



GUIA PRÁTICO

INSCRIÇÃO, ALTERAÇÃO E CESSAÇÃO DO SEGURO SOCIAL VOLUNTÁRIO

INSTITUTO DA SEGURANÇA SOCIAL, I.P.

INSCRIÇÃO, ALTERAÇÃO E CESSAÇÃO DO SEGURO SOCIAL VOLUNTÁRIO

FICHA TÉCNICA

TÍTULO

Guia Prático - Inscrição, Alteração e Cessação do Seguro Social Voluntário
(1004 – v5.42)

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.

Site: www.seg-social.pt, consulte a Segurança Social Direta.

DATA DE PUBLICAÇÃO

16 de maio de 2025

ÍNDICE

A – O que é?	4
B1 – Quem pode Inscrever-se/Enquadrar-se no Regime de Seguro Social Voluntário?	4
Quem pode Inscrever-se/Enquadrar-se no Regime de Seguro Social Voluntário	4
Quem não pode Inscrever-se/Enquadrar-se no Regime de Seguro Social Voluntário	5
B2 – Que direitos vou ter?	5
C1 – Como posso Inscrever-me/Enquadrar-me no Regime de Seguro Social Voluntário? Que Formulários e Documentos tenho de entregar?	6
Inscrição/Enquadramento no Regime de Seguro Social Voluntário	6
Formulários:	6
Documentos Necessários:	7
Onde se faz a Inscrição/Enquadramento	9
Até quando se pode fazer	10
Quem pode pedir a Inscrição/Enquadramento	10
C2 – Como saber a situação das minhas contribuições?	10
C3 – Quando é que confirmam a Inscrição/Enquadramento?	11
D1 – Como funciona esta Inscrição? Quais as minhas Obrigações?	11
Escolher um escalão de remuneração	11
Pode mudar o escalão de remuneração	12
Pagar as Contribuições à Segurança Social	13
O que acontece se não pagar as Contribuições à Segurança Social	16
Comunicar à Segurança Social se passar a estar abrangido por Regime Obrigatório de Proteção Social	16
O que acontece se não comunicar	17
D2 – Em que condições tenho que cessar a Inscrição/Enquadramento?	17
E1 – Legislação Aplicável	17
E2 – Glossário	20

A – O que é?

É um Regime Contributivo de Caráter Facultativo (não obrigatório) que visa garantir o direito à Segurança Social a Cidadãos Nacionais, maiores, considerados aptos para o trabalho, e que não estejam abrangidos por Regimes Obrigatórios de Proteção Social ou que, estando, os mesmos não relevem no âmbito do Sistema de Segurança Social Português

B1 – Quem pode inscrever-se/ enquadrar-se no Regime de Seguro Social Voluntário?

Quem pode inscrever-se/ Enquadrar-se no Regime de Seguro Social Voluntário

Quem não pode inscrever-se/ enquadrar-se no Regime de Seguro Social Voluntário

Quem pode inscrever-se/enquadrar-se no Regime de Seguro Social Voluntário

- Cidadãos Nacionais que não estejam a trabalhar e estejam aptos para o trabalho.
- Estrangeiros e Apátridas, residentes em Portugal há mais de um ano.
- Cidadãos Nacionais que residam e trabalhem no estrangeiro, e não estejam abrangidos por instrumentos internacionais de Segurança Social a que Portugal se encontre vinculado.
- Trabalhadores Marítimos, Nacionais, que exerçam atividade em barcos de empresas estrangeiras, (marítimos portugueses tripulantes de navios estrangeiros ou de empresas mistas de pesca (são todas as empresas pesqueiras constituídas em país estrangeiro entre portugueses ou empresas nacionais e estrangeiros ou empresas estrangeiras, em que participação do capital portugueses nessas empresa mistas não pode ser inferior a 40% do capital social), vigias da marinha mercante a bordo de navios estrangeiros.
- Beneficiários anteriormente abrangidos pelo regime de continuação facultativa do pagamento de contribuições.
- Voluntários Sociais (atividade não remunerada, em favor de instituições particulares de solidariedade social e de associações humanitárias).
- Bombeiros Voluntários.
- Agentes da Cooperação Portuguesa, que à data do início da vigência do contrato de cooperação não estejam abrangidos por regime de Segurança Social obrigatório ou, embora inscritos, não estejam a contribuir são obrigatoriamente inscritos no Seguro Social Voluntário, pelo período de vigência do contrato.
- Bolseiros de Investigação integrados em projetos de investigação científica que não se encontrem enquadrados noutra Regime de Proteção Social Obrigatório.
- Desportistas de Alto Rendimento.

- Tripulantes de navios registados no Registo Internacional de Navios da Madeira (MAR) nas eventualidades de Invalidez, Velhice e Morte, abrangidos pelo Regime Geral de Segurança Social dos Trabalhadores por Conta de Outrem (TCO) para as eventualidades de Doença, Doença Profissional e Parentalidade, nos termos do Art.º 25.º do Decreto-Lei n.º 96/89, de 28 de março, com a redação dada pela Lei n.º 23/2015 de 17 de março e pelo Decreto-Lei n.º 234/2015 de 13 de outubro.
- Cuidadores Informais Principais.

Quem não pode Inscrever-se/Enquadrar-se no Regime de Seguro Social Voluntário

- Os Pensionistas de Invalidez ou de Velhice.

B2 – Que direitos vou ter?

Ao Inscrever-se/ Enquadrar-se no Regime de Seguro Social Voluntário passa a estar protegido nas situações indicadas no quadro seguinte (que variam com o tipo de atividade e com as respetivas contribuições).

Beneficiários	Situações cobertas
Bolseiros de Investigação	Invalidez; Velhice; Morte; Doenças Profissionais; Parentalidade; Doença
Agentes de Cooperação	Invalidez; Velhice; Morte
Voluntários Sociais	Invalidez; Velhice; Morte; Doenças Profissionais
Desportistas de Alto Rendimento	Invalidez; Velhice; Morte
Abrangidos anteriormente pelo regime de continuação facultativa de pagamento de contribuições	Invalidez; Velhice; Morte; Encargos Familiares
Bombeiros Voluntários	Doenças Profissionais; Velhice; Invalidez; Morte
- Trabalhadores Marítimos e os Vigias, Nacionais, que exerçam atividade em barcos de empresas estrangeiras - Marítimos portugueses tripulantes de navios estrangeiros ou de empresas mistas de pesca	Doença; Parentalidade; Doenças Profissionais; Invalidez; Velhice; Morte
- Cidadãos Nacionais que não estejam a trabalhar e estejam aptos para o trabalho - Estrangeiros e Apátridas, residentes em Portugal há mais de um ano - Cidadãos Nacionais que residam e trabalhem no estrangeiro, e não estejam abrangidos por Instrumentos Internacionais de Segurança Social	Invalidez; Velhice; Morte

<ul style="list-style-type: none"> - Tripulantes de navios registados no Registo Internacional de Navios da Madeira (MAR) - Cuidadores Informais Principais 	Invalidez; Velhice; Morte
---	---------------------------

Os beneficiários com esquemas de proteção mais alargados podem sempre optar pelo esquema mais restrito (Invalidez, Velhice e Morte).

Para ter acesso à proteção social nas situações de Invalidez, Velhice e Morte, são precisos:

- Invalidez: 72 meses de contribuições
- Velhice: 144 meses de contribuições
- Morte:
 - Pensão de Sobrevivência: 72 meses de contribuições
 - Subsídio por Morte: 36 meses de contribuições

Nota: O Subsídio de Doença começa a ser pago no 31.º dia após a data em que ficou comprovada a doença ou no 1.º dia em caso de tuberculose ou internamento hospitalar.

C1 – Como posso inscrever-me/enquadrar-me no Regime de Seguro Social Voluntário? Que Formulários e Documentos tenho de entregar?

Inscrição/Enquadramento no Regime de Seguro Social Voluntário

Formulários

Documentos Necessários

Onde se faz a Inscrição/Enquadramento

Até quando se pode fazer

Quem pode pedir a Inscrição

Inscrição/Enquadramento no Regime de Seguro Social Voluntário

Formulários:

- RV1007-Seguro Social Voluntário- Requerimento de **inscrição** /Enquadramento/Alteração de Elementos/Cessação do Enquadramento.

Este modelo encontra-se disponível em www.seg-social.pt, no menu " **Acessos Rápidos**", selecionar "Formulários" e no campo "**Pesquisar por palavra-chave**" inserir número ou nome do modelo.

Documentos Necessários:

1. Cidadãos Nacionais

- Fotocópia de Cartão de Cidadão, Bilhete de Identidade, Cédula Pessoal, Certidão de Nascimento ou outro documento de identificação válido e Cartão de Contribuinte (no caso de não terem Cartão de Cidadão);
- Certificação médica de aptidão para o trabalho.
 - A certificação da aptidão para o trabalho dos requerentes é realizada por médicos dos serviços competentes do Serviço Nacional de Saúde.
 - São considerados serviços competentes os centros de saúde e os hospitais, com exceção dos serviços de urgência.

2. Cidadãos Estrangeiros e Apátridas

- Fotocópia de documento de identificação civil, designadamente Cartão de Cidadão estrangeiro, Título de Autorização de Residência ou Passaporte;
- Declaração, sob compromisso de honra, de que o interessado não se encontra abrangido por um Regime Obrigatório de Proteção Social ou de que, encontrando-se, não seja o mesmo relevante no âmbito do Sistema de Segurança Social Português;
- Certificação médica comprovativa de que o interessado se encontra apto para o trabalho.
 - A certificação da aptidão para o trabalho dos requerentes é realizada por médicos dos serviços competentes do Serviço Nacional de Saúde.
 - São considerados serviços competentes os centros de saúde e os hospitais, com exceção dos serviços de urgência.

3. Portugueses Residentes no Estrangeiro

Com o requerimento, deve apresentar declaração autenticada pelos serviços consulares portugueses. Se estes serviços não existirem, a declaração pode ser autenticada pela embaixada de Portugal naquele país, que comprove uma das seguintes situações:

- O beneficiário não trabalha;
- O beneficiário exerce atividade profissional num país com o qual Portugal não tem nenhum Acordo Internacional de Segurança Social;
- O beneficiário exerce atividade profissional num país com o qual Portugal tem Acordo Internacional, mas o tipo de atividade profissional que exerce não está abrangido por um Sistema de Proteção de Segurança Social.

Certificação da aptidão para o trabalho. Esta certificação é feita por declaração do médico assistente do beneficiário, autenticada pelos serviços consulares portugueses. Se estes

serviços não existirem, a declaração pode ser autenticada por Instituição Pública de Saúde do país onde se encontra.

4. Trabalhadores em Barcos de Empresas Estrangeiras

Para estes trabalhadores, é também necessária cópia do contrato de trabalho celebrado com o armador estrangeiro.

Neste caso, a certificação médica de aptidão para o trabalho pode ser por:

- declaração da inspeção médica da capitania do porto;
- declaração passada por outros serviços de inscrição marítima ou exame clínico do médico da companhia de navegação.

5. Voluntários Sociais

Para os Voluntários Sociais, é também necessária a declaração de atividade de voluntariado, emitida pela entidade que beneficia dessa atividade.

O requerimento deve ser feito em conjunto com voluntário e a entidade que beneficia do trabalho do voluntário.

A entidade que beneficia do trabalho do voluntário é responsável pela entrega do requerimento de inscrição/enquadramento do voluntário social à Segurança Social.

6. Bombeiros Voluntários

É necessária uma declaração emitida pela Autoridade Nacional Civil (Inspeção Distrital de Bombeiros), que comprove a categoria e o exercício da atividade como bombeiro voluntário nos 12 meses anteriores ao requerimento, e que inclua o NISS (Número de identificação da Segurança Social) ou número do **Cartão de Cidadão** ou Bilhete de Identidade e o parecer da Inspeção Médico-Sanitária.

7. Desportistas de Alto rendimento

A prova da atividade é feita por declaração comprovativa do Instituto de Desporto.

8. Bolseiros de Investigação

- A prova de atividade dos Bolseiros de Investigação é feita por declaração comprovativa do estatuto de Bolseiro de Investigação, emitida pela Fundação para a Ciência e Tecnologia, nos casos em que esta entidade é ela própria entidade financiadora ou de acolhimento;
- Nos casos em que a Fundação para a Ciência e Tecnologia, não é a entidade financiadora ou de acolhimento, a prova de atividade dos Bolseiros de Investigação é feita por declaração comprovativa do estatuto de bolseiro, emitida pela entidade financiadora e de acolhimento, desde que tenha havido aprovação do respetivo Regulamento de Bolsas pela Faculdade de Ciência e Tecnologia, e consequentemente tenha havido notificação da entidade financiadora, indicando que nela fica delegada a competência para emitir todos os documentos comprovativos do Estatuto do Bolseiro;

- Certificação médica comprovativa de que o interessado se encontra apto para o trabalho.
 - A certificação da aptidão para o trabalho dos requerentes é realizada por médicos dos serviços competentes do Serviço Nacional de Saúde.
 - São considerados serviços competentes os centros de saúde e os hospitais, com exceção dos serviços de urgência

9. Cuidadores Informais Principais

- Com o requerimento devem apresentar certificação médica comprovativa de que o interessado se encontra apto para o trabalho.
 - A certificação da aptidão para o trabalho dos requerentes é realizada por médicos dos serviços competentes do Serviço Nacional de Saúde.
 - São considerados serviços competentes os centros de saúde e os hospitais, com exceção dos serviços de urgência.

Nota: Sempre que se suscitarem dúvidas sobre a aptidão para o trabalho do requerente, deve a Instituição de Segurança Social competente determinar a realização de exame no âmbito do Sistema de Verificação de Incapacidades.

Onde se faz a Inscrição/Enquadramento

Residentes no País

No Centro Distrital que optaram por ficar abrangidos quando apresentaram o requerimento.

Portugueses Residentes no Estrangeiro

O Instituto da Segurança Social (ISS) disponibilizou uma caixa de correio eletrónico, cujo endereço é : ISS-IINTERNACIONAIS@SEG-SOCIAL.PT , para que os trabalhadores/ beneficiários que se encontram a exercer atividade fora do país possam enviar os seus pedidos e/ou requerimentos, sem terem que se deslocar a qualquer serviço da Segurança Social.

Voluntário Social

Nos serviços da Segurança Social da área onde atua a organização onde faz voluntariado. No caso de a organização ser estrangeira, a inscrição será feita no Centro Distrital no qual o Voluntário Social optou por ficar abrangido aquando da apresentação do requerimento.

Bombeiro Voluntário

Nos serviços da Segurança Social da área da corporação de bombeiros a que pertence.

Bolseiros de Investigação

Nos serviços da Segurança Social da área de residência.

Até quando se pode fazer

Quando quiser, uma vez que o regime não é obrigatório.

Quem pode pedir a Inscrição/Enquadramento

- O interessado através de requerimento;
- No caso de beneficiários que exercem atividade de tipo profissional a favor de Instituições Particulares de Solidariedade Social, entidades detentoras de corpos de bombeiros, Bombeiros Voluntários, a inscrição/enquadramento é pedida pela entidade que beneficia dessa atividade;
- No caso dos Agentes da Cooperação Portuguesa, a inscrição/enquadramento deve ser pedida pelas entidades que promovem ou realizam a cooperação;
- No caso dos Voluntários Sociais, a Inscrição/Enquadramento depende ainda da manifestação de vontade das entidades que beneficiam da atividade voluntária, cabendo-lhes a apresentação do requerimento do interessado.

C2 – Como saber a situação das minhas contribuições?

Na Segurança Social Direta (SSD), acedendo ao menu Conta-corrente » Posição Atual, estão disponíveis diversas funcionalidades que permitem:

- Consultar os movimentos de conta-corrente (débito, crédito, incluindo acerto de contas) e respetiva descrição, com impressão facultativa do detalhe;
- Consultar a lista de valores relativamente aos quais pode efetuar a emissão de Documento de Pagamento para regularização/pagamento e emitir o respetivo documento de pagamento;
- Consultar os documentos de pagamento já pagos e o detalhe do valor pago.

C3 – Quando é que confirmam a Inscrição/Enquadramento?

Inscrição/Enquadramento no Regime de Seguro Social Voluntário

Depende da aprovação do requerimento (se se verificarem todas as condições), o que demora até 30 dias. Quando o requerimento for aprovado, recebe uma carta a avisá-lo que tem de começar a pagar contribuições no mês seguinte e recebe também o seu NISS (Número de Identificação da Segurança Social), se ainda não estiver inscrito na Segurança Social.

Nota: Em geral o deferimento do requerimento determina o enquadramento no Regime de Seguro Social Voluntário, reportando-se os seus efeitos **ao dia 1 do mês seguinte** ao da apresentação do requerimento.

Nota: No caso dos Bolseiros de Investigação com bolsas com duração igual ou superior a seis meses, o enquadramento no Regime de Seguro Social Voluntário reporta-se à data de início da bolsa, desde que o requerimento seja efetuado no período mínimo de duração da mesma.

Relativamente aos Bolseiros de Investigação que celebrem contratos de bolsa com duração inferior a seis meses, e não lhes sendo aplicável o Art.º 10.º do Estatuto de Bolseiro de Investigação para efeitos de adesão ao Regime de Seguro Social Voluntário, se cumprirem os demais requisitos, podem aderir ao Regime de Seguro Social Voluntário nos termos do Art.º 169.º e seguintes do Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social, sendo que o deferimento do mesmo produz efeitos, nos termos do n.º 4 do Art.º 173.º do mesmo diploma, no dia 1 do mês seguinte ao da sua apresentação, ou cumprir essa bolsa no âmbito de atividade como Trabalhadores Independentes.

D1 – Como funciona esta Inscrição? Quais as minhas Obrigações?

Escolher um escalão de remuneração

Pode mudar o escalão de remuneração

Pagar as contribuições à Segurança Social

O que acontece se não pagar as contribuições à Segurança Social

Comunicar à Segurança Social se passar a estar abrangido por um Regime Obrigatório

O que acontece se não comunicar

Escolher um escalão de remuneração

Os beneficiários do Regime de Seguro Social Voluntário têm de escolher uma remuneração, a partir da qual é calculado o valor a pagar por mês à Segurança Social e os apoios que pode vir a receber.

As remunerações estão organizadas por escalões:

Beneficiários do Regime de Seguro Social Voluntário

Escalões	IAS	Remuneração
1.º	1 X IAS	522,50€
2.º	1,5 X IAS	783,75€
3.º	2 X IAS	1045,00€
4.º	2,5 X IAS	1.306,25€
5.º	3 X IAS	1.567,50€
6.º	4 X IAS	2.090,00€
7.º	5 X IAS	2.612,50€
8.º	6 X IAS	3.135,00€
9.º	7 X IAS	3.657,50€
10.º	8 X IAS	4.180,00€

No caso **dos Agentes de Cooperação**, a contribuição para a Segurança Social é sempre calculada a partir do escalão de remuneração de 3 x IAS (1.567,50€ em 2025).

Os Bombeiros Voluntários também pagam sobre uma remuneração fixa 1 x IAS (522,50€ em 2025).

Para os Bolseiros de Investigação é obrigatório o 1.º escalão, mas podem escolher um escalão superior.

Para os beneficiários que sejam enquadrados no Regime de Seguro Social voluntário com 63,5 ou mais anos em 2025 e que não se encontrem em nenhuma das situações especiais de opção da base de incidência, o limite de base de incidência é o 5.º escalão, ou seja, sobre uma remuneração correspondente a 1.567,50€.

Importante: Situações especiais de opção de base de incidência contributiva

Os beneficiários que:

- Tenham contribuído no Regime Geral de Segurança Social dos Trabalhadores por Conta de Outrem, por período superior a 12 meses, sobre montantes superiores ao escalão mais elevado da base de incidência para o Regime de Seguro Social Voluntário, podem optar pelo escalão mais elevado independentemente da idade;
- Tenham cessado o enquadramento no Regime de Seguro Social Voluntário e posteriormente tenham contribuído, por um período de 12 meses, para um Regime Obrigatório de Segurança Social sobre uma base de incidência contributiva de valor superior à anteriormente considerada no Regime de Seguro Social Voluntário, podem optar pelo escalão de valor igual ou imediatamente superior ao da base de incidência contributiva daquele regime ao retomarem o enquadramento no Regime de Seguro Social Voluntário independentemente da idade.

Pode mudar o escalão de remuneração

Mudar para um escalão abaixo é sempre permitido.

Mudar para um escalão acima só é permitido se:

- tiver pago contribuições pelo mesmo escalão durante pelo menos 12 meses seguidos;
- tiver até 63,5 anos em 2025 progredindo 6 meses por ano até atingir os 65 anos, ao limite do 5.º escalão.

Tendo em conta, a progressão da idade de acordo com a tabela abaixo:

ANO	IDADE
2011	56,5
2012	57
2013	57,5
2014	58
2015	58,5
2016	59
2017	59,5
2018	60
2019	60,5
2020	61
2021	61,5
2022	62
2023	62,5
2024	63
2025	63,5
2026	64
2027	64,5
2028	65

Se cessar o enquadramento no Regime de Seguro Social Voluntário e tornar a enquadrar-se, o escalão mantém-se igual ao que tinha antes de cessar o enquadramento ou pode optar pelo escalão imediatamente superior, independentemente da idade.

O trabalhador pode optar por outro escalão, desde que cumpra as condições para mudança de escalão indicadas acima.

O período entre o fim de um enquadramento e o início do seguinte (no Regime de Seguro Social Voluntário) não entra para a contagem dos 12 meses referidos atrás.

Pagar as Contribuições à Segurança Social

Os beneficiários do Regime de Seguro Social Voluntário são os responsáveis pelo pagamento das respetivas contribuições.

Quanto vai Pagar

O que vai pagar depende do tipo de trabalho que faz (e da taxa que lhe está associada) e do **escalão de remuneração** escolhido tendo em conta a situação em que se enquadra.

Taxas Contributivas 2025	Regime de Seguro Social Voluntário
26,90%	Cidadãos Nacionais que não estejam a trabalhar e estejam aptos para o trabalho ⁽¹⁾
	Estrangeiros e Apátridas, residentes em Portugal há mais de um ano ⁽¹⁾

	Cidadãos Nacionais que residam e trabalhem no estrangeiro e não estejam abrangidos por instrumentos internacionais de Segurança Social ⁽¹⁾
	Praticantes Desportivos de Alto Rendimento ⁽¹⁾
	Abrangidos anteriormente pelo regime de continuação facultativa de pagamento de contribuições ⁽¹⁾
	Tripulantes de navios registados no Registo Internacional de Navios da Madeira (MAR) ⁽¹⁾
	Agentes de Cooperação ⁽¹⁾
29,60%	Bolseiros de Investigação ⁽²⁾ Trabalhadores Marítimos e os Vigias, Nacionais, que exerçam atividade em barcos navios de empresas estrangeiras ⁽³⁾ Trabalhadores Marítimos Portugueses de navios estrangeiros ou de empresas mistas de pesca ⁽³⁾
27,40%	Bombeiros Voluntários ⁽⁴⁾ Voluntários Sociais ⁽⁴⁾
21,40 %	Cuidadores Informais Principais ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Proteção em Invalidez, Velhice e Morte

⁽²⁾ Proteção em Doenças Profissionais, Doença, Parentalidade, Invalidez, Velhice e Morte

⁽³⁾ Proteção em Doença, Parentalidade, Doenças Profissionais, Invalidez, Velhice, Morte e Encargos Familiares

⁽⁴⁾ Proteção em Doenças Profissionais, Invalidez, Velhice e Morte

Importante:

No caso dos Agentes de Cooperação, Praticantes Desportivos de Alto Rendimento, Cidadãos Nacionais que não estejam a trabalhar e estejam aptos para o trabalho, Estrangeiros e Apátridas, residentes em Portugal há mais de um ano, Cidadãos Nacionais que residam e trabalhem no estrangeiro e não estejam abrangidos por Instrumentos Internacionais de Segurança Social, protegidos apenas nas eventualidades Invalidez, Velhice e Morte, à taxa contributiva correspondente pode acrescer a percentagem de 0,5% para terem direito à proteção nas Doenças Profissionais, nos termos previstos em legislação própria.

Quando Pagar

Até ao dia 20 do mês seguinte a que as contribuições dizem respeito. Se pagar mais tarde, está sujeito a juros de mora.

Nota: O pagamento das contribuições relativas ao mês de julho pode ser efetuado até ao último dia do mês de agosto de 2025, independentemente de ser útil, sem quaisquer acréscimos ou penalidades.

Onde Pagar

No **Multibanco:**

- **Com referência Multibanco**, obtida através da Segurança Social Direta

▪ **Sem referência Multibanco - Serviço Especial**

Não é necessário indicar o número de dias de trabalho para efetuar o pagamento das contribuições, o valor da contribuição a pagar é apresentado automaticamente.

Para o pagamento de contribuições em atraso é apresentado o valor dos respetivos juros de mora, podendo, assim, efetuar o pagamento dos juros em simultâneo com o pagamento das contribuições.

Nota: Conserve o talão/recibo emitido pela caixa multibanco como prova do pagamento das contribuições, incluindo para efeitos fiscais.

1. Nas **Tesourarias da Segurança Social:**

- 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.

2. Pagamento via **Homebanking**, de acordo com a tabela disponível no Guia Prático – Pagamento de Contribuições à Segurança Social, disponível em www.seg-social.pt, no menu "Acessos Rápidos", selecionar "Guias Práticos" e no campo "Pesquisar por palavra-chave" inserir nome do Guia.

3. Por **Débito Direto**, fazendo previamente a adesão ao serviço, através da Segurança Social Direta, no Menu "Conta-Corrente", opção "Autorizar débito direto para pagamento de contribuições".

Atenção: Quando se verificar a impossibilidade de cobrança por Débito Direto durante três meses seguidos, a Segurança Social cancela a adesão ao serviço, comunicando esse facto por mensagem através da Segurança Social Direta.

Nota: O sistema de débitos diretos só cobra o valor da contribuição mensal, ou seja, se o beneficiário tiver dívidas de outros meses ou juros em dívida, terá de efetuar o respetivo pagamento pelos meios já existentes.

Nota: Após o pagamento efetuado, os Bancos têm de disponibilizar a informação à Segurança Social, o que não é imediato. Só após essa troca de informação é que a conta corrente fica atualizada, com o pagamento feito pelo contribuinte.

Assim, imediatamente, a seguir ao pagamento a informação pode, eventualmente, não se encontrar atualizada na Segurança Social Direta, pois a transmissão de informação entre o Banco e a Segurança Social não é imediata.

Situações com meio de pagamento obrigatório

O pagamento por cheque visado ou cheque bancário é sempre obrigatório em caso de:

- Resgate de cheques incobráveis, independentemente da natureza do pagamento.
- Utilização de um único cheque para pagamento de contribuições de mais do que um contribuinte.
- Utilização de um único cheque para pagamento de reposições de mais do que um beneficiário.

Como emitir o documento de pagamento na Segurança Social Direta

Na Segurança Social Direta, acedendo ao menu Conta-Corrente» Posição Atual, pode consultar os valores a pagar e emitir o documento de pagamento.

Em alternativa, pode aceder a Pagamentos à Segurança Social» Consultar valores a pagar». Emitir documento de pagamento e emitir o documento de pagamento.

Nota: O documento de pagamento tem a validade de 120 horas.

Para mais informação sobre o pagamento de contribuições consultar o Guia Prático – Pagamento de Contribuições à Segurança Social, disponível em www.seg-social.pt, no menu “**Acessos Rápidos**” seleccionar “Guias Práticos” e no campo “**Pesquisar por palavra-chave**” inserir nome do Guia.

O que acontece se não pagar as Contribuições à Segurança Social

A falta de pagamento das contribuições no prazo legal, leva a que deixe de estar enquadrado no Regime de Seguro Social Voluntário, salvo nas situações em que o pagamento é retomado antes de decorrido o prazo de um ano, desde o último pagamento.

Nota: Se retomar o pagamento das contribuições antes de ter decorrido o prazo de um ano, há lugar ao pagamento das contribuições em dívida, correspondentes ao período em causa acrescidos de juros de mora.

Comunicar à Segurança Social se passar a estar abrangido por Regime Obrigatório de Proteção Social

Se passar a estar abrangido por um Regime Obrigatório de Proteção Social (por exemplo, passa a ser trabalhador por Conta de Outrem) tem de comunicar, de preferência nos Serviços da Segurança Social da sua área de residência, a fim de cessar o Enquadramento no Regime de Seguro Social Voluntário.

No caso dos Voluntários Sociais, as Entidades que beneficiam da atividade voluntária, devem indicar mensalmente à Segurança Social os Voluntários Sociais que deixaram de exercer a respetiva atividade de voluntariado.

O que acontece se não comunicar

Ao fim de um ano sem pagar, é-lhe enviada uma carta a avisar que está em dívida. Pode optar por pagar o que está em dívida, continuando a estar enquadrado no Regime de Seguro Social Voluntário, ou pode dizer que quer desistir.

D2 – Em que condições tenho que cessar a Inscrição/Enquadramento?

Inscrição na Segurança Social

Cessação do Enquadramento

Cessação da Obrigação Contributiva

Inscrição na Segurança Social

A inscrição na Segurança Social é vitalícia, ou seja, só precisa de ser feita uma vez e dura toda a vida. Mesmo que a pessoa deixe de trabalhar, continua inscrita na Segurança Social.

Cessação do Enquadramento

O enquadramento cessa:

- A pedido do interessado através de requerimento;
- Quando passar a estar abrangido por um regime obrigatório de proteção social;
- Quando não pagar as contribuições durante mais de um ano.

Nota: A cessação do enquadramento no Regime de Seguro Social Voluntário produz efeitos a partir do mês em que for apresentado o respetivo requerimento à Segurança Social, ou a partir do mês seguinte àquele em que pagou a última contribuição.

Cessação da Obrigação Contributiva

A obrigação contributiva cessa no mês seguinte àquele em que o beneficiário o tenha requerido ou, na falta de pagamento das contribuições por período superior a **um ano** cessa a partir do mês seguinte ao do último pagamento efetuado.

Nota: Se o beneficiário abrangido pelo Regime de Seguro Social Voluntário iniciar atividade como trabalhador por conta de outrem, tem de avisar os serviços da Segurança Social através do formulário [RV1007](#) - Seguro Social Voluntário - Requerimento de inscrição/enquadramento/alteração de elementos/cessação do enquadramento.

Como não é possível estar enquadrado no Regime de Seguro Social Voluntário e num Regime Obrigatório em simultâneo, se continuar a pagar, as contribuições pagas no Regime de Seguro Social Voluntário não contam para efeitos de Segurança Social e são-lhe devolvidas.

E1 – Legislação Aplicável

Portaria n.º 6-B/2025/1, de 6 de janeiro

Procede à atualização do valor do indexante dos apoios sociais (IAS) em 2025 para de 522,50€

Lei n.º13/2023 de 3 de abril

Alteração ao Código do Trabalho e legislação conexas, no âmbito da Agenda do Trabalho Digno, e que entrou em vigor a 01.05.2023, veio alterar o artigo 10.º do Decreto-Lei n.º 66/2011, de 1 de junho.

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.

Lei n.º 100/2019, de 6 de setembro – Aprova o Estatuto do Cuidador Informal

Procede à alteração dos artigos 170.º, 172.º e 184.º do Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social, aprovado pela Lei n.º 110/2009, de 16 de setembro.

Decreto-Regulamentar n.º 6/2018, de 2 de julho

Procede à sexta alteração ao Decreto Regulamentar n.º 1 -A/2011, de 3 de janeiro, alterado pela Lei n.º 64 -B/2011, de 30 de dezembro, pelos Decretos Regulamentares n.os 50/2012, de 25 de setembro, 6/2013, de 15 de outubro, e 2/2017, de 22 de março, e pelo Decreto -Lei n.º 93/2017, de 1 de agosto, que regulamenta o Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social.

Decreto-Lei n.º 234/2015, de 13 de outubro

Oitava alteração do Decreto-Lei n.º 96/89, de 28 de março, Tripulantes de navios registados no Registo Internacional de Navios da Madeira (MAR).

Decreto-Regulamentar n.º 50/2012, de 25 de setembro

Procede à segunda alteração ao Decreto Regulamentar n.º 1-A/2011, de 3 de janeiro, que regulamenta o Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social.

Decreto-Lei n.º 202/2012. D.R n.º 165, Série I de 2012-08-27

Procede à primeira alteração do Estatuto do Bolseiro de Investigação, aprovado em anexo à Lei n.º 40/2004, de 18 de agosto.

Lei n.º 20/2012, de 14 de maio

Primeira alteração à Lei n.º 64-B/2011, de 30 de dezembro (Orçamento do Estado para 2012), no âmbito da iniciativa para o reforço da estabilidade financeira – pág. 2486 a 2488.

Lei n.º 66/2011, de 01 de junho

Estabelece as regras a que deve obedecer a realização de estágios profissionais.

Portaria n.º 66/2011, de 4 de fevereiro

Normas complementares de definição dos procedimentos e delimitação dos elementos e meios de prova, em cumprimento do disposto no n.º4 do artigo 3.º do Decreto Regulamentar n.º1-A/2011, de 3 de janeiro.

Lei n.º 110/2009, de 16 de setembro

Código dos Regimes contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social com as alterações introduzidas pelo Orçamento Geral do Estado para 2010.

Instrumentos Internacionais sobre Segurança Social que vinculam Portugal com outros países

Regulamentos Europeus sobre Segurança Social, Regulamento n.º 883/2004, alterado pelo Regulamento (CE) n.º 988/2009 e Reg. (CE) n.º 987/2009), que abrangem os 27 Estados da União Europeia.

Regulamentos Comunitários sobre Segurança Social, n.º 1408/71 e n.º 574/72, a Islândia, o Liechtenstein e a Noruega (parte do Espaço Económico Europeu) e ainda a Suíça, no quadro do Acordo sobre livre circulação de pessoas celebrado entre a Comunidade Europeia e os seus Estados membros e a Confederação Helvética.

No âmbito bilateral, as Convenções/Acordos de Segurança Social celebrados com Andorra, Argentina, Austrália, Brasil, Cabo Verde, Canadá, Canadá-Quebeque, Chile, Estados Unidos da América, Marrocos, Reino Unido em relação às Ilhas do Canal (Jersey, Guernesey, Alderney, Herm, Jethou e Man), Uruguai e Venezuela.

Decreto-Lei n.º 241/2007, de 21 de junho

Bombeiros Voluntários.

Despacho Normativo n.º 40/2005, de 18 de agosto

Dá nova redação ao n.º 2 do artigo 7.º do Regulamento de Equiparação a Bolseiro, constante do anexo ao **Despacho Normativo n.º 23/98, de 1 de abril**.

Lei n.º 40/2004, de 18 de agosto

Aprova o Estatuto do Bolseiro de Investigação.

Lei n.º 13/2004, de 14 de abril

Agentes da Cooperação Portuguesa.

Com as alterações do Decreto-Lei n.º 49/2018, em vigor a partir de 2018-06-22

Decreto-Lei n.º 297/2000, de 17 de novembro

Procede à revisão dos benefícios consagrados no Estatuto Social do Bombeiro, no sentido do alargamento e melhoria do conjunto dos direitos e regalias sociais do bombeiro, de molde a reforçar o quadro dos incentivos ao voluntariado, contribuindo desta forma para apoiar, promover e dignificar a função social do bombeiro.

Decreto-Lei n.º 389/99, de 30 de setembro

Regulamenta a Lei n.º 71/98, de 3 de novembro (Voluntários Sociais).

Lei n.º 71/98, de 3 de novembro

Voluntários Sociais.

Decreto-Lei n.º 40/89, de 1 de fevereiro

Regime do Seguro Social Voluntário.

Despacho Normativo n.º 208/83, de 31 de agosto

Fixa com caráter de generalidade o momento a partir do qual o valor das remunerações mínimas mensais garantidas por lei produz efeitos no cálculo das remunerações convencionais previstas para alguns esquemas de Segurança Social.

E2 – Glossário

Enquadramento

Ao inscrever-se na Segurança Social, o trabalhador é inserido num enquadramento de acordo com o tipo de trabalho que faz. Os diferentes enquadramentos têm obrigações e benefícios diferentes.

Tipos de enquadramento:

- Trabalhador por Conta de Outrem (inclui Serviço doméstico)
- Trabalhador Independente
- Seguro Social Voluntário

Cooperantes – Agentes de Cooperação

Todo aquele cidadão que através de contrato de trabalho, participe numa ação financiada por Portugal em país estrangeiro, sendo ação realizada por uma empresa pública portuguesa ou para uma empresa portuguesa privada sem fins lucrativos.

Abrangidos anteriormente pelo regime de continuação facultativa de pagamento de contribuições

Beneficiários inscritos na Segurança Social, antes da existência do Regime de Seguro Social Voluntário, cuja atividade profissional não estava abrangida por nenhuma obrigação de descontos para a Segurança Social ou outra entidade.

Instrumentos Internacionais sobre Segurança Social que vinculam Portugal com outros países

Regulamentos Europeus sobre Segurança Social, Regulamento n.º 883/2004, alterado pelo Regulamento (CE) n.º 988/2009 e Regulamento (CE) n.º 987/2009), que abrangem os 27 Estados da União Europeia.

Regulamentos Comunitários sobre Segurança Social, n.º 1408/71 e n.º 574/72, a Islândia, o Liechtenstein e a Noruega (parte do Espaço Económico Europeu) e ainda a Suíça, no quadro do Acordo sobre livre circulação de pessoas celebrado entre a Comunidade Europeia e os seus Estados membros e a Confederação Helvética.

No âmbito bilateral, as Convenções/Acordos de Segurança Social celebrados com Andorra, Argentina, Austrália, Brasil, Cabo Verde, Canadá, Canadá-Quebeque, Chile, Estados Unidos da América, Marrocos, Reino Unido em relação às Ilhas do Canal (Jersey, Guernsey, Alderney, Herm, Jethou e Man), Uruguai e Venezuela.