

Emprego recua em janeiro pela primeira vez desde 2021, quebrando tendência positiva seguida nos inícios dos anos anteriores

análise dos dados mensais estimados do inquérito ao emprego do INE e dados registados do serviço público de emprego nacional (IEFP) e da segurança social.

janeiro de 2026

Em janeiro, o emprego teve uma queda de 14.400 pessoas, sendo o número total de empregados 5.301.300. Face ao ano anterior, aumentou em 135.300 pessoas. A taxa de emprego foi de 65,8%.

A população ativa teve uma queda de 13.400 pessoas (5.616.300 ativos) e o desemprego um aumento de 900 pessoas (315.000 desempregados).

A taxa de desemprego manteve-se nos 5,6%

Por sua vez, os dados publicados pelo IEFP registaram um total de 310.708 pessoas desempregadas, o que representa 69,1% do total de 449.423 pedidos de emprego.

Análise da Randstad Research: janeiro reforça sazonalidade negativa nos serviços – desemprego registado sobe impulsionado pelo setor terciário.

Emprego recua em janeiro pela primeira vez desde 2021, quebrando tendência positiva seguida nos inícios dos anos anteriores

Os resultados das estimativas provisórias mensais do INE (IE) em janeiro de 2026, caracterizaram-se por uma queda no emprego de 14.400 pessoas face a dezembro, o que se traduz numa variação mensal de -0,3%. Desta forma, o número de **empregados** continua a ultrapassar os 5,3 milhões, com **5.301.300** profissionais empregados, mas deixa para trás os valores recorde. A taxa de emprego manteve-se estável face a dezembro e aumentou 0,7 p.p. face ao ano anterior, situando-se nos 65,8%. Por sua vez, a população ativa também teve uma queda de 13.400 pessoas (variação mensal de -0,2%). Isto deveu-se ao facto da queda da população empregada superar, em termos absolutos, o ligeiro aumento da população desempregada, que foi de 900 pessoas (0,3% face a dezembro). A **taxa de desemprego** manteve-se estável face a dezembro e teve uma queda 0,7 p.p. face a janeiro de 2025, situando-se nos **5,6%**.

Em termos homólogos, o número de pessoas empregadas teve um aumento de 135.300 profissionais (2,6%). A população ativa também aumentou em 101.000 pessoas (1,8%) e continua a superar os 5,6 milhões de **pessoas ativas** (**5.616.300** pessoas). Tal deveu-se ao facto do aumento da população empregada ser superior à queda da população desempregada. A queda homóloga do desemprego foi de 34.300 pessoas (-9,8%). Em janeiro, o número total de **desempregados** foi de **315.000** pessoas.

O ligeiro aumento mensal do desemprego em janeiro foi apenas observado nos homens e adultos (25 a 74 anos)

Em janeiro, 900 homens (0,6%) passaram a estar em situação de desemprego. Por faixa etária, houve uma ligeira queda no desemprego no grupo dos jovens (dos 16 aos 24 anos) com menos 100 pessoas desempregadas (-0,1%) e no grupo dos adultos (25 aos 74 anos) 1.100 pessoas passaram a estar em situação de desemprego (0,4%), quando comparado com o mês anterior. Se a análise for feita em comparação com o ano anterior, a situação foi diferente e o desemprego diminuiu em todos grupos populacionais: nas mulheres em 6.400 pessoas (-3,6%), nos homens em 28.000 pessoas (-16,5%), nos adultos em 25.100 pessoas (-9,3%) e nos jovens em 9.300 pessoas (-11,8%).

Para complementar esta análise, foram usados os **dados estatísticos de registos** divulgados pelos Centros de Emprego Nacionais (IEFP) e pela Segurança Social. Desta forma, pode ter-se uma visão completa do que aconteceu no mercado de trabalho português.

Em janeiro, houve um aumento tanto dos pedidos de emprego (11.560) quanto do desemprego registado (11.285), em relação ao mês anterior

O comportamento **mensal** das variáveis IEPF seguiu a mesma tendência das do INE e foi de aumento tanto para os pedidos de emprego (2,6%) quanto para o número dos desempregados registados (3,8%) algo normal num mês de janeiro, em comparação com o mês anterior. Em relação ao género, o desemprego registado aumentou tanto para os homens (4.649 pessoas; +3,5%) quanto para as mulheres (6.636 pessoas; +4%). Por sua vez, o comportamento **homólogo** foi de queda, tanto nos pedidos de emprego (-36.579 pedidos; -7,5%) como no número de pessoas desempregadas (-38.630 pessoas; -11,1%). Assim, os Serviços de Emprego constataram um total de 310.708 **desempregados registados** em janeiro, o que representa 69,1% do total de 449.423 pedidos de emprego.

Comparativamente ao mês anterior, o desemprego aumentou em todas as regiões, principalmente em Lisboa (4.051 pessoas; +4,2%), seguido do Norte (2.497 pessoas; +2,2%) e do Centro (2.023 pessoas; +4,9%). O resto de regiões também tiveram aumentos; no Algarve o aumento foi de 1.477 pessoas (+6,6%), no Alentejo de 979 pessoas (+5,9%) e de forma mais leve nas Regiões Autónomas (em 235 pessoas na Madeira e em 23 pessoas nos Açores). Em termos homólogos a tendência foi diferente, tendo sido registado um decréscimo do desemprego em **todas as regiões**, sendo mais intenso no Norte (-

16.281 pessoas; -12,4%), em Lisboa (-13.991 pessoas; -12,2%) e no Centro (-3.505 pessoas; -7,5%). O Norte continua a ser a região do país com maior número de desempregados registados, com 115.428 pessoas nesta condição (37,1% do total do desemprego em Portugal), seguido de Lisboa com 100.730 pessoas (32,4% do total).

No mês de janeiro, foram registadas 11.451 ofertas de emprego por preencher e realizadas 6.883 colocações em todo o país

Foram registadas 11.451 ofertas de emprego por preencher, o que se traduz numa queda mensal de 21 ofertas (-0,2%) e num aumento homólogo de 388 ofertas (+3,5%). Ao longo do mês, foram recebidas 11.753 novas ofertas de emprego, principalmente do setor dos serviços (8.125 ofertas). Por sua vez, foram realizadas 6.883 colocações pelo serviço público de emprego nacional.

A remuneração média por trabalho dependente declarada pelas entidades empregadoras à Segurança Social, em dezembro, foi de 1.776,31€

As remunerações por trabalho dependente apresentaram, em dezembro, um valor médio de 1.776,31€ o que implica uma queda mensal de 18,7% (face a novembro) que se deveu ao pagamento do subsídio de Natal no mês anterior. Em comparação com dezembro de 2025, houve um aumento de 4,3%. Por regiões, o valor mais elevado da remuneração declarada é apresentado por Lisboa (1.971,79€), seguido do Porto (1.837,25€). Já as regiões com menor valor das remunerações declaradas foram Beja (1.387,27€) e Portalegre (1.430,77€). No caso de Beja, a diferença da remuneração média comparativamente a Lisboa foi de 584,51€, uma diferença 9,3% inferior à apresentada no mesmo mês do ano passado.

Análise da Randstad Research: janeiro reforça sazonalidade negativa nos serviços – desemprego registado sobe impulsionado pelo setor terciário

O desemprego registado no IEPF apresentou um desempenho negativo em janeiro de 2026, confirmando a habitual e acentuada tendência sazonal do início do ano. Esta subida é explicada pela natural desaceleração da atividade económica após o pico de consumo do final do ano, marcada pelo término de contratos temporários e pela interrupção de projetos após o período festivo. Desta forma, o número de desempregados no **continente** fixou-se em 275.332 pessoas, um valor que representa um aumento mensal de 9.875 inscritos (3,7%).

A **análise setorial** revela que o impacto negativo se concentrou, como é comum nesta época, nos serviços. Este setor foi responsável por 9.351 dos novos desempregados (95% do total), evidenciando uma forte dependência do mercado de trabalho relativa ao setor terciário. As subidas mais expressivas ocorreram nas "atividades imobiliárias, administrativas e dos serviços de apoio" (+3.338 pessoas), no "comércio por grosso e a retalho" (+1.889 pessoas) e no "alojamento e restauração" (+1.889 pessoas). Este cenário reflete a vulnerabilidade destes segmentos perante a retração da procura pós-Natal e o ajuste das equipas por parte das empresas para fazer face ao abrandamento do consumo.

Em contrapartida, a **análise homóloga** traz uma perspetiva positiva, demonstrando que o mercado de trabalho português está hoje numa situação muito mais robusta e resiliente do que há um ano. Registou-se uma queda expressiva de 30.013 desempregados (-9,8%) face a janeiro de 2025. Mesmo com a sazonalidade negativa sentida em janeiro, a tendência de longo prazo é positiva, com descidas homólogas em setores com grande peso para a economia portuguesa como o "alojamento e restauração" (-10,3%), o "comércio" (-7,3%), a "construção" (-7,7%) e as "indústrias do vestuário" (-16,2%). Estes dados indicam que a economia apresenta agora uma maior estabilidade, capacidade de retenção de talento e um dinamismo superior ao registado no período homólogo anterior.

Gráfico 1. Evolução da taxa de desemprego

abr 2021 – jan 2026

fonte: elaboração própria com dados do INE

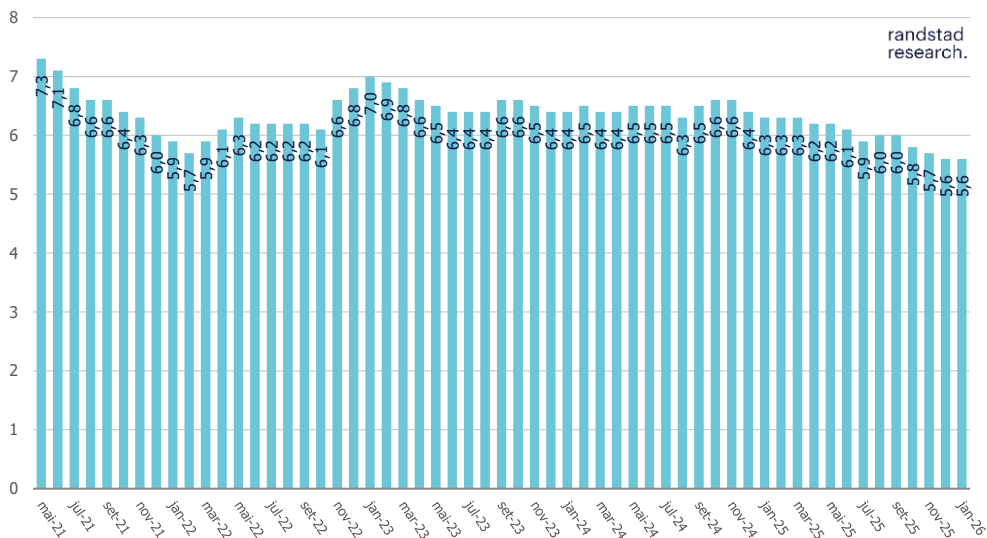


Gráfico 2. Variação mensal absoluta da população empregada

mai 2020 – jan 2026

fonte: elaboração própria com dados do INE

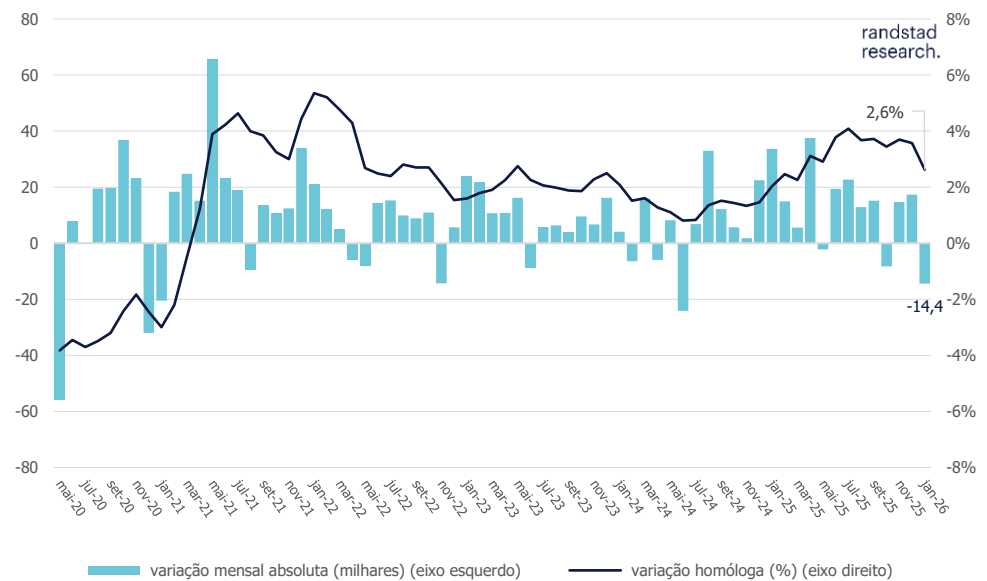


Tabela 1. Dados registados do IIEFP

janeiro de 2026

(nº de pedidos, pessoas, ofertas e colocações)

fonte: elaboração própria com dados do IIEFP

randstad research.	jan-26	variação mensal		variação homóloga	
		absoluta	%	absoluta	%
pedidos de emprego	449.423	11.560	2,6	-36.579	-7,5
desemprego registado	310.708	11.285	3,8	-38.630	-11,1
ofertas de emprego	11.451	-21	-0,2	388	3,5
colocações	6.883	2.253	48,7	-887	-11,4

Gráfico 3. Variação mensal absoluta do desemprego registado

(nº de pessoas)
meses de janeiro desde 2004

fonte: elaboração própria com dados do IEFP

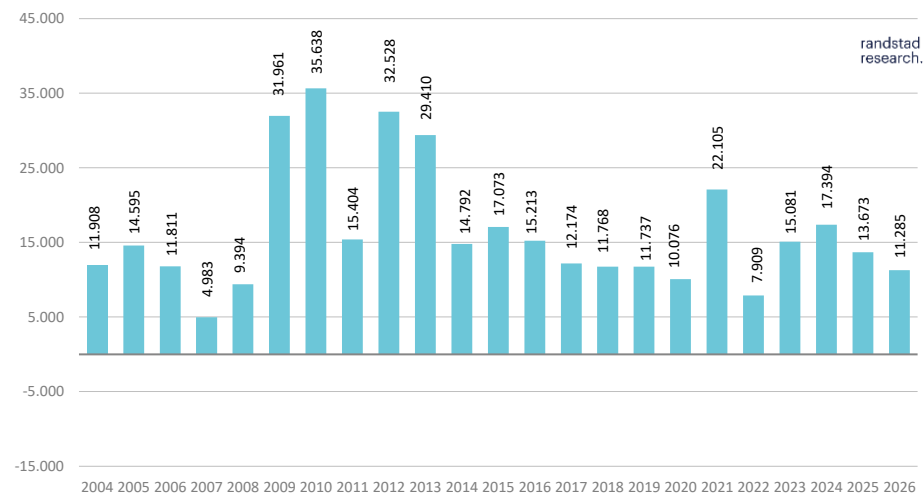


Gráfico 4. Valor médio mensal das remunerações declaradas

até dezembro de 2025

fonte: elaboração própria com dados do Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social

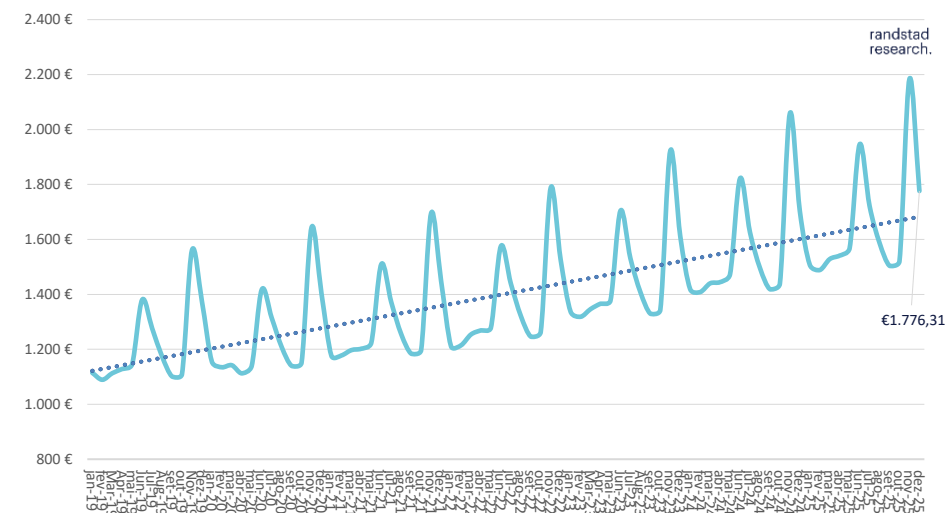
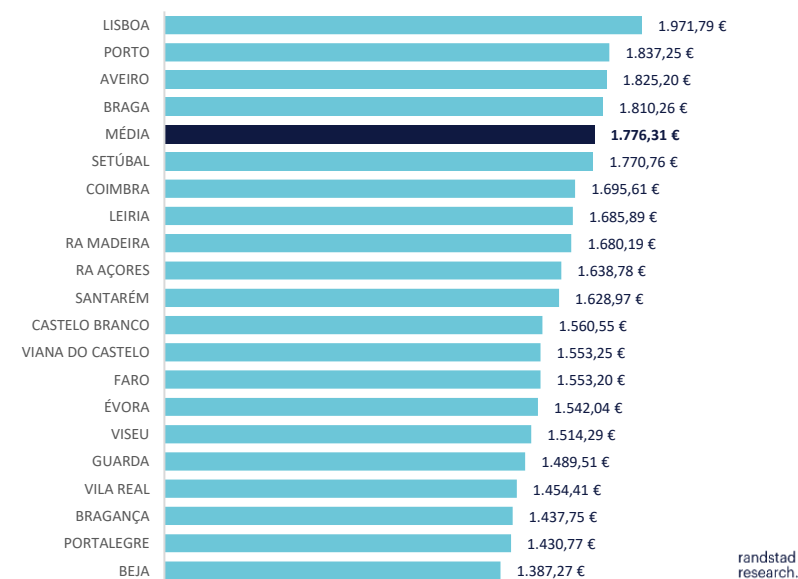


Gráfico 5. Valor médio mensal das remunerações por região

dezembro de 2025

fonte: elaboração própria com dados do Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social



Informação de contacto da Randstad Portugal

Departamento de Marketing e Comunicação:	Isabel Roseiro	iroseiro@randstad.pt
Randstad Research	Juliana Fragoso	juliana.fragoso@randstad.pt

Sobre a Randstad Research Portugal

A Randstad Research Portugal é o centro de estudos e análises do Grupo Randstad em Portugal, que nasceu com a clara missão de enquadrar o estudo do emprego na economia e o seu impacto nas empresas.

Este serviço de estudos de livre acesso serve para colocar à disposição de toda a sociedade informações objetivas e confiáveis sobre o mercado de trabalho e os recursos humanos. A Randstad Research combina o conhecimento da realidade laboral, tanto portuguesa como internacional, com rigor científico e metodologias comprovadas. Mais informações em: <https://www.randstad.pt/randstad-research/>