

O valor das pensões vai mesmo baixar?

Vítor Junqueira @ Práxis, 18 de maio de 2026

Pensões arriscam cair para 38,5% do último salário em 2050, segundo Bruxelas

Luis Leirão
19 Abril 2024



A pensão média dos portugueses deverá passar de um valor equivalente a 69,4% do último salário em 2022 para um valor médio equivalente a 38,5% do último ordenado em 2050.

Vida e família

Miguel Teixeira Coelho: “Daqui a 30 anos, a pensão será 40%”

Ouç a podcast do Doutor Finanças "No final de

DECOPRO teste
Investe

Como podemos ajudar?

DINHEIRO ▾ INVESTIMENTOS ▾ PATRIMÓNIO ▾ APRENDER ▾

Minha Carteira Alertas Ferramentas

Reforma > Os seus direitos > Artigos > As pensões vão descer para 40% do salário?

DIRETO

DIRETO

SIC NOTÍCIAS

Reformas futuras podem descer entre 40% e 50%

Apesar de hoje estarem entre as mais elevadas da OCDE, as pensões em Portugal podem cair para metade nas próximas décadas.

Rui Rocha: “Quem tem hoje 30 anos de idade perderá praticamente 60% do seu rendimento face ao último salário quando chegar à reforma”

"As pessoas não têm noção de quanto vão perder quando chegarem à reforma", diz Rui Pratas, presidente da AFA

Publicado em: 29 julho 2025

Aut: António Ribeiro

As pensões vão descer para 40% do salário?

O Ageing Report de 2024, da Comissão Europeia aponta para uma reforma para cerca de 40%. Mas, o Pension Adequacy Report é mais pessimista.

“Estão a condenar os jovens a reformas de miséria”



Na comunicação social, na opinião pública...

O que serve de a fonte a esta ideia?

“**2024 Ageing Report**”, um relatório do **Ageing Working Group (AWG)**, coletivo constituído por responsáveis em políticas sociais de cada Estado-Membro, criado no âmbito do Comité de Política Económica, órgão consultivo do Conselho Europeu e da **Comissão Europeia**, para o **estudo do impacto do envelhecimento** da sociedade europeia na despesa futura em áreas como as pensões ou a saúde. O relatório é publicado a cada três anos.



https://economy-finance.ec.europa.eu/publications/2024-ageing-report-economic-and-budgetary-projections-eu-member-states-2022-2070_en

Menos de 40%?

Nele se identifica que as pensões vão passar a valer menos de...

40% do último salário.

Atenção: o mesmo quadro mostra que, para 2045, se projeta que **as pensões valham 91,2% do último salário...**

Como pode reduzir tanto?

Table I.1.17: Replacement rate: 2022, 2045 and 2070 (%)

	Public pensions: earnings-related				All pensions (public & private)				
	2022	2045	2070	2022-70 (pps)	2022	2045	2070	2022-70 (pps)	
BE	35.1	36.3	34.6	-0.5					BE
BG	41.7	32.0	29.9	-11.7					BG
CZ	47.9	52.7	48.3	0.4					CZ
DK	29.4	27.9	23.7	-5.8	56.3	52.6	52.5	-3.8	DK
DE	36.8	34.9	35.1	-1.7					DE
EE	45.6	45.6	38.7	-6.9					EE
IE	34.6	34.9	36.6	2.0					IE
EL	75.9	62.0	65.2	-10.7	75.9	62.0	70.6	-5.3	EL
ES	77.2	67.6	64.0	-13.2					ES
FR	41.6	35.0	34.4	-7.2					FR
HR	29.2	26.4	23.7	-5.4	29.9	27.8	25.0	-5.0	HR
IT	59.3	46.4	52.3	-7.1					IT
CY	37.5	42.9	49.0	11.5					CY
LV	56.3	25.6	23.7	-32.5					LV
LT	26.7	22.5	18.5	-8.2	27.2	26.5	26.4	-0.8	LT
LU	51.0	44.9	46.8	-4.2					LU
HU	39.9	46.6	48.3	8.5					HU
MT	51.8	49.0	49.6	-2.2					MT
NL	27.2	27.2	27.2	0.0	62.6	59.4	61.0	-1.6	NL
AT	53.2	54.2	54.4	1.2					AT
PL	58.2	28.7	26.8	-31.4					PL
PT	69.4	91.2	38.9	-30.5	67.3	87.0	37.0	-30.4	PT
RO	38.0	36.5	30.7	-7.4	39.7	40.6	39.0	-0.7	RO
SI	34.7	33.2	34.0	-0.7					SI
SK	39.6	36.0	34.7	-4.9	40.7	43.3	45.9	5.2	SK
FI	45.3	39.0	38.0	-7.3					FI
SE	30.8	25.0	25.5	-5.3	37.2	35.1	32.7	-4.5	SE
NO	21.5	17.5	19.6	-1.8					NO
EA	46.4	42.7	40.0	-6.4					EA
EU	45.0	40.9	38.2	-6.7					EU

Vejam os detalhes

No mesmo site onde se encontra o relatório, podem ser descarregados os ficheiros de Excel com os resultados detalhados, ano a ano.

Caso português:



O que explica esta quebra tão acentuada?

Resposta: um **erro**

**Antes de mais, o
que é uma taxa
de substituição?**

O que é uma taxa de substituição?

É uma medida de adequação de um sistema de pensões. Basicamente, procura comparar o **valor da primeira pensão** com o **valor do último salário**.

Se estes estiverem no valor ilíquido (bruto), são designadas por **taxas de substituição brutas**.

Se estiverem com valores líquidos, são designadas por **taxas de substituição líquidas**.

$$TS = \frac{\textit{primeira pensão}}{\textit{último salário}}$$

Exemplo:

- Pensão: 800€
 - Último salário: 1000€
- ⇒ TS = 80%

OCDE

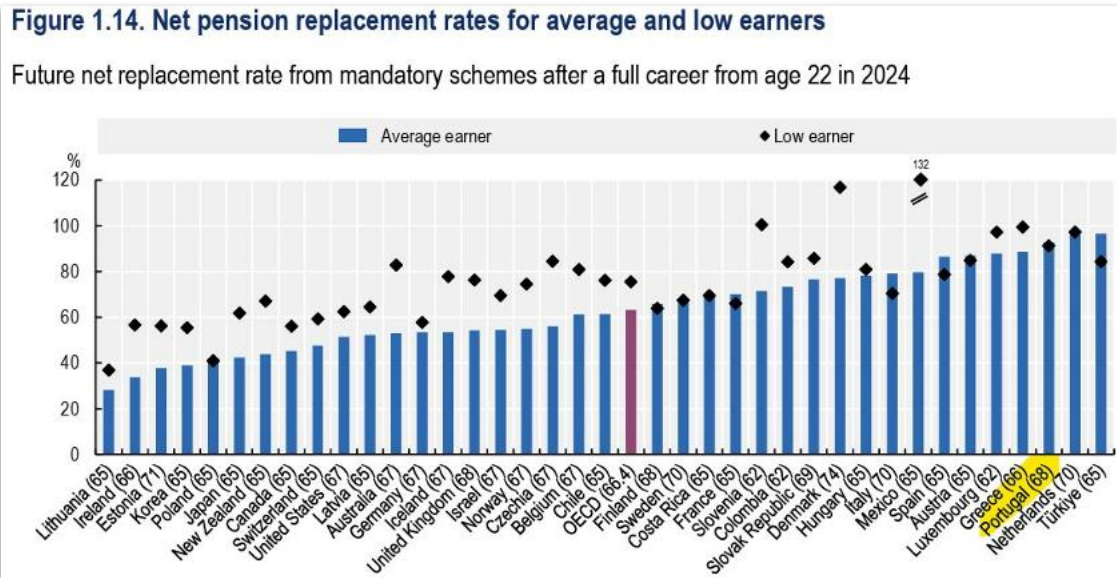
As taxas de substituição têm sido um instrumento muito usado pela **OCDE**, em particular no relatório “Pensions at a Glance”, publicado a cada dois anos.



https://www.oecd.org/en/publications/pensions-at-a-glance-2025_e40274c1-en.html

As projeções da OCDE

Entre outros tópicos abordados no relatório, a OCDE conduz exercícios em torno de perfis teóricos e projeta as TS, avaliando o impacto das reformas nos sistemas de pensões na adequação dos mesmos para futuro.



Portugal com **92,7%** de **taxa de substituição líquida** em 2070, uma das mais elevadas da OCDE.

(Para um perfil de carreira completa, salário médio, entrada no mercado de trabalho aos 22 anos e saída aos 68)

As projeções da OCDE

Entre outros tópicos abordados no relatório, a OCDE conduz exercícios em torno de perfis teóricos e projeta as TS, avaliando o impacto das reformas nos sistemas de pensões na adequação dos mesmos para futuro.

TAXAS DE SUBSTITUIÇÃO BRUTAS (E LÍQUIDAS) EM 2070 (perfil com carreira entre os 22 e os 68 anos)

EM PORTUGAL

	Taxa bruta	Taxa líquida
Salários a 50% da média	73,8%	91,1%
Salários médios	72,4%	92,7%
Salários 2x média	70,1%	94,0%

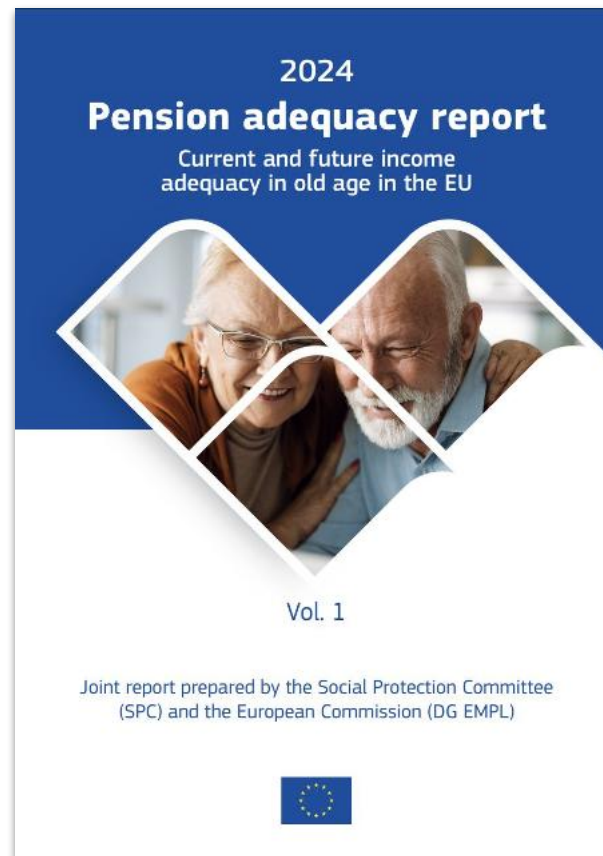
NA OCDE

	Taxa bruta	Taxa líquida
Salários a 50% da média	65,5%	75,4%
Salários médios	52,0%	63,2%
Salários 2x média	42,0%	52,9%

Pensions Adequacy Report (COM)

A própria **Comissão Europeia** publica um relatório dedicado ao estudo da **adequação dos sistemas de pensão**, com propósitos diferentes do “Ageing Report” visto anteriormente, e com extensivo recurso às taxas de substituição (via modelo OCDE).

Este relatório é da responsabilidade do **Comité de Proteção Social**, que reúne técnicos dos diferentes Estados-membros, e é publicado a cada três anos pela DG EMPL.

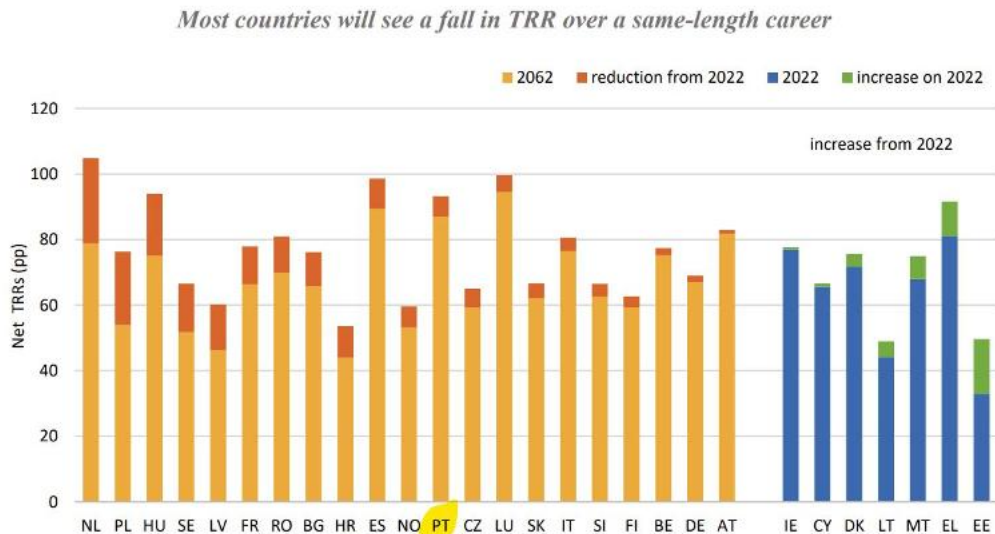


<https://data.europa.eu/doi/10.2767/909323>

Pensions Adequacy Report (COM)

Tanto no ano base (2022), como no ano da projeção futura (2062), Portugal encontra-se entre os cinco estados-membro com taxas de substituição mais elevadas,

Figure 37: Net TRRs, base case (40 years to SPA), average-earner, 2022 and 2062, men, pp, EU-27 Member States and Norway



Notes: Ordered from biggest to smallest fall. In some countries such as BE and FR, a full pension is not granted under the base-case conditions. In CZ, part of the outcome comes from the exceptional uprating of pensions granted in 2022.
Source: OECD and Member States.

Para um perfil de carreira completa, PT mantém uma das TS líquidas mais elevadas (**87% em 2062**), com uma ligeira redução ao longo do período (-6,2 pp), pouco significativa quando comparada com de outros países.

Pensions Adequacy Report (COM)

Outros perfis mostram mostram TS relativamente elevadas, mesmo em 2062

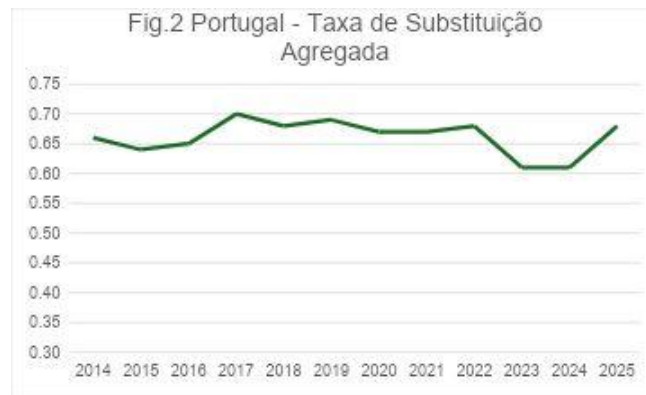
	Taxas líquidas		Taxas brutas	
	2022	2062	2022	2062
Salário médio				
Carreira completa (40 anos)	93,2	87,0	75,2	69,4
Carreira mais longa (42 anos)		86,2		76,5
Carreira mais curta (38 anos)		84,0		66,6
Reforma adiada (42 anos + 2)		105,6		87,7
Interrupção por desemprego (3 anos)	92,0	80,8	74,2	63,4
Interrupção por assistência a filhos (3 anos)	92,4	84,6	73,8	67,2
Interrupção por assistência a dependente (3 anos)	87,5	80,8	69,2	63,4
Carreira curta (20 anos)	48,0	43,2	34,9	31,7
Trabalho 35 anos + Incapacidade 5 anos		75,7		56,2
10 anos após a reforma		66,7		57,7
Salário baixo (66 % do salário médio)				
Carreira completa (40 anos)	96,2	88,4	75,8	70,3
Interrupção por desemprego (3 anos)	94,9	80,4	74,8	63,9
Interrupção por assistência a filhos (3 anos)	94,4	85,4	74,4	67,9
Carreira curta (20 anos)	44,3	39,8	34,9	31,7
Salário elevado (dobro do salário médio)				
Carreira completa (40 anos)	83,3	71,5	63,6	52,6

Outras medidas

Há outras medidas semelhantes para o estudo da adequação.

Por exemplo, o Eurostat usa aquilo a que chama **taxa de substituição agregada**, que compara valores reais de pensões de quem tem 65-74 anos com salários de quem tem 50-59 anos.

$$TSA = \frac{\text{mediana dos rendimentos brutos de pensões (65 a 74 anos)}}{\text{mediana dos rendimentos brutos do trabalho (50 a 59 anos)}}$$



Portugal tem uma TSA acima da maioria dos Estados-membros da UE.

Livro Verde

Também no Livro Verde para a Sustentabilidade da Segurança Social se procurou abordar o tema da adequação através de taxas de substituição, mas neste caso calculadas com base em **situações reais** do RGSS e não em perfis teóricos.

No caso, compararam-se os valores das novas pensões com os últimos salários dos indivíduos reformados entre 2019 e 2022.

<https://www.gep.mtsss.gov.pt/estudos-seguranca-social>

Tabela 9.5. - Média das Taxas de Substituição Brutas, para o período 2019-2022, por género e situação à idade de passagem à reforma

Crítérios	Classes	Mulheres	Homens	Total	Representatividade (%)
Valor médio total		58,1 %	73,5 %	65,5 %	100 %
Último salário (média 3 últimos anos)	até 250,00 €	132,4 %	227,4%	164,4 %	7,1 %
	250,00 €- 500,00 €	48,1 %	80,3 %	56,8 %	20,4 %
	500,00 €- 750,00 €	49,4 %	65,3 %	56,3 %	27,6 %
	750,00 €- 1 000,00 €	53,0 %	63,8 %	58,4 %	20,4 %
	1 000,00 €- 1 250,00 €	55,8 %	64,3 %	61,3 %	8,0 %
	1 250,00 €- 1 500,00 €	57,4 %	63,2 %	61,6 %	4,0 %
	1 500,00 €- 2 000,00 €	58,2 %	62,8 %	61,5 %	4,6 %
	> 2 000,00 €	56,0 %	61,3 %	60,0 %	7,9 %
Duração de carreira	até 14 anos	35,0 %	23,1 %	30,2 %	6,2 %
	15 a 30 anos	44,0 %	56,0 %	47,6 %	27,6 %
	31 a 39 anos	64,0 %	78,2 %	69,9 %	19,2 %
	40 a 49 anos	74,5 %	81,6 %	78,8 %	44,0 %
Qualificação	TCO= 100 %	59,7 %	86,2 %	71,5 %	50,8 %
	TCO<100 %	56,2 %	62,2 %	59,3 %	49,2 %
Antecipação	Por DLD	54,1 %	66,2 %	59,0 %	12,4 %
	DLD < 62 anos	56,4 %	68,0 %	61,2 %	6,5 %
	DLD > 62 anos	51,8 %	63,9 %	56,5 %	5,8 %
	Flexibilização	72,1 %	77,5 %	75,5 %	18,6 %
	Outros tipos	60,1 %	64,1 %	63,5 %	1,2 %
Pensões bonificadas		76,4 %	87,1 %	83,4 %	18,5 %
Anos com lacunas	<2 anos	59,6 %	73,5 %	66,6 %	56,7 %
	3 + anos	56,3 %	73,4 %	64,0 %	43,3 %

Há razões para o valor das pensões descer no futuro?

Por um lado, **sim**:

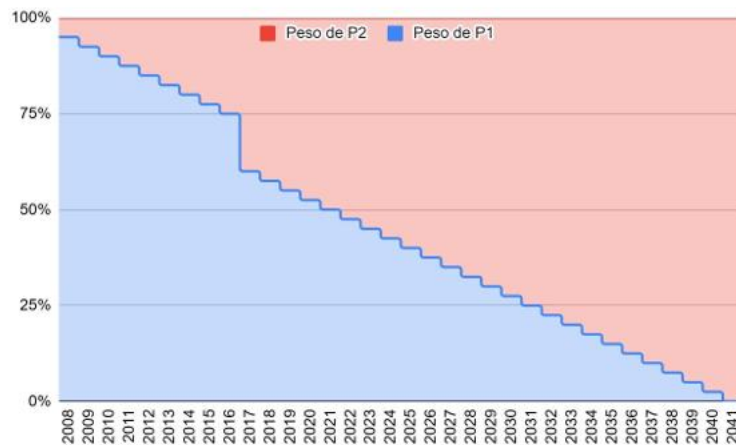
- Cada vez mais as pensões têm por base toda as **remunerações de toda a carreira**
 - Antes, melhores 10 dos últimos 15
 - Agora (progressivamente), melhores 40 anos
 - Logo, pode piorar a pensão para quem salários ascendentes
- Convergência do cálculo da CGA com o da Segurança Social
 - Cálculo menos generoso

Por outro lado, **não**:

- **A taxa de formação é mais generosa:**
 - Antes, 2% por cada ano de contribuições
 - Agora, até 2,3%
- As remunerações (desde 2002) são revalorizadas também pela evolução dos ganhos (revalorização mais significativa que apenas com inflação)

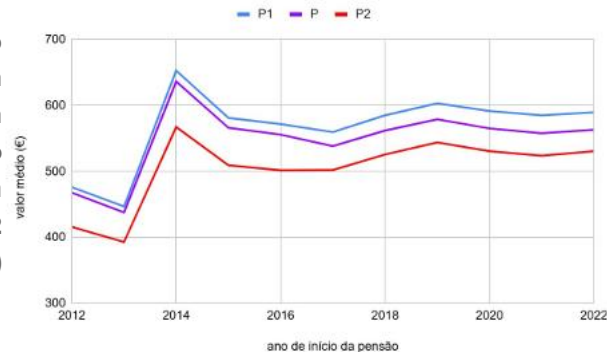
Phasing-in da reforma de 2007

A reforma de 2007 não foi implementada de um dia para o outro. As novas regras vão sendo implementadas progressivamente ao longo de décadas.



No cálculo de uma pensão, **P2 (regras novas)** vai ganhando importância ao longo do tempo em detrimento de **P1 (regras antigas)**.

Evolução recente do valor médio de uma pensão - note-se a progressiva **deslocação de P1** (superior, em média) **no sentido de P2** (inferior, em média)

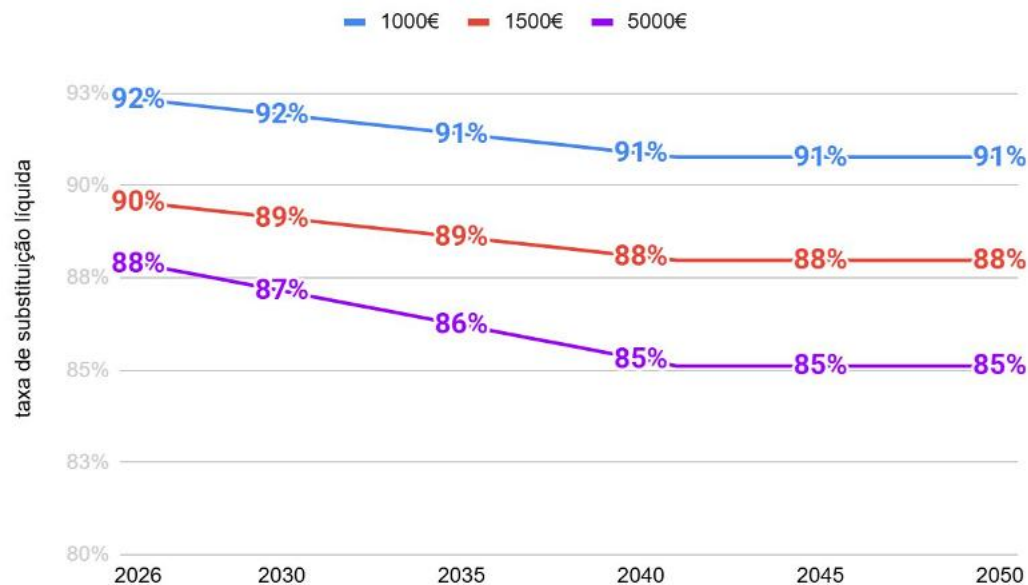


Um exemplo da evolução das TS

- É previsível que haja uma ligeira redução na TS até ao início da década de 40
 - -1,6pp no exemplo dos 1000€
- O cálculo das TS é muito sensível ao tipo de carreira escolhido
 - Por ex., alguém com uma reta salarial muito inclinada (salários muito altos no final da carreira), terá uma TS mais baixa
 - E a quebra ao longo do tempo também será mais significativa

Taxas de substituição líquidas para diferentes perfis salariais

(carreira de 40 anos, com início a 75% do valor e final a 125%)



Fonte: cálculo do autor

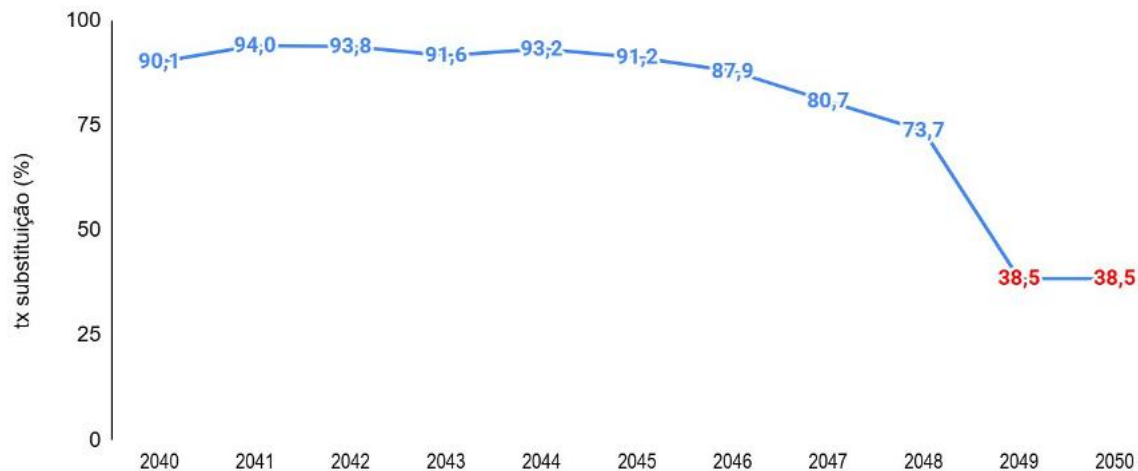
Há razões para o valor das pensões descer no futuro?

- Não há uma resposta única, pois há motivos para descerem e para subirem, e as taxas são muito sensíveis às diferenças nas situações individuais
- Mas é de prever que, em média, possa haver uma **ligeira redução**
 - Os estudos em torno das taxas de substituição apontam para reduções ligeiras:
 - O “Pensions Adequacy Report” (COM) aponta para uma redução de **93,2% para 87,2%** (TS líquida para perfil com carreira completa), entre 2022 e 2062;
 - O “Pensions at a Glance” (OCDE) apenas projeta taxas para o futuro (2070), mas com **92,7%** calculados para Portugal (TS líquida) dificilmente se dirá que a redução seja significativa;
- **Como explicar então a quebra apontada no “Ageing Report”, que tem vindo a gerar o alarme público que temos visto?**

O problema do Ageing Report

O problema do Ageing Report

O que leva a acontecer esta estranha quebra na taxa de substituição?



O problema do Ageing Report

A razão para a quebra é descrita na “ficha de país” de Portugal:

The replacement ratio of old-age earning-related pensions exhibits an increase in the first years of the projection until 2041, due to the projected new pensions of the last contributors of the **CGA** scheme. With the decrease in the number of new **CGA** pensions, the ratio sharply declines after 2048, when the profile of the **SS** scheme is assumed. Although at the beginning the behaviour of the replacement ratio is influenced by the phasing-out of the new **CGA** pensions, its evolution closely mirrors the relation between the denominator (the average gross wage at retirement) and the numerator (the average pension of **SS**), with the latter increasing at a slower pace. It should be noted that the average gross wage at retirement used to compute the ratio is the one referring to the whole economy, as provided by the European Commission.

A TS (...) tem um aumento nos primeiros anos de projeção até 2041, devido à projeção de novas pensões dos últimos subscritores do esquema CGA. Com o decréscimo no número de novas pensões da CGA, a taxa cai abruptamente depois de 2048, quando é assumido o esquema SS. Embora ao início, o comportamento da TS seja influenciada pela redução progressiva de novas pensões CGA, a sua evolução reflete aproximadamente a relação entre o denominador (salário médio à saída) e o numerador (pensão média da SS), com o último a crescer a um ritmo inferior. (...)

O problema do Ageing Report

Para se perceber melhor o problema, propõe-se o recurso a um exemplo, com valores fictícios (ainda que não muito distantes da realidade)

Fase 1. Segurança Social e CGA

Suponhamos que há:

- **100 mil** novos pensionistas **SS**, com pensão média de **500€**
- **20 mil** novos pensionistas na **CGA**, com uma pensão média de **2000€**



Logo,

- A pensão média dos novos pensionistas será **750€** (média ponderada)
- E a taxa de substituição será **75%** (750 €/1000€)

E ainda um salário médio com o qual se comparam as pensões na ordem dos **1000€**

O problema do Ageing Report

Para se perceber melhor o problema, propõe-se o recurso a um exemplo, com valores fictícios (ainda que não muito distantes da realidade)

Fase 2. Só Segurança Social

A partir de determinada altura, deixa de haver novos pensionistas CGA. Passemos a contá-los na SS:

- **120 mil** novos pensionistas **SS**, com pensão média de **500€**

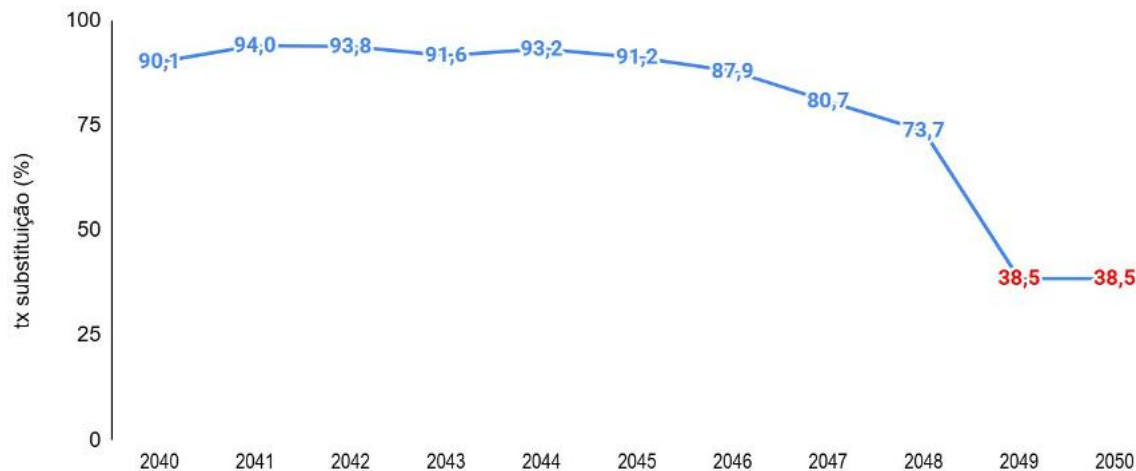


Logo,

- A nova taxa de substituição passa a ser **50%** (500€/1000€)!

O problema do Ageing Report

O exemplo atrás apresentado é uma simplificação do que efetivamente aconteceu aos dados que são apresentados no Ageing Report, em particular nestes anos de projeção:



O problema do Ageing Report

O verdadeiro erro

Havia, porém, **um erro de desenho** no exemplo, que igualmente se verificou nos dados apresentados no Ageing Report:

- Quando deixou de haver novos pensionistas na CGA, eles passaram a ser contabilizados na SS (e bem).
- Contudo, **não se alterou a pensão média destes novos pensionistas.**

É verdade que deixa de haver médicos, professores e outras carreiras com médias salariais tendencialmente mais elevadas e carreiras mais longas que a média do setor privado a reformarem-se na CGA.

Mas passam a reformar-se pela SS, o regime ao qual estão associados. Logo, a entrada destes no contingente de novos pensionistas da SS fará forçosamente a pensão média aumentar.

O problema do Ageing Report

Correção do exemplo

Fase 2. Só Segurança Social

A partir de determinada altura, deixa de haver novos pensionistas CGA. Passemos a contá-los na SS:

- **120 mil** novos pensionistas **SS**, com pensão média de ~~500€~~ **750€**



Logo,

- A nova taxa de substituição continuará a ser **75%** (750€/1000€)!
 - **A TS mantém-se, não diminui!**

O valor das pensões vai mesmo baixar?

Conclusão

Como se viu, não há razões válidas para a quebra tão significativa da pensão média e, por conseguinte, da taxa de substituição.

Claro que:

- Regras mais exigentes → pensões mais baixas
 - Mas cada história contributiva é uma história contributiva.
- A maior parte das simulações aponta para reduções ligeiras e menos drásticas que para outros países.

E, sobretudo...

Nada faz esperar uma redução tão significativa como a que veio a marcar presença no debate público.

Obrigado!

Referências bibliográficas

- DG ECFIN/Ageing Working Group (COM), 2024, **2024 Ageing Report. Economic and Budgetary Projections for the EU Member States (2022-2070)** [link](#)
- OCDE, 2025, **Pensions at a Glance 2025** [link](#)
- DG EMPL/Social Protection Committee (COM), 2024, **The 2024 pension adequacy report** [link](#)
- MTSSS/CLVSSS, 2024, **Livro Verde para a Sustentabilidade do Sistema Previdencial** [link](#)
- Junqueira, 2025, **O Mito das Taxas de Substituição**
- Vieira da Silva e Junqueira, 2026, **Eficácia do Sistema de Pensões - O Caso das Taxas de Substituição** (no prelo)