1º passo;

Passo 3. Contamos o número de meses com salários registados (com descontos);

Passo 4. Dividimos o resultado do 1º passo por 30 × o total do 2º passo.

Exemplo: O João esteve a trabalhar em França de junho a setembro de 2025. O João começou a trabalhar em Portugal em janeiro de 2026 e vai iniciar a baixa médica no dia 15 de abril de 2026.

Passo 1. Identificamos os salários registados na Segurança Social até ao **dia anterior** ao início da baixa médica;

Neste caso, se a baixa médica começa em abril de 2026 e o João trabalha há 3 meses, os meses com descontos registados na Segurança Social são de **janeiro de 2026 a março de** 2026.

Passo 2. Somamos os salários dos meses identificados no 1º passo;

Meses identificados no 1º passo	Salário registado, excluindo subsídios de férias, de Natal e semelhantes
janeiro	1 000,00€
fevereiro	1 100,00€
março	1 200,00€

Neste caso, a soma dos salários dos 3 meses é **3 300,00€.**

Passo 3. Contamos o número de meses com salários registados (com descontos);

O João teve descontos durante 3 meses.

Passo 4. Dividimos o resultado do 1º passo por 30 × o total do 2º passo.

Para obter a RR por dia, fazemos **3 300,00€ / (30 x 3 meses) = 36,67€ por dia**.

Este valor será usado para calcular o valor por dia do subsídio a que tem direito (ex: aplicando a percentagem legal correspondente ao tipo de subsídio).

D2. Como pode receber?

Pode receber o subsídio de **2 formas**:

- por transferência bancária ou;
- por vale postal emitido pelos CTT para a sua morada.

D3. Como registar ou alterar o IBAN (Número de Identificação Conta Bancária Internacional)?

1. Online

Pode registar ou alterar o IBAN *online*, no menu Iniciar Sessão > Perfil > Conta bancária > Consultar e decidir pedidos de alteração de conta bancária.

2. Nos serviços de atendimento da Segurança Social

Para registar ou alterar o IBAN deve preencher o Requerimento Registo ou Alteração de IBAN – MG 14, e juntar o documento do banco, comprovativo do IBAN, onde conste obrigatoriamente o nome da pessoa que fez o pedido ou da pessoa que tem direito ao **Subsídio de Doença** como titular da conta.

Nota: O IBAN fica a aguardar validação da Segurança Social. Quando confirmado, será enviada informação para o menu Mensagens.

Serviços Mínimos Bancários

Se ainda não tem uma conta à ordem, abra uma conta de Serviços Mínimos Bancários, em qualquer banco.

O custo anual é inferior a 1% do salário mínimo nacional que, em 2026, é igual a 920,00€.

Para mais informação sobre os Serviços Mínimos Bancários, consulte o Portal do Cliente Bancário.

E – Qual a duração?

E1. Quando começa a receber?

Pode receber a partir do:	Pessoa que faz o pedido
4º dia de incapacidade (período de espera de 3 dias)	Trabalhadores por conta de outrem (1)
11.º dia de incapacidade (período de espera 10 dias)	Trabalhadores independentes
31º dia de incapacidade (período de espera de 30 dias)	Trabalhadores marítimos e vigias nacionais de navios de empresas estrangeiras
	Pessoas inscritas no regime do seguro social voluntário (2)
	Bolseiros de investigação científica
1º dia de incapacidade (sem período de espera)	Todas as pessoas que recebem o subsídio que estejam nas seguintes situações: internamento hospitalar ou cirurgia de ambulatório ou; tuberculose ou; doença que começa quando está a receber o Subsídio Parental e vai além deste período.

Notas:

(1) o pagamento começa **logo no 1.º dia** se houver:

- internamento hospitalar ou cirurgia de ambulatório ou;
- tuberculose ou;
- doença que começa quando está a receber o Subsídio Parental e vai além deste período.

(2) se o Certificado de Incapacidade Temporária (CIT) indicar que é uma baixa inicial, o Subsídio de Doença só é pago a partir do:

- **11.º dia**, se for **trabalhador independente**;

- **31.º dia**, se estiver inscrito no regime do **seguro social voluntário**.

Mas o pagamento começa **logo no 1.º dia** se houver:

- internamento hospitalar ou cirurgia de ambulatório ou;
- tuberculose ou;
- doença que começa quando está a receber o Subsídio Parental e vai além deste período.

Pode, ainda, começar a receber o Subsídio de Doença:

- a partir da data em que o CIT foi enviado para a Segurança Social, menos os dias de tempo de espera, se não entregar o CIT até 5 dias úteis, nos casos em que, por motivos de força maior, o CIT foi emitido em versão impressa;
- se pagar as contribuições em dívida nos 3 meses seguintes ao mês em que o subsídio foi interrompido:
    - a partir do 11.º dia em que deixou de trabalhar por doença, se for trabalhador independente;
    - a partir do 31.º dia em que deixou de trabalhar por doença, se estiver inscrito no regime do seguro social voluntário;
    - a partir do 1.º dia em que deixou de trabalhar se houver:
        - internamento hospitalar ou cirurgia de ambulatório ou;
        - tuberculose ou;
        - doença que começa quando está a receber o Subsídio Parental e vai além deste período.

E2. Durante quanto tempo pode receber? (período de concessão)

Pode receber por um período:	**Pessoa que faz o pedido**
Até 1 095 dias	Trabalhadores por conta de outrem
	Trabalhadores marítimos e vigias nacionais de navios de empresas estrangeiras
Até 365 dias	Trabalhadores independentes
	Bolseiros de investigação científica
Sem limite de tempo	Trabalhadores com doença por tuberculose

E3. Quando deixa de receber temporariamente?

- Quando:
- tiver a situação contributiva irregular, ou seja, dívidas à Segurança Social até ao fim do 3.º mês anterior à baixa médica, se for trabalhador independente ou inscrito no regime do seguro social voluntário. Deixa de receber a partir da data em que começa a dívida.
- pedir e lhe for concedido Subsídio Parental ou por Subsídio por Adoção;

- sair de casa, fora dos períodos previstos, sem autorização expressa do médico;
- faltar a um exame médico pedido pelo Serviço de Verificação de Incapacidades (SVI);
- a comissão de verificação (junta médica) considerar que não continua a incapacidade para o trabalho;

E4. Quando é que volta a receber o subsídio?

Quando:

- regularizar a situação contributiva **dentro dos 3 meses seguintes** à data em que deixou de receber o subsídio. Mantém o direito ao valor em falta e volta a receber o subsídio normalmente;
- regularizar **fora desses 3 meses**, mas ainda dentro do período em que pode receber o subsídio, volta a receber a partir do dia seguinte à regularização, mas perde o direito aos valores não pagos durante o tempo em que a situação esteve por regularizar.

Nota: Se tiver dívidas e o pagamento em prestações for autorizado, a situação é considerada regularizada enquanto estiver a cumprir o acordado.

E5. Quando termina o direito ao subsídio? (cessação)

O direito ao Subsídio de Doença termina quando deixar de cumprir com, pelo menos, uma das seguintes condições:

- deixar de cumprir com, pelo menos, uma das condições necessárias para ter direito ao subsídio;

  Para mais informação, consulte a secção C - Quais as condições para ter direito.

- terminar o período indicado no certificado de incapacidade temporária para o trabalho (CIT);
- os serviços de saúde ou a comissão de reavaliação considerarem que já não está doente;

  Nota: o subsídio pago é considerado indevido, caso o Serviço de Verificação de Incapacidades declare que já não está doente, podendo ser pedido o reembolso;

- regressar ao trabalho por se sentir capaz de trabalhar;
- tiver trabalhado durante a baixa, mesmo que não haja provas de ter sido pago;
- não justificar a saída de casa fora dos períodos previstos ou ter faltado a um exame médico para o qual tenha sido convocado;
- não pedir a reavaliação da decisão da comissão de verificação de não lhe manter a baixa;
- for trabalhador independente ou estiver abrangido pelo regime de seguro social voluntário e tiver a situação contributiva irregular até ao fim do 3.º mês imediatamente anterior ao mês em que teve início a doença e não a regularizar nos 3 meses **seguintes** ao mês em que tenha acontecido a interrupção do Subsídio de Doença.

F – Como pedir?

F1. Quais os formulários a preencher?

- Declaração do Agregado Familiar, nas situações de doença por tuberculose - Subsídio de Doença – GIT 35;
- Requerimento de Prestações Compensatórias de Subsídio de férias, Natal ou outros semelhantes – RP 5003;

- Declaração de Acidente - Subsídio de Doença - GIT 37.

F2. Quais os documentos necessários?

- Certificado de Incapacidade Temporária para o Trabalho (CIT).

Notas:

- o CIT é enviado eletronicamente pelos serviços competentes das entidades prestadoras de cuidados de saúde públicas, privadas ou sociais, reconhecidas pelo Ministério da Saúde, para a Segurança Social. Só em **casos excecionais**, em que não seja possível enviar eletronicamente, é que o CIT em papel pode ser aceite, desde que seja acompanhado de um comprovativo com a devida justificação do serviço de saúde.
- o CIT é passado pelo médico e serve para confirmar que a pessoa está doente e não pode trabalhar e indiciar se é o início da baixa ou um prolongamento da baixa.

Situações específicas

- **Se ficou doente fora de Portugal**
    - **num país que não pertence à União Europeia ou Islândia, Noruega, Liechtenstein e Suíça**

      O certificado de doença deve:

        - ser autenticado pelo consulado português no país onde está, ou;
        - seguir um modelo que seja válido também em Portugal, de acordo com regras internacionais.
    - **num país da União Europeia, Islândia, Noruega, Liechtenstein ou Suíça**

      Se o/a trabalhador/a ficar doente num país da União Europeia, Islândia, Noruega, Liechtenstein e Suíça durante uma estada temporária ou se morar num destes países, deve:

        - pedir à/ao médico do serviço de saúde que passe um certificado comprovativo da sua incapacidade para o trabalho, a indicar a duração esperada da incapacidade;
        - enviar, **até 5 dias após a incapacidade para o trabalho**, o certificado, para um dos Centros Distritais da Segurança Social, a indicar o NISS.

Notas:

- se for internado, o comprovativo deve ser emitido e enviado pelo hospital;
- se for trabalhador/a por conta de outrem, tem também de avisar a entidade empregadora.
    - **num país com o qual existe uma Convenção/ Acordo bilateral que regula a atribuição de Subsídio de Doença (Brasil, Cabo Verde, Marrocos, Tunísia)**

      Se o/a trabalhador/a fica doente num país com acordo com Portugal (Brasil, Cabo Verde, Marrocos ou Tunísia) deve:

        - ir ao serviço de saúde do país onde está, para obter o comprovativo de que está doente e não pode trabalhar, indicando o NISS de Portugal.

A Segurança Social desse país envia a informação para um Centro Distrital da Segurança Social em Portugal.

- **se é trabalhador marítimo, abrangido pelo regime do seguro social voluntário, e ficou doente a bordo dum navio (com uma bandeira que não seja de um país que pertence à União Europeia, ou da Noruega, Islândia, Liechtenstein e Suíça ou de outro país com o qual existe uma Convenção/Acordo bilateral**
  - O/A empregador/a deve enviar o comprovativo médico da doença à Segurança Social.

- **se a incapacidade for resultante de doença profissional**

  O/A médico/a deve pedir que o/a trabalhador/a o comunique ao Departamento de Proteção Contra os Riscos Profissionais (DPRP), para que a doença seja reconhecida e o/a trabalhador/a possa ter direito a compensações (pensão, subsídios e outras prestações).

  Como é feita a certificação?

  Formulários

  - Certificado de Incapacidade Temporária para o Trabalho por Doença (CIT) – 142.10;
  - Participação obrigatória/parecer clínico – GDP 13.

  Mesmo com o CIT, o/a médico/a tem sempre de enviar a Participação Obrigatória ao DPRP, sempre que suspeitar de doença profissional.

  A participação deve ser enviada até **8 dias após o diagnóstico** ou da suspeita.

Se não cumprir este dever, o/a médico/a comete uma infração grave.
Para mais informação, consulte os guias práticos Incapacidade Temporária por Doença Profissional e Doença Profissional (Certificação).

Quem pode passar o CIT/Participação Obrigatória/Parecer Clínico

- Centros de Saúde do Serviço Nacional de Saúde;
- Hospitais;
- Serviços de atendimento permanente (SAP);
- Serviços de prevenção e tratamento da toxicodependência;
- Entidades prestadoras de cuidados de saúde privados ou sociais competentes.

- **Se a incapacidade for resultante de acidente de trabalho**
  - **Trabalhadores por conta de outrem** (com contrato, incluindo serviço doméstico, administradores, diretores e gerentes remunerados):
    A seguradora do/a empregador/a é responsável pelo pagamento das indemnizações.
    Se o/a empregador/a não tiver seguro, é ele/a quem deve pagar.
  - **Trabalhadores independentes** (recibos verdes ou empresários em nome individual):
    A seguradora onde o/a trabalhador/a estiver segurado é quem paga as indemnizações.

Pagamento provisório do Subsídio de Doença

- A Segurança Social pode pagar provisoriamente o Subsídio de Doença enquanto não estiver reconhecida a responsabilidade de quem deve pagar a indemnização (normalmente a seguradora ou o/a empregador/a);
- Assim que essa responsabilidade for reconhecida ou a indemnização for paga, o pagamento do subsídio é interrompido, e a Segurança Social tem direito ao reembolso do valor pago (até ao valor da indemnização).

Situações com vários empregadores

- Quando um/a trabalhador/a tem **2 empregos** e sofre um acidente numa das empresas, **apenas essa empresa (ou a sua seguradora)** é responsável pela indemnização por incapacidade temporária;
- Se essa entidade não pagar qualquer valor referente à perda de rendimentos do 2º emprego, a Segurança Social também não pagará Subsídio de Doença.
  Nesse caso, o/a trabalhador/a terá apenas as **faltas justificadas**.
- Só são registadas remunerações por equivalência relativamente à empresa onde aconteceu o acidente.

Trabalhadores Independentes

- O pagamento provisório do Subsídio de Doença nestes casos só é possível se existir um seguro válido de acidentes de trabalho.

Declarações de Indemnizações

- Sempre que uma pessoa recebe indemnizações por perda de rendimento durante a baixa médica, deve enviar as declarações com os valores recebidos à Segurança Social, garantindo que **não** haja falhas nos seus registos contributivos.

- **Se a incapacidade foi resultante de ato da responsabilidade de terceiro (ex.: acidente de viação, atropelamento, agressão, etc.)**

  A **pessoa responsável pelo acidente** ou a sua **seguradora** deve pagar a indemnização ao/à trabalhador/a. A Segurança Social pode **pagar provisoriamente** o Subsídio de Doença até ser reconhecido quem tem a responsabilidade de pagar.

  Quando essa responsabilidade for reconhecida ou a indemnização for paga, a Segurança Social deixa de pagar e pode pedir o reembolso do valor pago, até ao limite da indemnização.

  Durante esse tempo, os dias de baixa são registados como tempo de descontos, mesmo sem haver contribuições diretas.

Autodeclaração de doença

A autodeclaração de doença (ADD) não dá direito a Subsídio de Doença. No entanto, o tempo da ADD pode contar para descontar os dias de espera até começar o pagamento do subsídio, se for seguido ou coincidir com uma baixa médica (CIT).

Exemplo 1

- ADD 1 de março de 2026 a 3 de março de 2026;
- CIT (inicial) 4 de março de 2026 a 12 de março de 2026;
- O Subsídio de Doença será pago **a partir de dia 4 de março de 2026.**

Exemplo 2

- ADD 1 de março de 2026 a 3 de março de 2026;

- CIT (inicial) 2 de março de 2026 a 12 de março de 2026;
- O Subsídio de Doença será pago **a partir de dia 04 de março de 2026.**

Exemplo 3

- ADD 1 de março de 2026 a 3 de março de 2026;
- CIT (inicial) 5 de março de 2026 a 12 de março de 2026;
- O Subsídio de Doença será pago a partir de dia 8 de março de 2026. Como não houve autodeclaração de doença (ADD) antes da baixa médica (CIT), os dias de espera vão ser descontados do período da baixa (CIT).

F3. Prazo para pedir

O **Subsídio de Doença** é automaticamente processado quando o CIT é enviado eletronicamente pelo serviço de saúde para a Segurança Social, não sendo necessário fazer nenhum pedido adicional.

Se, por algum motivo, não for possível fazer o envio eletrónico, o **CIT deve ser entregue à Segurança Social** no **prazo de 5 dias úteis**, a partir da data em que foi passado pelo médico.

Caso o **CIT seja entregue fora do prazo**, o direito ao subsídio não se perde, mas o pagamento será feito **a partir da data em que o CIT for entregue à Segurança Social**, até ao final do período de incapacidade indicado. **Será descontado o período de espera**, que varia conforme o tipo de trabalhador:

- trabalhadores por conta de outrem: **3 dias**;
- trabalhadores independentes: **10 dias**;
- trabalhadores com inscrição facultativa (por exemplo, marítimos ou bolseiros de investigação): **30 dias.**

Caso se encontre de baixa e pretenda regressar ao trabalho por se sentir capaz de trabalhar, pode fazê-lo:

- *online*, no menu Doença > Cuidados na doença > Comunicar regresso ou;
- através do formulário Comunicação de Regresso Antecipado ao Trabalho – GIT 69 e entregar em qualquer Serviço de Atendimento da Segurança Social.

G – Posso acumular com outros benefícios?

G1. Pode acumular com:

- Indemnizações e pensões por doença profissional ou por acidente de trabalho;
- Prestações compensatórias dos subsídios de férias e de Natal;
- Rendimento Social de Inserção.

G2. Não pode acumular com:

- Compensação retributiva por *layoff* nas situações em que o/a trabalhador/a está com o contrato suspenso;
- Pensão de Invalidez;
- Pensão de Velhice;
- Prestações atribuídas no âmbito do subsistema de solidariedade, exceto Rendimento Social de Inserção;
- Rendimentos de trabalho;

- Subsídio de Apoio ao Cuidador Informal Principal;
- Subsídio de Desemprego;
- Subsídio de Desemprego Parcial ou Subsídio Parcial por Cessação de Atividade para Trabalhadores Independentes Economicamente Dependentes;

  Nota: Se a doença ocorrer durante o tempo em que está a receber Subsídio de Desemprego Parcial ou Subsídio Parcial por Cessação de Atividade para trabalhadores independentes economicamente dependentes, retoma o Subsídio de Desemprego ou Subsídio por Cessação de Atividade para trabalhadores independentes economicamente dependentes durante o período da incapacidade.
- Subsídio por Cessação de Atividade;
- Subsídio Social de Desemprego;
- Subsídios de proteção social na parentalidade.

H – Quais os deveres e sanções?

H1. Deveres

- Só pode sair de casa:
  - para fazer tratamentos médicos ou;
  - das 11h às 15h e das 18h às 21h, se o médico o autorizar no CIT (Certificado de Incapacidade Temporária).
- Ir aos exames médicos, sempre que for chamado pelo Serviço de Verificação de Incapacidades (SVI);
- Informar a Segurança Social **até 5 dias úteis se**:
  - estiver a receber pré-reforma, pensões, indemnizações por acidente de trabalho, indicando quanto recebe e quem lhe paga;
  - receber uma indemnização por acidente de trabalho ou por responsabilidade de terceiro, com a identificação do responsável e do valor da indemnização;
  - mudar de morada;
  - trabalhar, mesmo que não seja pago;
  - se for preso;
  - qualquer outra situação que faça com que deixe de ter direito ao subsídio de doença.

Nota: Os 5 dias úteis contam a partir do início da doença ou da situação, conforme o caso, se este for depois.

A comunicação de qualquer daqueles factos deve ser efetuada pelo próprio ou por quem o represente, através da entrega de documento escrito com indicação da data de acontecimento do mesmo em qualquer Serviço de Atendimento da Segurança Social ou enviado por correio para a morada do Centro Distrital de Segurança Social do local onde mora.

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) de 2026, em 537,13€

Decreto-Lei n.º 139/2025, de 29 de dezembro
Atualiza o valor da retribuição mínima mensal garantida (RMMG) para 2026 em 920,00€.
Lei n.º 13/2023, de 3 de abril
Altera o Código do Trabalho e legislação conexa, no âmbito da agenda do trabalho digno. Permite ao trabalhador justificar a ausência ao trabalho, por ter estado doente, substituindo o certificado de incapacidade temporário para o trabalho (CIT) emitido por um médico, por uma autodeclaração de doença (ADD).
Decreto-Lei n.º 64/2022, de 27 de setembro
Alteração ao Estatuto dos Profissionais da Área da Cultura.
Portaria n.º 29-B/2022, de 11 de janeiro
Regulamenta o registo dos profissionais da área da cultura.
Portaria n.º 29-C/2022, de 11 de janeiro
Aprova o Regulamento do Fundo Especial de Segurança Social dos Profissionais da Área da Cultura.
Decreto-Lei n.º 105/2021 de 29 de novembro.
Aprova o Estatuto dos Profissionais da Área da Cultura.
Decreto-Lei n.º 33/2018, de 15 de maio.
Adita ao Decreto Regulamentar n.º 1-A/2011, de 3 de janeiro, o artigo 44.º-A que exclui da proteção na eventualidade doença os pensionistas de invalidez ou velhice em exercício de funções públicas que se mantenham a receber a pensão.
Lei n.º 114/2017, de 29 de dezembro (Orçamento de Estado para 2018):
O seu art.º 296.º altera o artigo 90º do Código Contributivo que passa a conferir o direito à proteção na eventualidade doença, aos pensionistas de invalidez ou velhice em exercício de funções públicas.
Decreto-Lei n.º 88/2012, de 11 de abril
Promove a integração no Regime de Segurança Social, quanto às eventualidades de invalidez, morte e doença, dos trabalhadores das entidades pertencentes ao grupo económico do BPN – Banco Português de Negócios, S.A.
Decreto-Lei nº 1-A/2011, de 03 de janeiro
Procede à integração dos ex-CAFEB na segurança social.
Lei n.º 105/2009, de 14 de setembro
(artigos 17.º a 24.º) e art.º 254.º, n.º 3, do Código do Trabalho aprovado pela Lei n.º 7/2009, de 12 de fevereiro.
Portaria n.º 91/2007, de 22 de janeiro
Procedimentos de verificação da incapacidade por doença, por iniciativa da entidade empregadora.
Lei n.º 53-B/2006, de 29 de dezembro
Cria o Indexante dos Apoios Sociais (IAS), regras da sua atualização e das pensões e outras prestações sociais do sistema de Segurança Social.
Portaria n.º 337/2004, de 31 de março na sua redação atual
Regulamenta o **Decreto-Lei n.º 28/2004, de 4 de fevereiro**, de 4 de fevereiro, que regula o regime de proteção social na doença.
Decreto-Lei n.º 28/2004, de 04 de fevereiro, na sua redação atual
Regime jurídico de proteção na doença.

J - Glossário

Certificado de Incapacidade Temporária (CIT)

É o documento que o médico passa quando uma pessoa está doente e não pode trabalhar.
Serve para informar a Segurança Social e pedir um subsídio.

O CIT indica:

- se é uma baixa nova (início da doença/incapacidade);

- ou uma prorrogação (continuação da mesma baixa).

Índice de profissionalidade

É o número mínimo de dias que tem de ter trabalhado nos últimos meses para ter direito ao Subsídio de Doença:

- 12 dias nos primeiros 4 meses dos últimos 6 meses antes de começar a baixa (incluindo o mês em que começa a faltar por doença).

Meses Civis

São os meses do ano (janeiro, fevereiro, etc.).

Prazo de garantia

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

Remuneração de referência

É a média dos salários dos primeiros 6 meses dos últimos 8 meses antes de ficar doente, excluindo subsídios de férias, de Natal e outros semelhantes.
Por exemplo, se ficou doente em novembro, considera-se a média dos valores de março a agosto.

Remuneração de referência líquida

Remuneração de referência menos os descontos para a Segurança Social e o IRS.

Empresário em nome individual

Pessoa que é o único proprietário de uma empresa.

K - Perguntas Frequentes

1. **Para ter direito ao Subsídio de Doença basta-me ter 6 meses de descontos para a Segurança Social em qualquer altura?**

   R: Não. Se quando começou a incapacidade não descontava há 6 meses seguidos para a Segurança Social precisa de cumprir novo **prazo de garantia**, que começa a contar a partir da data em que acontece um novo desconto.

   Exemplo: Uma pessoa iniciou uma incapacidade por doença em 1 de janeiro de 2026.

   No ano de 2025, tem contribuições nos meses de janeiro de 2025a maio de 2025, e só volta a descontar em 1 dezembro de 2025.

   Como passou um período de 6 meses, seguidos, sem descontos, a pessoa não têm direito ao Subsídio de Doença, pelo que precisa de cumprir novo prazo de garantia.

   Se continuasse a descontar normalmente de dezembro de 2025 a maio de 2026, teria direito a Subsídio de Doença, se a incapacidade acontecesse em junho de 2026.

2. **Se estiver com "baixa" e for trabalhar porque me sinto melhor, mas, se houver um agravamento no meu estado de saúde, tenho de descontar mais 6 meses para ter direito ao Subsídio de Doença?**

   R: Só tem de descontar mais 6 meses, se tiver esgotado o período máximo de concessão do Subsídio de Doença:

   - **1095 dias** para trabalhadores por conta de outrem;
   - **365 dias** para trabalhadores independentes.

Se não tiver esgotado o período máximo apenas precisa de ter trabalhado 12 dias (**índice de profissionalidade**), nos 4 meses imediatamente anteriores ao mês que antecede o da data da "baixa". Se não tiverem passado 60 dias entre as duas "baixas", não precisa de trabalhar 12 dias para ter direito ao novo Subsídio de Doença.

3. **Se tiver várias "baixas", somam-se os dias de todas as incapacidades até atingir o período máximo de concessão (1095 dias ou 365), do Subsídio de Doença?**

   R: Sempre que entre 2 incapacidades não tiverem passado 60 dias, somam-se, sempre, o número de dias da "baixa" anterior com o número de dias da nova "baixa", contando o total para a atribuição do limite máximo de pagamento de Subsídio de Doença.

   Desde que passem mais de 60 dias entre as 2 baixas, inicia-se um novo período de contagem.

   A atribuição de Subsídio Parental ou Subsídio por Adoção interrompe a contagem do período **máximo de concessão do Subsídio de Doença**. Ou seja, os dias em que estiver a receber Subsídio Parental ou Subsídio por Adoção não são considerados para efeitos da contagem do período máximo de concessão do Subsídio de Doença.

4. **Se eu estiver de atestado (baixa) para prestar assistência à minha mãe, pai, marido/mulher ou companheiro/a, tenho direito a receber subsídio da Segurança Social?**

   R: Não. Quando as pessoas estão com baixa para assistência a familiares, se se tratar de um ascendente (por exemplo avó, avô, pai, mãe, sogro, sogra, padrasto ou madrasta) ou em 2.ª linha colateral (irmãos, irmã, cunhado ou cunhada), ou para assistência a **marido/mulher ou companheiro/a,** o certificado de incapacidade para o trabalho apenas tem como finalidade a justificação de faltas junto da entidade patronal, não havendo direito a qualquer subsídio da Segurança Social.

5. **Durante o período em que estou a receber prestações de desemprego há "registo de remunerações por equivalência à entrada de contribuições", ou seja, contam como dias em que descontei para a Segurança Social para efeitos de proteção na doença?**

   R: Sim. Os dias em que está a receber prestações de desemprego também contam como dias em que descontou para a Segurança Social, sendo relevantes para efeitos de prazo de garantia e cálculo do Subsídio de Doença, mas não contam para índice de profissionalidade, uma vez que para o **índice de profissionalidade** têm de ter 12 dias de trabalho efetivamente prestado nos primeiros 4 meses dos últimos 6 anteriores ao início da baixa.

6. **Os valores que recebo da Segurança Social de Subsídio de Doença devem ser declarados para efeitos de IRS?**

   R: Não. Presentemente, os valores recebidos a título de Subsídio de Doença não são declarados para IRS.

7. **Os trabalhadores que estejam abrangidos pelo regime de *layoff* têm direito ao Subsídio de Doença?**

   R: Se estiverem numa situação de **redução** do período normal de trabalho têm direito ao Subsídio de Doença. Se adoecerem durante o período de interrupção do contrato não têm direito àquele subsídio, continuando a receber a compensação retributiva.

8. **Se estiver a receber Subsídio de Doença e ficar desempregado/a tenho direito a continuar a receber o Subsídio de Doença? O que devo fazer?**

   R: Sim. No entanto, se na data em que ficou desempregado/a a baixa se prolongar por mais de 30 dias, tem de comunicar à Segurança Social, para que os Serviços de Verificação de

Incapacidade Temporária avaliem a incapacidade temporária para o trabalho. Caso seja comprovada a incapacidade para o trabalho, pelos Verificação de Incapacidade Temporária, a contagem dos 90 dias para pedir o subsídio de desemprego fica interrompida.

9. **Durante o período em que estou a gozar licença parental inicial se ficar doente tenho direito ao Subsídio de Doença?**

   R: Se estiver a gozar a licença parental inicial e a interromper por ter adoecido poderá ter direito ao Subsídio de Doença, pelo período em que estiver doente, desde que reúna as restantes condições para ter direito. No entanto, a licença parental só é interrompida se comunicar o facto à Segurança Social e apresentar certificação médica, devendo também comunicar, previamente, à entidade empregadora.

   Para mais informação, consulte os guias práticos Subsídio Parental, Subsídio por Adoção e Subsídio Parental alargado.

10. **Sou trabalhador independente que acumula atividade profissional por conta outrem e estou isento de contribuir relativamente ao rendimento relevante mensal médio apurado trimestralmente de valor inferior a 4 vezes o IAS (2 148,52€). Como tenho um rendimento relevante mensal médio de valor superior aquele valor, estou obrigado a contribuir pelo valor que ultrapasse 4 vezes o IAS. Se ficar com "baixa" tenho direito ao respetivo Subsídio de Doença?**

    R: Não. As remunerações registadas nas situações dos trabalhadores independentes com rendimento mensal médio apurado trimestralmente de valor superior a 4 vezes o IAS, que acumulem atividade profissional por conta de outrem, apenas contam para determinação da remuneração de referência em casos de invalidez, velhice e morte.