

randstad
research.

1 de maio 2026

dia do trabalhador

radiografia regional do
profissional em Portugal.

partner for talent.



radiografia regional

enquadramento macroeconómico.

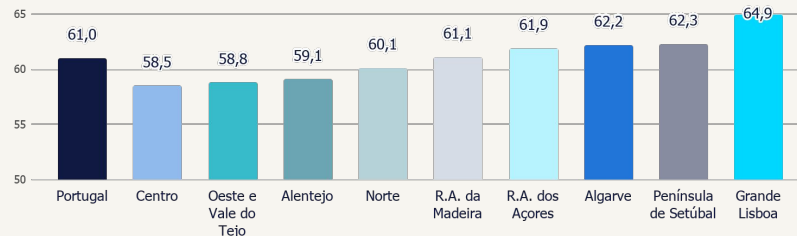
No âmbito do dia do trabalhador, esta radiografia faz análise das assimetrias regionais no mercado de trabalho.

Num contexto de resiliência macroeconómica, onde a população empregada atingiu os 5,28 milhões de pessoas, o que representa um crescimento homólogo de 3,2%, é importante compreender como as diferentes regiões podem absorver as pressões estruturais e as oportunidades de crescimento.

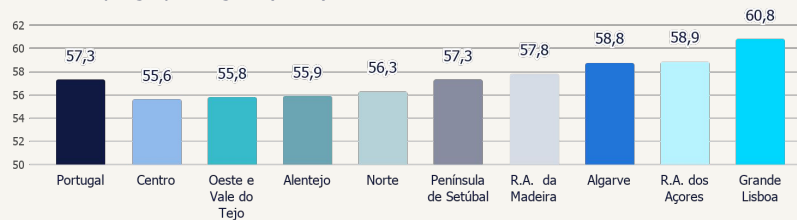
A análise foca-se nos dados oficiais do Inquérito ao Emprego (IE) do Instituto Nacional de Estatística (INE), referentes ao ano 2025, utilizando indicadores como a taxa de atividade, desemprego ou a segmentação por profissão.

Enquanto regiões como Lisboa, que apresenta uma estrutura de profissionais qualificados e remunerações superiores à média, outras áreas, como a Península de Setúbal, apresentam desafios de desemprego mais acentuados (8%). Esta abordagem permite extrair destaques que evidenciam o desequilíbrio territorial, fornecendo aos decisores de Recursos Humanos uma base factual sobre onde e como o trabalho se está a transformar em Portugal.

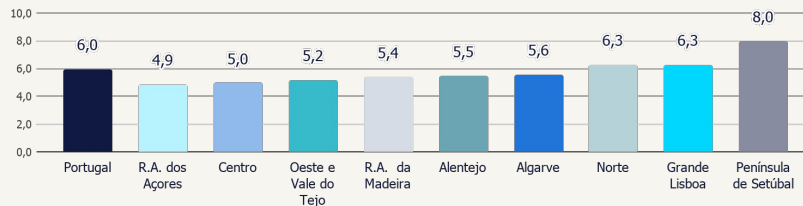
Taxa de atividade por região (2025)



Taxa de emprego por região (2025)



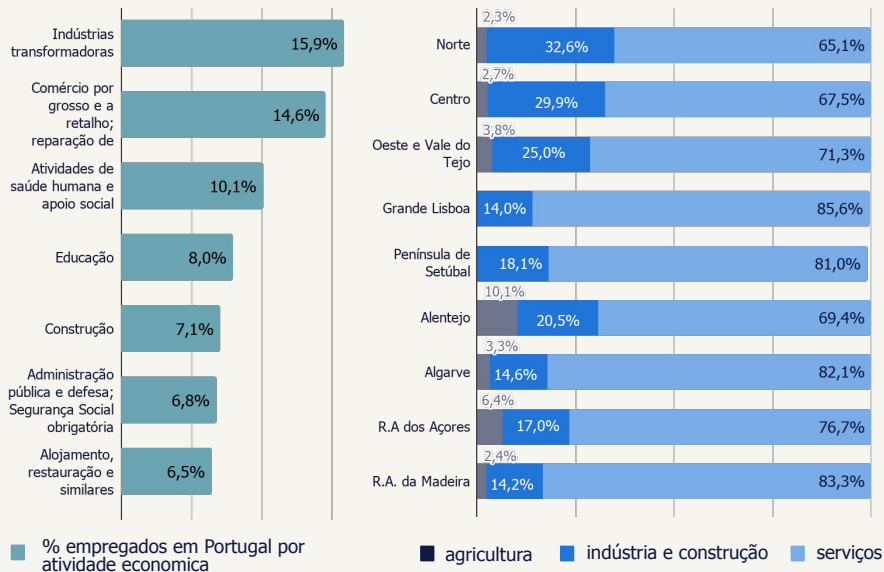
Taxa de desemprego por região (2025)



Fonte: Taxa de atividade da população em idade ativa, taxa de emprego e taxa de desemprego (Série 2021 - %) por local de residência (NUTS - 2024);, Anual - INE, Inquérito ao emprego.

qual é a distribuição regional dos perfis profissionais em Portugal? embora os serviços dominem a economia nacional, Portugal divide-se entre um Norte e Centro de base industrial, um Sul e Ilhas dependentes da sazonalidade turística e uma área metropolitana de Lisboa focada em serviços especializados e comércio.

Distribuição setorial da população empregada em Portugal por atividade económica e regional por grandes setores (2025)



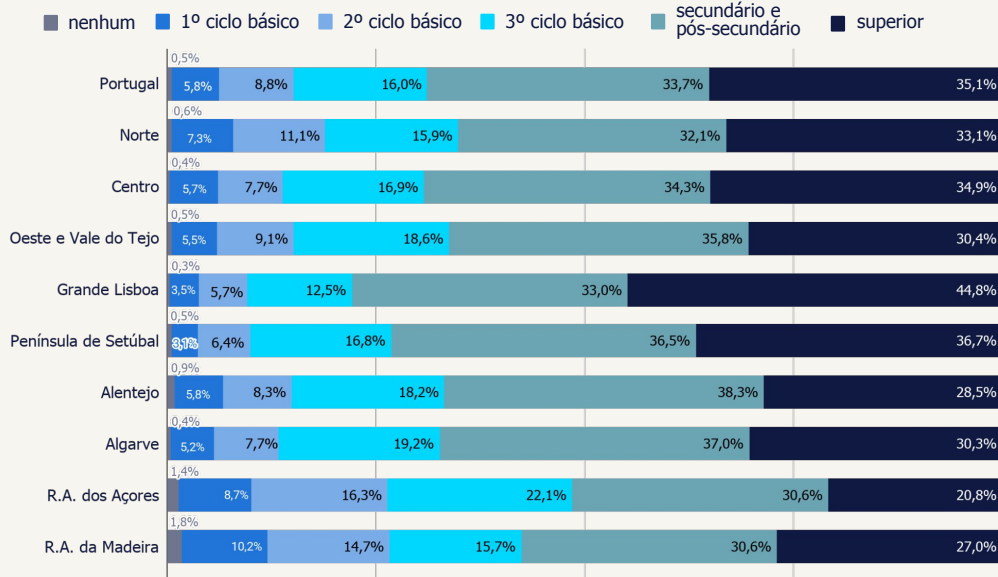
A estrutura do emprego em Portugal é dominada pelo setor dos serviços, embora a desagregação por atividades económicas revele uma base industrial resiliente onde as indústrias transformadoras (15,9%), o comércio (14,6%), a saúde (10,1%), a educação (8%) e a construção (7,1%) compõem o "top 5" nacional.

Esta configuração nacional fragmenta-se em "clústeres regionais de especialização": o Norte (32,6%) e o Centro (29,9%) afirmam-se como o cinturão industrial do país, enquanto o Algarve (14,6%) e a Madeira (14,2%) dependem estruturalmente do turismo (alojamento e restauração). Mesmo não aparecendo estes dados detalhados no gráfico, Lisboa (14,3%) e Setúbal (15,5%) consolidam-se como polos de consumo liderados pelo comércio, contrastando com o Alentejo, onde a administração pública (12,7%) atua como o principal estabilizador do mercado de trabalho regional.

Fonte: População empregada (Série 2021 - N.º) por Local de residência (NUTS - 2024) e Atividade económica (Secção - CAE Rev. 3); Anual - INE, Inquérito ao emprego (Série - 2021) Randstad research

qual é o perfil académico de quem trabalha em Portugal? Em Lisboa, o ensino superior é a base de quase metade dos empregos, mas nas ilhas a realidade ainda é dominada pelo ensino básico, registando também as maiores taxas de profissionais sem qualquer qualificação formal de Portugal.

% da população empregada por nível de escolaridade completo (2025)



Os dados revelam um mercado de trabalho com dois modelos de qualificação. Por um lado, **Lisboa, onde o nível superior é a norma** e o ensino básico é residual. Este elevado "stock" de capital humano especializado permite à capital sustentar setores de alto valor acrescentado e inovação tecnológica.

Por outro lado, **o Alentejo e o Algarve** surgem como os bastiões do **ensino secundário e pós-secundário** (38,3% e 37,0%, respetivamente), sugerindo um mercado de trabalho focado em funções técnicas intermédias.

O cenário mais crítico encontra-se nas **Regiões Autónomas**, onde a prevalência de **níveis de escolaridade baixos** (básico 1º, 2º e 3º ciclos) é a mais elevada do país. Este facto indica que uma parte significativa da população empregada nas ilhas ainda desempenha funções operacionais que não exigem qualificações elevadas, o que condiciona a progressão da produtividade regional e mantém estes trabalhadores numa situação de maior vulnerabilidade.

Fonte: População empregada (Série 2021 - N.º) por Local de residência (NUTS - 2024), Sexo, Grupo etário e Nível de escolaridade mais elevado completo; Anual - INE, Inquérito ao emprego (Série - 2021) Randstad research

como se distribui o talento e a chefia no território nacional? Lisboa é o centro dos talentos qualificados, com 42,3% dos seus profissionais em cargos de chefia ou quadros superiores, enquanto as Ilhas e o Alentejo sustentam a maior fatia de profissionais não qualificados do país.

Composição do emprego qualificado por região (2025)

	profissionais com cargos de chefia	profissionais em quadros superiores e especialistas	profissionais não qualificadas/os
Portugal	4,0%	29,5%	8,4%
Norte	3,4%	27,8%	7,7%
Centro	5,0%	29,8%	7,9%
Oeste e Vale do Tejo	4,7%	25,9%	7,6%
Grande Lisboa	4,8%	37,5%	8,3%
Península de Setúbal	3,9%	29,8%	7,3%
Alentejo	2,9%	24,1%	12,0%
Algarve	3,1%	24,2%	10,0%
R.A. dos Açores	1,6%	18,9%	14,1%
R.A. da Madeira	2,0%	24,4%	13,9%

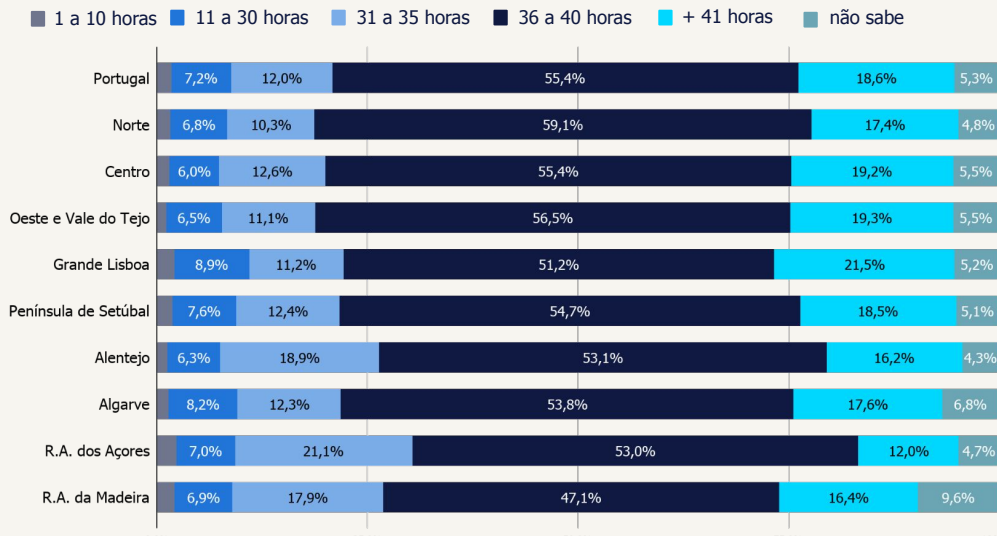
Fonte: Proporção da população empregada com cargos de chefia, a Proporção de população empregada em quadros superiores e especialistas e a Proporção de trabalhadoras/es não qualificadas/os (Série 2021 - %) por Local de residência (NUTS - 2024) e Sexo; Anual - INE, Inquérito ao emprego (Série - 2021) - Randstad research

O Centro (5,0%) e Lisboa (4,8%) apresentam-se como os polos com maior densidade de cargos de chefia e quadros superiores, sugerindo mercados de trabalho mais maduros e com maior autonomia organizacional. Em sentido contrário, as Regiões Autónomas apresentam um **défice crítico de funções diretivas**: nos Açores (1,6%) e na Madeira (2,0%), a proporção de chefias é menos de metade da média nacional, o que, aliado à menor percentagem de especialistas nos Açores (18,9%), indica uma estrutura laboral fortemente dependente de processos de execução e com escassos centros de decisão.

Na base da pirâmide, os Açores (14,1%), a Madeira (13,9%) e o Alentejo (12,0%) registam os **valores mais elevados de trabalhadores não qualificados**, contrastando fortemente com a Península de Setúbal (7,3%) e o Centro (7,5%). Este panorama revela que, longe dos grandes centros urbanos e industriais o mercado de trabalho português mantém uma elevada dependência de funções de menor complexidade que limitam o potencial de crescimento salarial e a resiliência económica.

onde existe uma maior cultura de horas prolongadas? Lisboa é o território da intensidade laboral, com mais de 21% dos profissionais a excederem as 40 horas semanais. Em contrapartida, os Açores e o Alentejo têm jornadas mais curtas (31-35 horas).

% de profissionais por duração semanal habitual de trabalho (2025)



Fonte: População empregada (Série 2021 - N.º) por Local de residência (NUTS - 2024), Sexo e Duração semanal habitual de trabalho; Anual - Randstad research

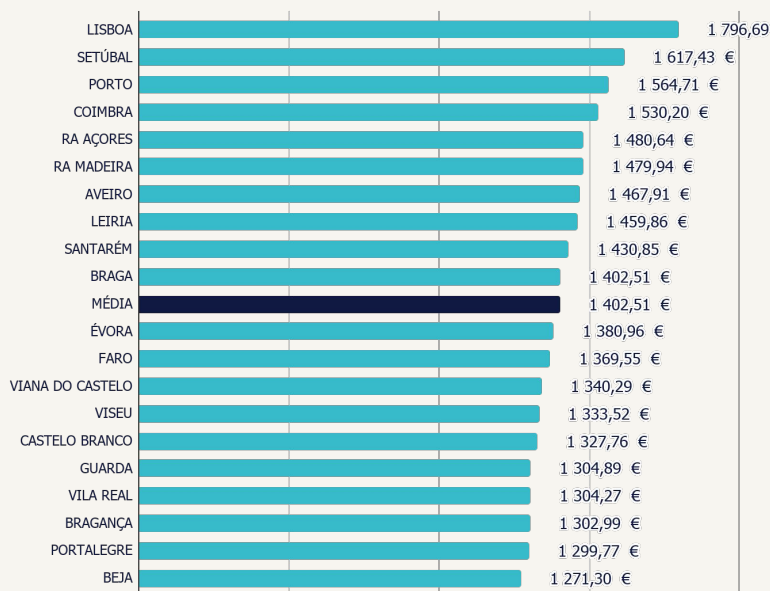
A duração do trabalho em Portugal está diretamente ligada ao perfil económico de cada região. A liderança de Lisboa nas jornadas longas (21,5%) aponta para uma cultura de serviços especializados e cargos de responsabilidade que frequentemente transbordam o horário regulamentar. Por outro lado, a elevada prevalência da jornada padrão no Norte (59,1%) reflete a rigidez de horários do setor industrial, onde o controlo de entradas e saídas é mais estruturado.

Nos Açores, Madeira e Alentejo há uma proeminência das jornadas de 31-35 horas. Este fenómeno pode indicar uma maior presença de regimes de trabalho específicos do setor público, administrativo ou de serviços nestas regiões. O facto de as regiões com menor escolaridade superior terem jornadas mais curtas, enquanto Lisboa (mais qualificada) tem jornadas mais longas, reforça a correlação entre funções de alta complexidade e a extensão do tempo de trabalho em Portugal.

onde compensa trabalhar - diferenças regionais

quanto ganha um profissional em Portugal? Trabalhar em Lisboa vale, em média, 525 € mais por mês do que em Beja. O interior de Portugal continua a lutar contra um 'teto salarial' que não chega aos 1 300 €, enquanto a capital dispara para perto dos 1 800 €.

Valor médio mensal das remunerações declaradas pelas entidades empregadoras pelo trabalho dependente (2025)



Fonte: valor médio mensal das remunerações declaradas pelas entidades empregadoras pelo trabalho dependente - Randstad research

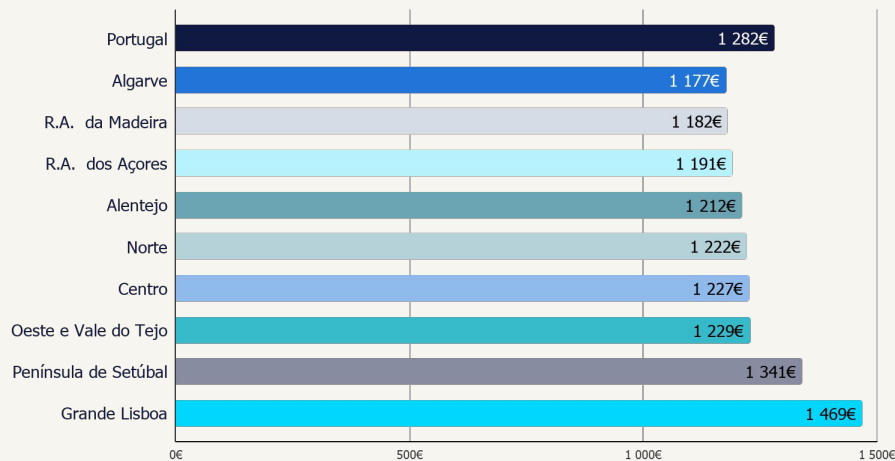
Os dados das remunerações declaradas ao IEFP mostram um mapa de desigualdade económica onde o "prémio salarial" está ligado à natureza do setor de atividade, existindo um fosso remuneratório de 525 € mensais entre quem trabalha na capital e quem trabalha no Baixo Alentejo.

A liderança de Lisboa e Setúbal reflete a concentração de centros de decisão, serviços financeiros e indústrias tecnológicas de alto valor acrescentado. O facto de o Porto ocupar a terceira posição confirma a força do cluster industrial do Norte, mas ainda assim com uma diferença de mais de 230 € face à capital.

O cenário mais preocupante revela-se no interior e no Alentejo (Beja e Portalegre). Estes distritos não só têm as remunerações mais baixas, como apresentam uma estrutura salarial que parece imune à dinâmica de crescimento dos grandes centros. Esta diferença de mais de 500 € entre Lisboa e Beja é um motor primário para a fuga de talentos e para a desertificação do interior: um profissional qualificado tem um incentivo financeiro para se deslocar 200 km para o litoral.

quanto se ganha realmente em Portugal? Lisboa é a única região que consegue romper significativamente a barreira dos 1.400 € líquidos. A diferença para o Algarve é de 292 € mensais. Um profissional em Lisboa recebe, em termos líquidos, o equivalente a quase mais 3 meses de salário por ano do que um trabalhador no Algarve.

Rendimento médio mensal líquido da população empregada por conta de outrem (2025)



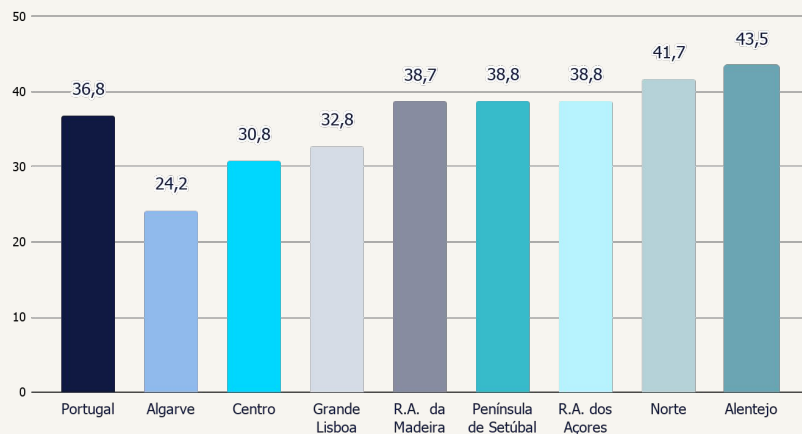
Fonte: Rendimento médio mensal líquido (Série 2021 - €) da população empregada por conta de outrem por Local de residência (NUTS - 2024) e Profissão (Grande grupo - CPP); Anual - INE, Inquérito ao emprego (Série - 2021) - Randstad research

Lisboa é o principal polo de valorização salarial, sendo a única região a ultrapassar os 1.400 € mensais. Esta liderança é impulsionada pela concentração de cargos de topo, como dirigentes, diretores e especialistas intelectuais, cujas remunerações são significativamente superiores na capital devido à presença de sedes corporativas. Em contraste, o Algarve (1.177 €) e as Regiões Autónomas apresentam os rendimentos mais baixos do país, refletindo economias baseadas em serviços e turismo, onde a ausência de centros de decisão limita o teto salarial regional.

O mercado de trabalho português revela uma dualidade crítica: enquanto o "prémio salarial" pela alta qualificação e liderança está geograficamente confinado às áreas metropolitanas, a base da pirâmide profissional encontra-se nivelada em todo o território (trabalhadores não qualificados e pessoal administrativo). Este cenário cria um forte incentivo à migração interna de quadros qualificados para Lisboa.

onde é mais difícil encontrar um novo emprego em Portugal? A reintegração é crítica no Norte e Setúbal, onde o alto desemprego se cruza com a longa duração, mas é no Alentejo que reside a maior rigidez. Em contraste, o Algarve lidera a agilidade de recolocação, com apenas 24,2% de desemprego de longa duração.

Proporção de população desempregada de longa duração (2025)



Fonte: Proporção de população desempregada de longa duração (Série 2021 - %) por Local de residência (NUTS - 2024); Anual - INE, Inquérito ao emprego (Série - 2021) - Randstad research

O mercado de trabalho português mantém velocidades de absorção distintas entre as regiões. Enquanto **Setúbal tem a maior taxa de desemprego (8%)**, o **Norte e o Alentejo enfrentam um desafio estrutural mais profundo**. O Norte, combina uma taxa de desemprego acima da média e 41,7% de longa duração o que sugere um desequilíbrio entre as competências dos profissionais e as necessidades das empresas. Já no Alentejo, a baixa rotatividade (43,5% de longa duração) indica que, embora menos pessoas percam o emprego, quem o perde enfrenta uma barreira de recolocação.

Em sentido oposto, o **Algarve e o Centro destacam-se como os mercados mais dinâmicos**. O Algarve apresenta a menor proporção de longa duração do país, o que, aliado a uma taxa de desemprego de 5,6%, demonstra uma elevada capacidade de absorção de talento (mesmo que sazonal). O **Centro consolida-se como o mercado mais equilibrado**, apresentando uma das taxas de desemprego mais baixas (5%) e uma incidência de longa duração (30,8%) abaixo da média nacional de 36,8%, sinalizando um mercado de trabalho mais saudável e eficiente.

sobre a Randstad

A Randstad é a maior empresa de talento do mundo e um parceiro de eleição para os clientes. Estamos empenhados em proporcionar oportunidades equitativas a pessoas de todas as origens e ajudá-las a encontrar o seu lugar no mundo do trabalho de forma rápida e ágil.

a Randstad Research

É o centro de análise e estudos sobre o mercado de trabalho e recursos humanos da Randstad Portugal, e tem por objetivo analisar o emprego na economia portuguesa e o seu impacto nas empresas.

randstad
research.

partner for talent.