



Cristina Rodrigues  
Deputada à Assembleia da  
República

Projecto de Lei n.º 972/XIV/3.<sup>a</sup>

Altera o Código do Trabalho, estabelecendo as 35 horas semanais como limite  
máximo do período normal de trabalho

Exposição de motivos

Em Portugal, nos termos do artigo 203.º do Código do Trabalho, o período normal de trabalho não pode exceder 8 horas por dia e 40 horas por semana.

Ao nível da União Europeia, a generalidade dos países estabelece como período máximo semanal de trabalho as 40 horas, com excepção da Bélgica com 38 horas e da França com 35 horas.<sup>1</sup>

No entanto, na prática, aquilo que se verifica é que o número de horas efectivamente trabalhadas é muito maior em Portugal do que na maioria dos países da União Europeia.

A título de exemplo, de acordo com o Relatório “Working time in 2017–2018”, do Eurofound,<sup>2</sup> Portugal está entre os países com maior número de horas efectivamente trabalhadas, tendo-se registado uma média de 40,8 horas em 2018, enquanto que a média da União Europeia se situava nas 40,2 horas.

Igualmente, segundo dados do Eurostat de 2019,<sup>3</sup> Portugal está no topo dos países da União Europeia onde se registam mais horas de trabalho semanais. Em 2018, a semana habitual de trabalho em Portugal foi de 39,5 horas, muito acima da média da União Europeia que se situava nas 37,1 horas e da dos países da zona Euro que se situava nas 36,5 horas.

---

<sup>1</sup> Cfr Working time in 2017–2018, publicado em 2019 pelo Eurofound, que pode ser consultado em <https://www.eurofound.europa.eu/publications/report/2019/working-time-in-2017-2018>

<sup>2</sup> <https://www.eurofound.europa.eu/publications/report/2019/working-time-in-2017-2018>

<sup>3</sup> <https://jornaleconomico.sapo.pt/noticias/portugal-no-topo-da-europa-em-horas-de-trabalho-510643#lg=1&slide=0>



Cristina Rodrigues  
Deputada à Assembleia da  
República

Ainda, importa ter em conta que, no que diz respeito ao número médio de horas de trabalho semanais na União Europeia, Portugal registou um aumento de 1,5 horas no período compreendido entre 2002 e 2014, passando de 40,2 para 41,7 horas, como revela o Relatório “Working time developments in the 21st century: Work duration and its regulation in the EU”, do Eurofound<sup>4</sup>.

Assim, ainda que o limite máximo do período normal de trabalho seja idêntico ao dos restantes países europeus, os dados demonstram que os portugueses trabalham mais horas, o que é consequência, nomeadamente, do trabalho suplementar e dos mecanismos de desregulamentação do horário de trabalho previstos na legislação laboral.

Apesar dos portugueses serem dos que mais horas trabalham, são, no entanto, dos que menos recebem, sendo o salário mínimo nacional em Portugal inferior ao da generalidade dos países da Europa. Veja-se o caso da Espanha com € 1.108; da Eslovénia com € 1.110; da França com € 1.555; da Alemanha com € 1.610; da Bélgica com € 1.626; da Holanda com € 1.685; da Irlanda com € 1.724; do Reino Unido com € 1.903 e o do Luxemburgo com € 2.202, conforme resulta do Relatório “Minimum wages in 2021: Annual review”, do Eurofound<sup>5</sup>.

Para além disto, apesar dos portugueses trabalharem mais horas do que na generalidade dos países da Europa, tal não conduz necessariamente a uma maior produtividade, como demonstram os estudos já realizados.

Eva Pereira e Guida Nogueira, no estudo “Produtividade do trabalho em Portugal - Análise comparada ao nível da empresa”<sup>6</sup>, destacam que “Durante o período recente de recuperação económica, que se verificou depois da crise de 2008, Portugal continuou a apresentar níveis de crescimento da produtividade do trabalho comparativamente inferiores à generalidade dos países da União Europeia (UE). Como resultado, em 2017, a produtividade do trabalho em

---

<sup>4</sup> [https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef\\_publication/field\\_ef\\_document/ef1573en.pdf](https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_publication/field_ef_document/ef1573en.pdf)

<sup>5</sup> [https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef\\_publication/field\\_ef\\_document/ef21015en.pdf](https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_publication/field_ef_document/ef21015en.pdf)

<sup>6</sup> <https://conselho.produtividade.files.wordpress.com/2020/12/numero-11-produtividade-do-trabalho-em-portugal-analise-comparada-ao-nivel-da-empresa.pdf>



Cristina Rodrigues  
Deputada à Assembleia da  
República

Portugal correspondia a 76,6% da média da UE e 71,9% da Área Euro (a 4.º mais baixa deste grupo)".

De acordo com dados da Pordata, Portugal é o 8.º país da União Europeia com menor produtividade por hora de trabalho.<sup>7</sup>

Ou seja, fazendo a ligação entre os níveis de produtividade e o número de horas trabalhadas, nomeadamente os dados do Eurostat acima mencionados que revelam que Portugal tem uma carga horária (39,5 horas por semana) acima da média da UE (37,1), conclui-se que os países da União Europeia que têm maiores índices de produtividade são os que têm cargas horárias menos pesadas, o que demonstra que não se consegue maior produtividade com mais horas de trabalho.

Pelo contrário, é fundamental garantir que o trabalhador goza do seu direito ao repouso e lazer, direito constitucionalmente protegido e previsto igualmente no Código do Trabalho, para recuperação do seu desgaste físico e psicológico, bem como para usufruir de actividades extralaborais, com família ou amigos. Por isso, garantir a existência destes períodos é essencial para aumentar o nível de satisfação dos trabalhadores, permitindo que estes sejam mais produtivos e exerçam a sua actividade com maior segurança.

Neste sentido, consideramos fundamental reduzir o horário de trabalho no sector privado para o limite máximo das 35 horas semanais, à semelhança do que já foi feito para o sector público.

A Lei Geral do Trabalho em Funções Públicas, aprovada pela Lei n.º 35/2014, de 20 de Junho, prevê no seu artigo 105.º que o período normal de trabalho é de 7 horas por dia e 35 horas por semana, enquanto que no sector privado o limite máximo são 8 horas por dia e 40 horas por semana.

Em consequência, se compararmos os diferentes períodos normais de trabalho existentes em Portugal com o que se passa nos restantes países europeus, verificamos que, de acordo com dados do Eurofound, Portugal é o que surge com maior diferença na comparação do horário

---

<sup>7</sup> <https://www.pordata.pt/Retratos/2020/Retrato+de+Portugal+na+Europa-87>



Cristina Rodrigues  
Deputada à Assembleia da  
República

normal do público e do privado, com 35 horas semanais no público e 39,4 horas no privado, não contabilizando estes dados o trabalho suplementar.<sup>8</sup>

Face ao exposto, por considerarmos que não se justifica esta diferenciação entre o sector público e privado e por entendermos que é fundamental reforçar os períodos de descanso e lazer dos trabalhadores, propomos uma alteração ao Código do Trabalho, estabelecendo as 7 horas diárias e as 35 horas semanais de trabalho como limite máximo do período normal de trabalho.

Assim, nos termos constitucionais e regimentais aplicáveis, a Deputada não inscrita Cristina Rodrigues apresenta o seguinte projecto de lei:

Artigo 1.º

Objecto

A presente Lei procede à alteração do Código do Trabalho, aprovado pela Lei n.º 7/2009, de 12 de Fevereiro, na sua redacção actual, estabelecendo as 35 horas semanais de trabalho como limite máximo do período normal de trabalho.

Artigo 2.º

Alteração ao Código do Trabalho

São alterados os artigos 73.º, 203.º, 210.º, 211.º e 224.º do Código do Trabalho, aprovado pela Lei n.º 7/2009, de 12 de Fevereiro, alterado pelas Leis n.ºs 105/2009, de 14 de Setembro, 53/2011, de 14 de Outubro, 23/2012, de 25 de Junho, 47/2012, de 29 de Agosto, 69/2013, de 30 de Agosto, 27/2014, de 8 de Maio, 55/2014, de 25 de Agosto, 28/2015, de 14 de Abril, 120/2015, de 1 de Setembro, 8/2016, de 1 de Abril, 28/2016, de 23 de Agosto, 73/2017, de 16

---

<sup>8</sup> Cfr. Working time in 2017–2018, publicado em 2019 pelo Eurofound, que pode ser consultado em <https://www.eurofound.europa.eu/publications/report/2019/working-time-in-2017-2018>



Cristina Rodrigues  
Deputada à Assembleia da  
República

de Agosto, 14/2018, de 19 de Março, 90/2019, de 4 de Setembro, 93/2019, de 4 de Setembro e 18/2021, de 8 de Abril, os quais passam a ter a seguinte redacção:

“Artigo 73.º

[...]

1 - O período normal de trabalho de menor não pode ser superior a sete horas em cada dia e a trinta e cinco horas em cada semana.

2 – [...].

3 - No caso de trabalhos leves efectuados por menor com idade inferior a 16 anos, o período normal de trabalho não pode ser superior a seis horas em cada dia e trinta horas em cada semana.

4 – [...].

Artigo 203.º

[...]

1 - O período normal de trabalho não pode exceder as sete horas por dia e as trinta e cinco horas por semana.

2 – [...].

3 – [...].

4 – [...].

5 – [...].

Artigo 210.º

[...]

1 – [...]:



Cristina Rodrigues  
Deputada à Assembleia da  
República

a) [...];

b) [...].

2 – Sempre que a entidade referida na alínea a) do número anterior prossiga actividade industrial, o período normal de trabalho não deve ultrapassar trinta e cinco horas por semana, na média do período de referência aplicável.

Artigo 211.º

[...]

1 - Sem prejuízo do disposto nos artigos 203.º a 210.º, a duração média do trabalho semanal, incluindo trabalho suplementar, não pode ser superior a quarenta e duas horas, num período de referência estabelecido em instrumento de regulamentação colectiva de trabalho que não ultrapasse 12 meses ou, na falta deste, num período de referência de quatro meses, ou de seis meses nos casos previstos no n.º 2 do artigo 207.º

2 – [...].

3 – [...].

4 – [...].

Artigo 224.º

[...]

1 – [...].

2 - O período normal de trabalho diário de trabalhador nocturno, quando vigora regime de adaptabilidade, não deve ser superior a sete horas diárias, em média semanal, sem prejuízo do disposto em instrumento de regulamentação colectiva de trabalho.

3 – [...].



Cristina Rodrigues  
Deputada à Assembleia da  
República

4 - O trabalhador nocturno não deve prestar mais de sete horas de trabalho num período de vinte e quatro horas em que efectua trabalho nocturno, em qualquer das seguintes actividades, que implicam riscos especiais ou tensão física ou mental significativa:

- a) [...];
  - b) [...];
  - c) [...];
  - d) [...];
  - e) [...];
  - f) [...];
  - g) [...].
- 5 – [...].
- 6 – [...]:
- a) [...];
  - b) [...].
- 7 – [...].”

Artigo 3.º

Garantia de direitos

Da redução do tempo de trabalho prevista neste diploma não pode resultar a redução do nível remuneratório ou qualquer alteração desfavorável das condições de trabalho.

Artigo 4.º

Entrada em vigor

Cristina Rodrigues – Deputada Não Inscrita  
Assembleia da República – Palácio de São Bento, 1249-068 Lisboa  
Telefone: 21 391 90 00  
Contacto de email: [gabinetecr@ar.parlamento.pt](mailto:gabinetecr@ar.parlamento.pt)



Cristina Rodrigues  
Deputada à Assembleia da  
República

- 1 - A presente lei entra em vigor no prazo de 60 dias a contar da sua aprovação.
- 2 - As entidades empregadoras dispõem do período transitório de seis meses para criarem as condições necessárias para garantir o cumprimento do disposto no presente diploma.

Palácio de São Bento, 3 de Outubro de 2021

A Deputada,

Cristina Rodrigues

Cristina Rodrigues – Deputada Não Inscrita  
Assembleia da República – Palácio de São Bento, 1249-068 Lisboa  
Telefone: 21 391 90 00  
Contacto de email: [gabinetecr@ar.parlamento.pt](mailto:gabinetecr@ar.parlamento.pt)