

Dia Internacional da Mulher

Perfil da Mulher em Portugal: representatividade, conquistas e assimetrias

São mais de 5,6 milhões e representam a maioria da população residente em Portugal. Nos últimos anos, as mulheres portuguesas reforçaram a liderança nas qualificações superiores e o espaço que ocupam em lugares de topo, mas persistem desigualdades nas condições de vida e no mercado de trabalho. **Portugal já supera metas internacionais de representação feminina em cargos de liderança empresarial e apresenta níveis de participação política acima da média europeia**, no entanto **subsistem assimetrias no emprego e nos salários**. No âmbito do Dia Internacional da Mulher, que se assinala a 8 de março, a [Pordata](#), base de dados estatísticos da **Fundação Francisco Manuel dos Santos**, reúne dados sobre a representatividade das mulheres na população, na educação e no emprego e sobre condições de vida, assentes na estrutura familiar, maternidade, saúde, rendimentos e no risco de pobreza.

Representatividade das mulheres

- **Maioria demográfica:** em Portugal, residem 5.609.359 mulheres, o equivalente a 52,2% da população total. Os dados mais recentes do INE, de janeiro de 2024, mostram que a partir do grupo etário dos 35-39 anos, as mulheres estão sempre em maioria, de forma crescente, atingindo 82% na população com 100 anos ou mais.
- **População estrangeira:** a percentagem de mulheres entre cidadãos estrangeiros é 5 pontos percentuais inferior à observada na população de nacionalidade portuguesa, padrão que replica o observado na União Europeia (dados de 2023). O grupo etário que mais contribui para esta diferença é o dos 25-34 anos, com um rácio de 4 mulheres para 6 homens na população estrangeira.
- **Educação:** foi nesta área que se registou o mais assinalável crescimento da representatividade das mulheres, em Portugal. Em 1960, eram pouco mais de 3% as raparigas de 15 e 16 anos inscritas no ensino secundário, o equivalente a 37% do total de alunos neste nível de ensino. Entre 1972 e 1977, deu-se o maior salto na escolarização feminina, atingindo a paridade no secundário. Até 2007, antes do alargamento da escolaridade obrigatória até aos 18 anos, a frequência do ensino secundário pelas raparigas tornou-se praticamente universal, algo que não aconteceu com os rapazes.
- **Ensino Superior:** as mulheres representam 58% dos diplomados. São mais de três quartos dos diplomados nas áreas da Educação, Saúde e Proteção Social, mais de 70% em Ciências Sociais, Jornalismo e Informação e quase 60% nas áreas de Ciências Naturais, Matemática e Estatística. Em sentido inverso, nas áreas de Engenharia, Indústrias Transformadoras e Construção e na área das Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC), as mulheres continuam em minoria (32% e 20%, respetivamente).

- **Emprego:** as mulheres estão em minoria no mercado de trabalho, em todos os grupos etários dos 25 aos 64 anos, com diferenças acima dos 5 pontos percentuais a partir dos 35 anos. Entre os trabalhadores menos escolarizados (com ensino básico), a diferença entre homens e mulheres chega a superar os 15 pontos percentuais, enquanto entre os trabalhadores mais escolarizados a diferença é sempre inferior a 4 pontos.
- **Regime de trabalho:** a percentagem de mulheres a trabalhar a tempo inteiro (90% no grupo etário de 25 anos ou mais) é 18 pontos percentuais acima da média da União Europeia (72%), ainda assim, inferior à dos homens (95%).
- **Ramo de atividade:** Mais de metade dos 2,5 milhões de mulheres no mercado de trabalho concentram-se em quatro grandes ramos de atividade: Saúde e Apoio Social, Educação, Comércio e Indústrias Transformadoras. Cada vez mais, em Portugal, as mulheres têm vindo a escolher profissões em que estavam pouco representadas: nas polícias, passaram de 6%, em 2008, para 10%, em 2023 (aquém dos 25% da média da União Europeia) e na magistratura judicial, passaram de 39%, em 2000, para 67%, em 2024.
- **Liderança empresarial:** Portugal tem superado, desde 2022, as metas fixadas nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU, em termos de representação feminina em estruturas de topo das empresas. Os dados mais recentes (2024) mostram que, nas empresas cotadas em bolsa, 34,8% dos cargos de direção (executivos e não executivos) são ocupados por mulheres, face à meta de 33% dos ODS e que 44,2% dos cargos de direção não executivos são ocupados por mulheres, face à meta de 40% dos ODS.
- **Lideranças políticas:** em 2025, em Portugal, havia 38,8% de mulheres nos órgãos de Governo e 36,5% no Parlamento, valores acima da média europeia (31,9% e 33,6%, respetivamente).

Condições de Vida: Estrutura Familiar, Maternidade, Saúde, Rendimentos e Pobreza

- **Estrutura familiar:** Mais de 2 milhões de mulheres adultas vivem em agregados familiares sem composição padronizada, isto é, com filhos maiores de idade, ascendentes ou pessoas sem laços familiares (45%). Cerca de 1,2 milhões vivem em casal, sem outros membros no agregado familiar (24%). 690 mil mulheres adultas vivem sozinhas (15%) e 685 mil vivem em casal, com crianças ou jovens menores de idade (14%). 114 mil mulheres vivem com filhos menores (2%).
- **Maternidade:** Em 2024, 83.772 mulheres deram à luz, em Portugal, e destas, 1.190 tiveram gémeos. Quase um terço tinha mais de 34 anos e apenas 12% tinham menos de 25 anos.

- **Idade e nacionalidade das mães:** Em 2024, as mulheres que foram mães tinham, em média, 31,7 anos, abaixo do máximo registado em 2020 (32,2 anos). Após uma tendência de aumento da idade das mães, que atingiu mais de 5 anos de diferença entre 1990 e 2020, os anos mais recentes têm revelado alguma reversão nessa tendência. É também a partir de 2020 que se regista o maior crescimento na proporção de bebés nascidos de mães estrangeiras, passando de 13%, em 2020, para 26%, em 2024.
- **Taxa de fecundidade:** Em 2024, em cada 1000 mulheres com 30 a 34 anos, 94 foram mães. Foi o grupo etário com maior taxa de fecundidade, realidade que se tem mantido desde 2004, ano em que destronou pela primeira vez o grupo etário dos 25 aos 29 anos. No entanto, na última década, o maior aumento da taxa de fecundidade registou-se no grupo etário dos 35 aos 39 anos, passando de 46 em cada 1000, em 2014, para 64 em cada 1000, em 2024.
- **Esperança média de vida:** em Portugal, tal como na União Europeia, as mulheres têm uma maior esperança média de vida à nascença do que os homens. Essa esperança média de vida tem vindo a aumentar para ambos, ao longo dos anos, e, em 2024, era de 85,4 anos para as mulheres e de 79,8 anos para os homens. Estes valores são superiores aos da UE27: 84,4 anos para as mulheres e 79,2 para os homens. Desde 2015 que se observa uma tendência de aproximação, decorrente de um crescimento mais rápido da esperança média de vida masculina (aumentou 62 dias, em média, por ano) face à feminina (aumentou 35 dias, em média, por ano).
- **Anos de vida saudável:** a expectativa para as mulheres nascidas em Portugal, em 2024, é de que apenas 58,3 dos 84,4 anos de esperança média de vida sejam vividos sem problemas de saúde. São menos 2,7 anos do que o previsto para os homens. Em sentido inverso, a média da União Europeia indica que as mulheres podem esperar viver mais anos de vida saudável do que os homens (63,3 anos e 62,8 anos, respetivamente).
- **Disparidade salarial:** em 2024, os salários das mulheres a trabalhar nos setores da Indústria, Construção e Serviços (exceto Administração Pública e Defesa) eram 7% inferiores aos dos homens, a segunda mais baixa disparidade salarial desde 2006. A disparidade máxima (16%) foi atingida em 2015 e a mínima (6,3%) em 2022. Desde 2018 que esta disparidade tem tido sempre menos de dois dígitos.
- **Risco de pobreza e exclusão social:** há uma maior percentagem de mulheres em situação de risco de pobreza ou exclusão social, em qualquer grupo etário, com uma diferença em relação aos homens que atinge os 7 pontos percentuais na população com 75 ou mais anos (29,3% nas mulheres face a 22,3% nos homens).

No anexo abaixo, todas as tabelas e gráficos com os dados aqui destacados.

Para mais informações e contactos de media:

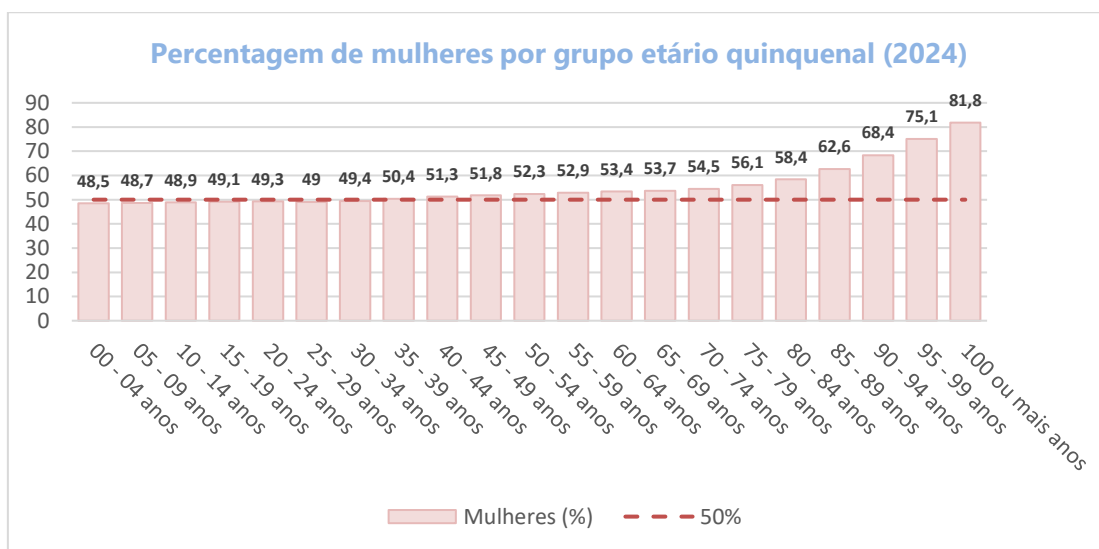
Manuel Louro | manuel.louro@kreab.com | 91 888 11 24

Anexo: Tabelas e Gráficos dos dados acima mencionados

Mulheres em Portugal por grupo etário (2024)

Grupo etário	Mulheres	Total	Mulheres (%)
< 15 anos	662.180	1.359.489	48,7%
15 - 64 anos	3.462.045	6.774.802	51,1%
65 - 84 anos	1.231.747	2.226.788	55,3%
≥ 85 anos	253.387	388.556	65,2%
Total	5.609.359	10.749.635	52,2%
≥ 100 anos	2.686	3.282	81,8%

Fonte: Eurostat. Link: [Estimativas da população residente a 31 de dezembro 2024 por sexo e grupo etário](#)

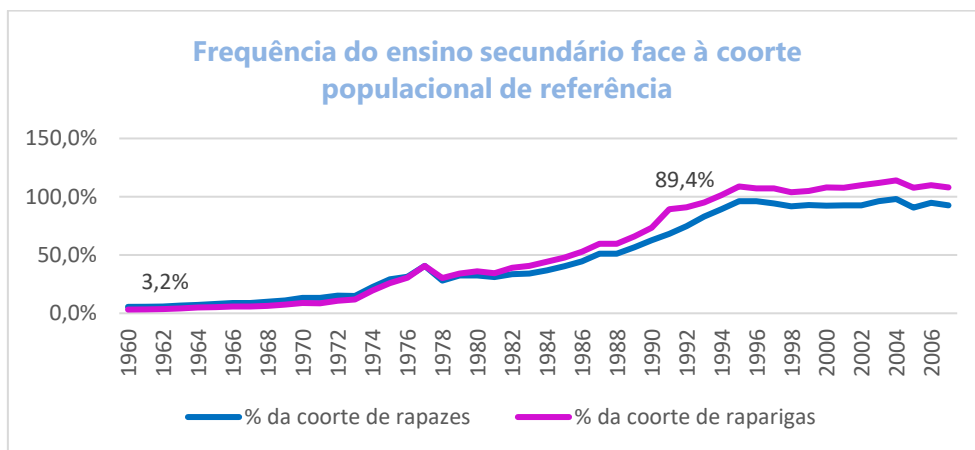


Fonte: Eurostat. Link: [Estimativas da população residente a 31 de dezembro 2024 por sexo e grupo etário](#)

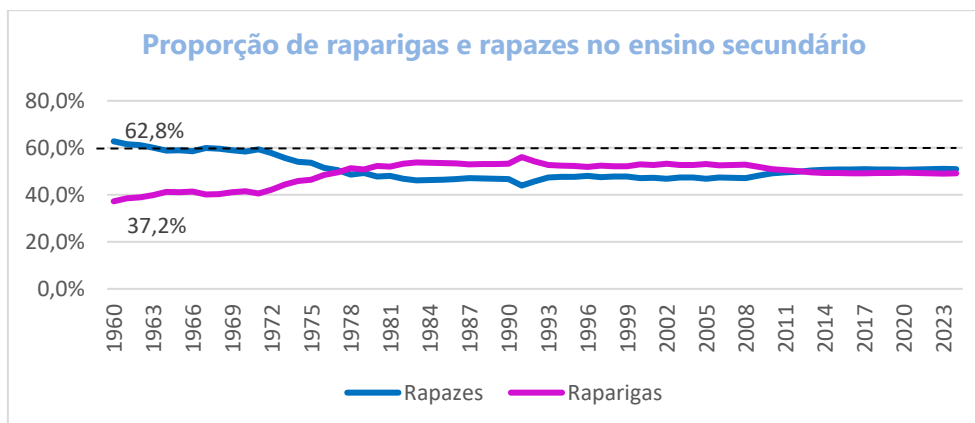
Percentagem de mulheres em cada subpopulação e grupo etário (2023)

Subpopulação	<15 anos	15-24 anos	25-34 anos	35-49 anos	50-64 anos	65-74 anos	≥75 anos	Total
Nacionais	48,8%	49%	51%	52,3%	52,9%	54,2%	60%	52,7%
Estrangeiros e apátridas	48,8%	49,1%	44,1%	46,5%	52,8%	50,2%	49%	47,4%
Países da EU27	48%	50,4%	50%	48,1%	46,7%	40,2%	39,1%	47,1%
Países fora da EU27	48,9%	48,9%	43,2%	46,2%	54,8%	55,9%	54,9%	47,5%
Total	48,8%	49,1%	49,2%	51,4%	52,9%	54,1%	59,8%	52,2%

Fonte: Eurostat. Link: [População residente por sexo, grupo etário e nacionalidade](#)



Fonte: DGEEC | Cálculos PORDATA. Link: [50 Anos de Estatísticas da Educação, Vol. II](#)



Fonte: DGEEC | Cálculos PORDATA. Link: [50 Anos de Estatísticas da Educação, Vol. II](#)

Representatividade das mulheres diplomadas pelas instituições de ensino superior portuguesas em 2023 em cada área de educação e formação

Área de Educação e Formação (AEF)	Mulheres diplomadas em Portugal (2023)	% na AEF	
		Portugal	UE27
Educação	3.341	79,3%	80,2%
Saúde e proteção social	12.790	79,0%	75,5%
Ciências sociais, jornalismo e informação	7.859	71,6%	68,8%
Artes e humanidades	5.962	63,2%	67,8
Agricultura, silvicultura, pescas e ciências veterinárias	1.234	61,7%	50,6
Ciências empresariais, administração e direito	12.766	60,7%	58
Ciências naturais, matemática e estatística	3.338	58,2%	54,2

Área de Educação e Formação (AEF)	Mulheres diplomadas em Portugal (2023)	% na AEF	
		Portugal	UE27
Serviços	2.299	41,4%	49,5
Engenharia, indústrias transformadoras e construção	5.652	32,0%	28,1
Tecnologias da informação e comunicação (TICs)	553	19,9%	21,8
Total	55.827	58,4%	57,8

Fonte: Eurostat | PORDATA. Links: [Diplomados no ensino superior \(ISCED 5-8\): total e por área de educação](#), [Diplomados do sexo feminino no ensino superior \(ISCED 5-8\): total e por área de educação](#)

Percentagem de mulheres dos 25 aos 64 anos no mercado laboral, por grupo etário (2024)

Grupo etário	Mulheres no mercado laboral (%)	Diferença face aos homens
25 - 29 anos	81,7%	-1,7 p.p.
30 - 34 anos	85,7%	-3,4 p.p.
35 - 39 anos	84,9%	-6,0 p.p.
40 - 44 anos	86,5%	-5,2 p.p.
45 - 49 anos	84,2%	-6,5 p.p.
50 - 54 anos	81,8%	-7,4 p.p.
55 - 59 anos	72,0%	-9,6 p.p.
60 - 64 anos	55,6%	-6,0 p.p.

Fonte: Eurostat. Link: [População empregada por sexo, grupo etário e nível de escolaridade](#)

Percentagem de mulheres dos 25 aos 64 anos no mercado laboral, por grupo etário e nível de escolaridade (2024)

Grupo etário	Com ensino superior		Com ensino básico, no máximo	
	Mulheres no mercado laboral	Diferença face aos homens	Mulheres no mercado laboral	Diferença face aos homens
25 - 29 anos	86,3%	+0,8 p.p.	62,5%	-12,9 p.p.
30 - 34 anos	91,0%	-1,7 p.p.	69,2%	-11,8 p.p.
35 - 39 anos	91,1%	-2,2 p.p.	69,1%	-15,2 p.p.
40 - 44 anos	92,1%	-4,4 p.p.	76,7%	-9,8 p.p.
45 - 49 anos	92,5%	-2,9 p.p.	74,2%	-12,7 p.p.
50 - 54 anos	92,9%	-1,0 p.p.	70,8%	-15,2 p.p.
55 - 59 anos	88,2%	-3,5 p.p.	62,1%	-15,5 p.p.
60 - 64 anos	80,3%	+1,5 p.p.	45,3%	-11,6 p.p.

Fonte: Eurostat. Link: [População empregada por sexo, grupo etário e nível de escolaridade](#)

Percentagem de mulheres e de homens (25 ou mais anos), por regime de trabalho (2024)

	Regime de trabalho	Homens (milhares)	%	Mulheres (milhares)	%
Portugal	Tempo parcial	130,9	5%	236,3	10%
	Tempo completo	2305,6	95%	2145,1	90%
UE27	Tempo parcial	8363,1	8%	24949,2	28%
	Tempo completo	93609,2	92%	63665,5	72%

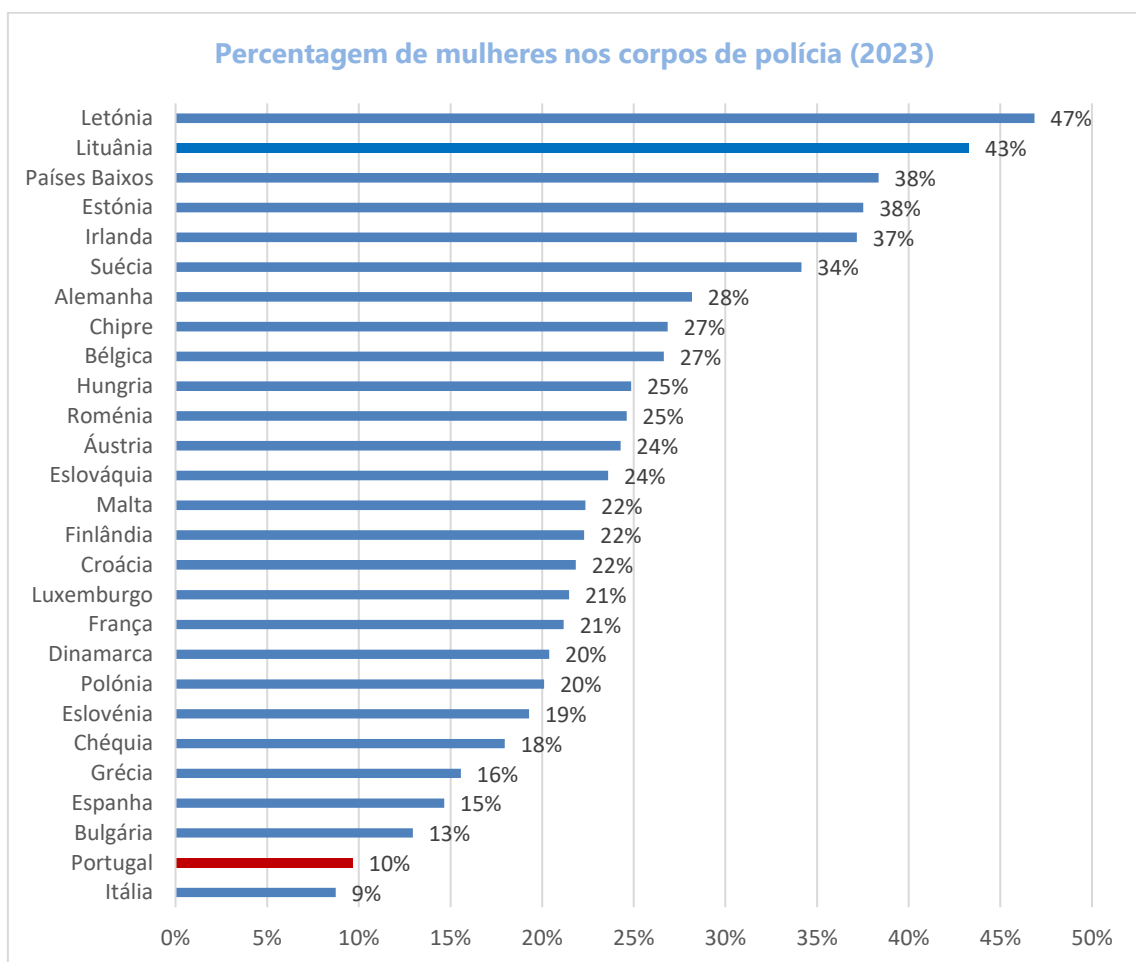
Fonte: Eurostat. Link: [População empregada por sexo, grupo etário, a tempo inteiro ou parcial](#)

Representatividade das mulheres empregadas (15 ou mais anos) em cada ramo de atividade (2024)

Ramo de atividade	Mulheres no ramo de atividade (milhares)	% no ramo	
		Portugal	UE27
Atividades das famílias com empregados domésticos e atividades de produção das famílias para uso próprio	101,0	98%	88,1%
Atividades de saúde humana e apoio social	414,5	83,3%	77,8%
Educação	324,5	76%	72,5%
Outras atividades de serviços	87,1	72,3%	65,9%
Alojamento, restauração e similares	182,3	57,3%	53,0%
Atividades de consultoria, científicas, técnicas e similares	143,8	54,6%	49,4%
Atividades financeiras e de seguros	56,0	51,0%	52,6%
Atividades imobiliárias	27,8	50,8%	50,0%
Atividades administrativas e dos serviços de apoio	92,5	50,3%	48,7%
Comércio por grosso e a retalho, reparação de veículos automóveis e motociclos	355,5	47,1%	49,2%
Administração Pública e Defesa, e Segurança Social obrigatória	144,6	43%	49,6%
Atividades artísticas, de espetáculos, desportivas e recreativas	36,2	41,2%	48,5%
Indústrias transformadoras	336,8	40,7%	30,5%
Eletricidade, gás, vapor, água quente e fria e ar frio	7,3	32,4%	27,1%
Atividades de informação e de comunicação	64,3	31,2%	30,3%
Agricultura, produção animal, caça, floresta e pesca	44,0	30,2%	30,5%

Transportes e armazenagem	53,4	22,8%	22,5%
Construção	32,3	9,0%	10,6%
Indústrias extrativas*			14,3%
Atividades dos organismos internacionais e outras instituições extra-territoriais*			50,9%
Total	2517,8	49,2%	46,4%

Fonte: Eurostat | PORDATA. Links: [População empregada: total e por setor de atividade económica](#); [População empregada por setor de atividade económica - Mulheres](#)

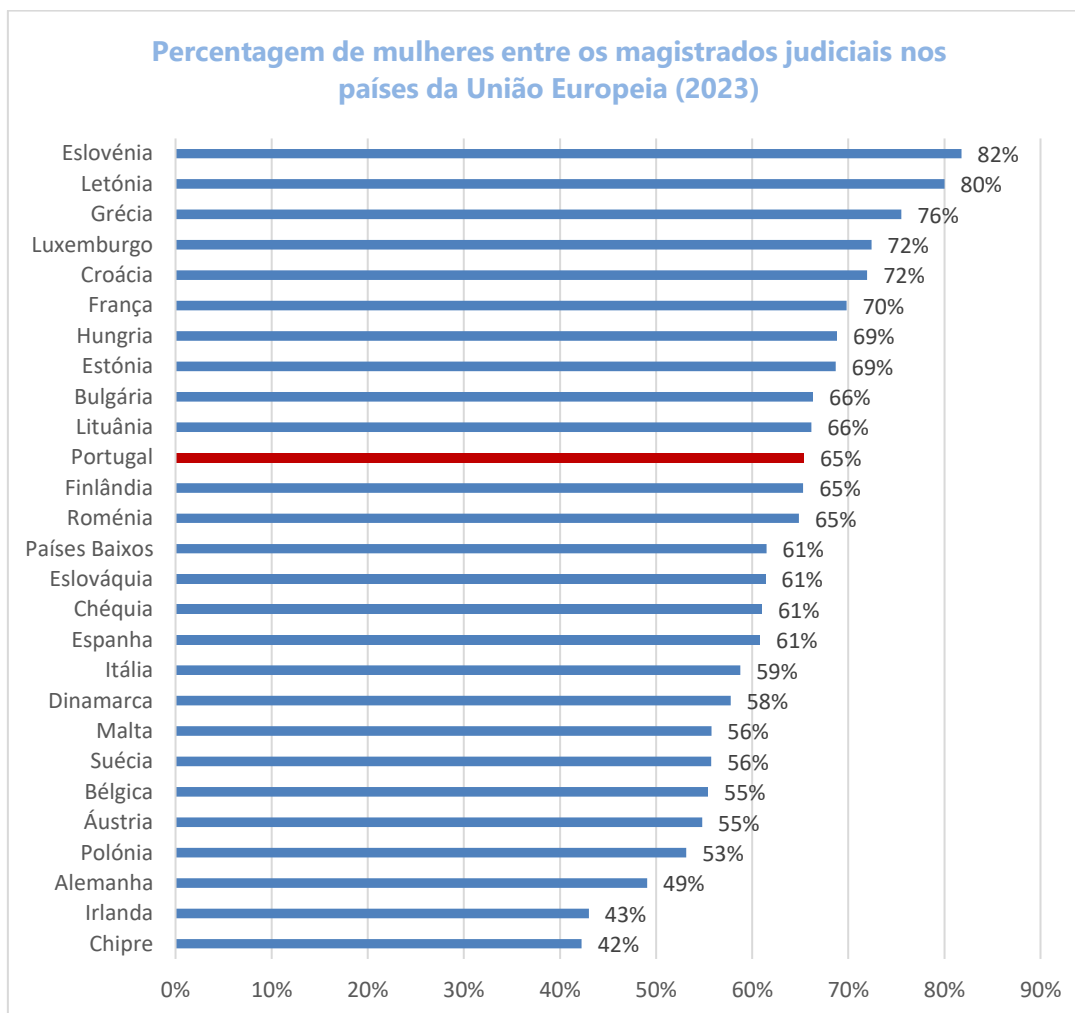


Fonte: Eurostat. Link: [Pessoal ao serviço nas polícias por sexo](#)

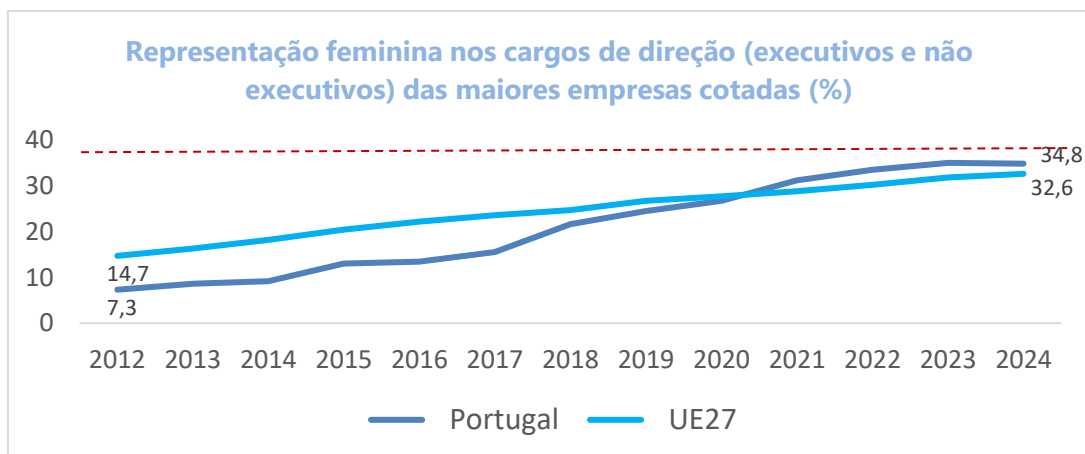
Evolução do número e percentagem de mulheres entre os magistrados judiciais (2000-2024)

Ano	Total	Mulheres	%
2000	1 368	536	39%
2001	1 440	587	41%
2002	1 438	617	43%
2003	1 479	647	44%
2004	1 560	717	46%
2005	1 611	768	48%
2006	1 650	809	49%
2007	1 679	846	50%
2008	1 712	888	52%
2009	1 776	948	53%
2010	1 777	990	56%
2011	1 748	995	57%
2012	1 803	1 031	57%
2013	1 816	1 054	58%
2014	1 786	1 043	58%
2015	1 787	1 053	59%
2016	1 765	1 042	59%
2017	1 771	1 069	60%
2018	1 743	1 061	61%
2019	1 734	1 071	62%
2020	1 734	1 073	62%
2021	1 735	1 092	63%
2022	1 730	1 108	64%
2023	1 734	1 134	65%
2024	1 715	1 149	67%

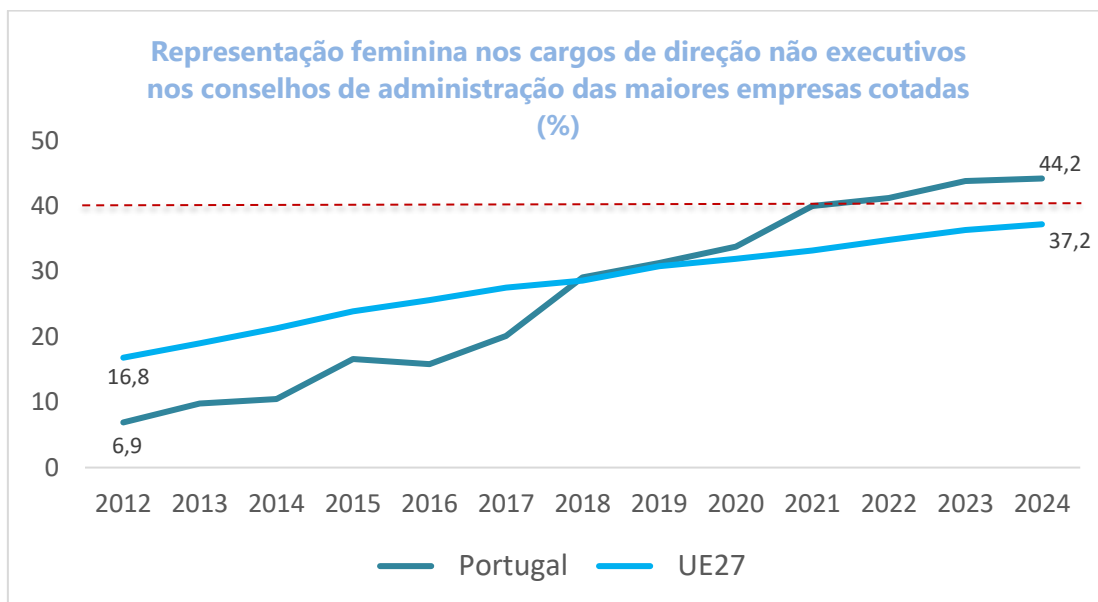
Fonte: DGPJ/MJ | PORDATA. Link: [Magistrados judiciais: total e por sexo](#)



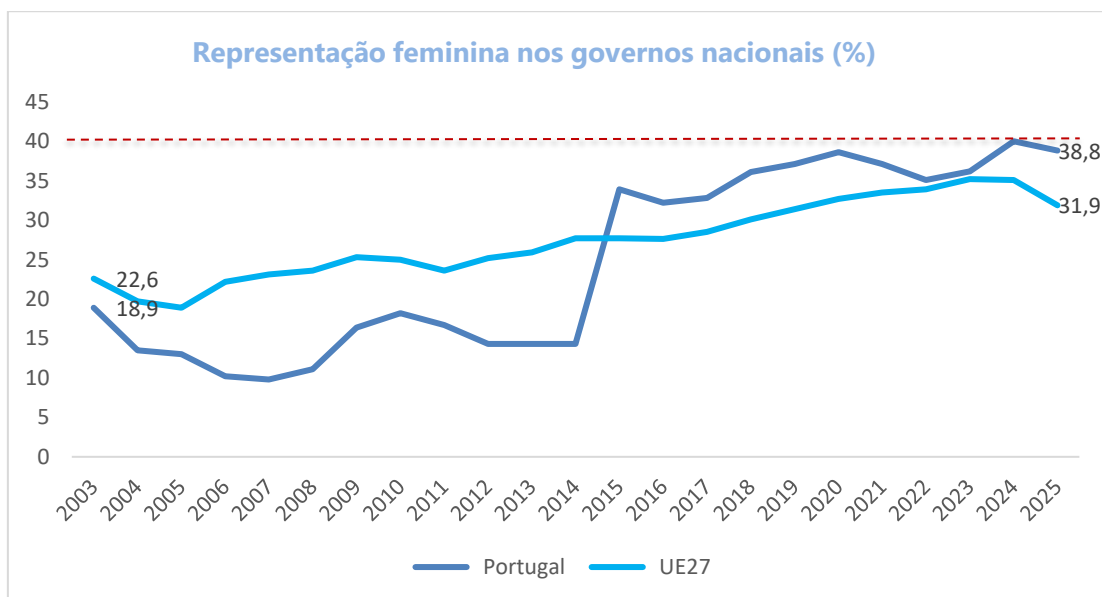
Fonte: Eurostat | PORDATA. Link: [Magistrados judiciais: total e por sexo](#)



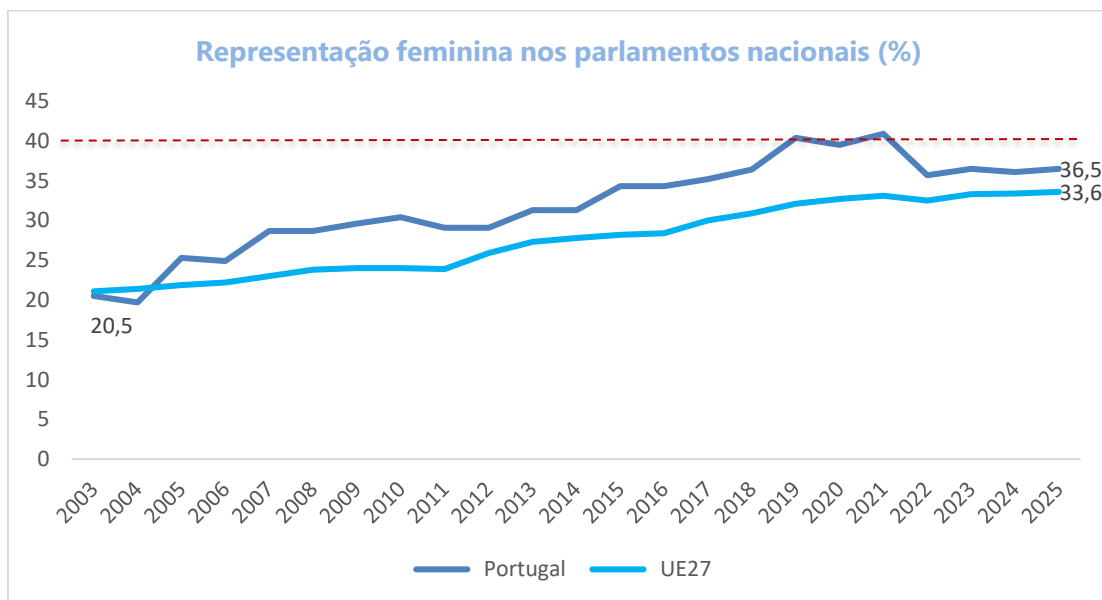
Fonte: Eurostat | PORDATA. Link: [Mulheres em cargos de direção das empresas \(%\)](#)



Fonte: Eurostat | PORDATA. Link: [Mulheres em cargos de direção das empresas \(%\)](#)



Fonte: Eurostat | PORDATA. Link: [Mulheres nos parlamentos e governos nacionais](#)



Fonte: Eurostat | PORDATA. Link: [Mulheres nos parlamentos e governos nacionais](#)

Mulheres maiores de idade por tipologia de agregado familiar onde vivem (2024) (milhares)

Tipologia de agregado familiar	Portugal	UE27	Portugal (%)	UE27 (%)
Em casal, sem filhos (só o casal)	1.118	48.967	24%	26%
Em casal, com filhos (menos de 18 anos)	685	30.181	14%	16%
sozinhas	690	40.420	15%	21%
Sozinhas com filhos (menos de 18 anos)	114	4.989	2%	3%
Mulheres com 18 anos ou mais noutras tipologias (com filhos maiores, por exemplo)	2.128	65.997	45%	35%
Mulheres com 18 anos ou mais anos	4.735	190.554		

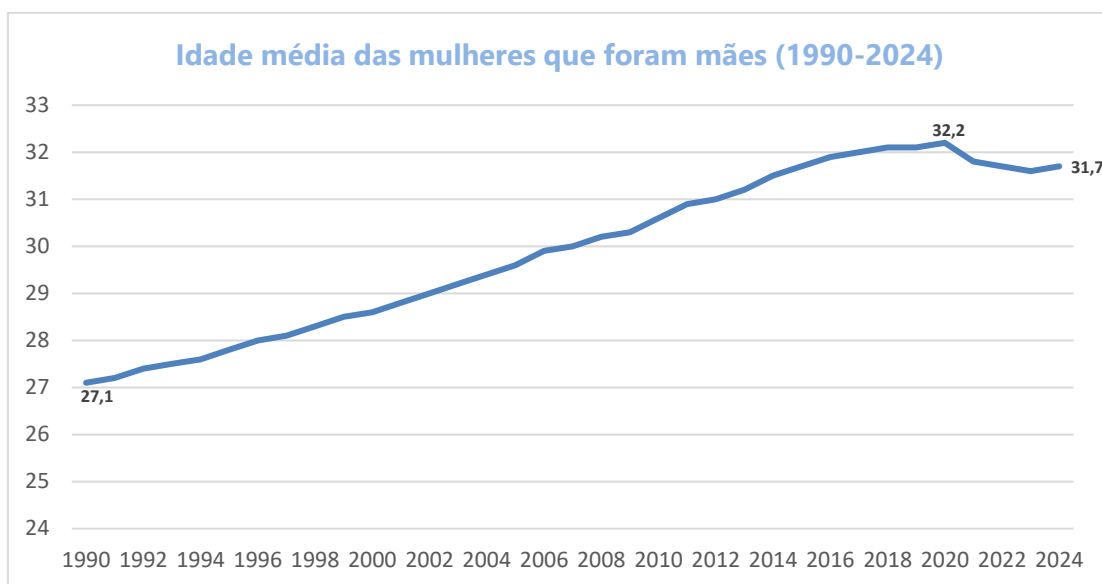
Fonte: Eurostat. Link: [Agregados domésticos privados por composição do agregado](#)

Partos por tipo (simples ou gemelar) e por grupo etário da mãe (2024)

Grupo etário da mãe	Total	Simples	Gemelar
10 - 14 anos	20	20	0
15 - 19 anos	1 526	1 520	6
20 - 24 anos	8 376	8 303	73
25 - 29 anos	19 433	19 219	214
30 - 34 anos	27 685	27 259	426
35 - 39 anos	19 847	19 496	351

40 - 44 anos	6 277	6 178	99
45 - 49 anos	560	540	20
50 e mais anos	48	47	1
Total	83 772	82 582	1 190

Fonte: INE. Link: [Partos por natureza e grupo etário das mães](#)



Fonte: INE | PORDATA. Link: [Idade média das mulheres que foram mães](#)

Nados-vivos de mãe estrangeira (2014-2024)

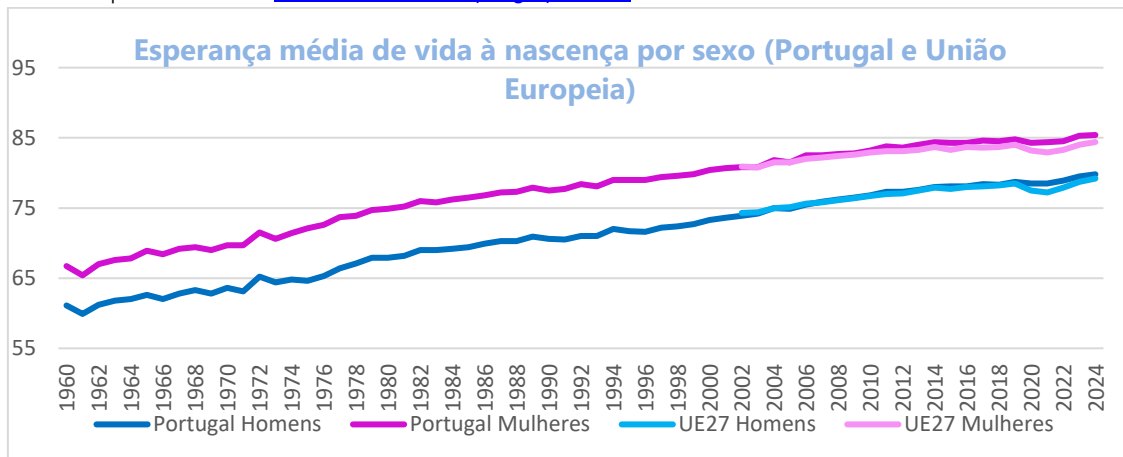
Ano	Nacionalidade da mãe		% com mãe estrangeira
	Total	Estrangeira	
2014	82 367	7 200	8,7%
2015	85 500	7 164	8,4%
2016	87 126	7 686	8,8%
2017	86 154	8 316	9,7%
2018	87 020	9 389	10,8%
2019	86 579	10 683	12,3%
2020	84 530	11 355	13,4%
2021	79 582	10 808	13,6%
2022	83 671	14 003	16,7%
2023	85 699	18 734	21,9%
2024	84 642	22 144	26,2%

Fonte: INE | PORDATA. Link: [Nados-vivos de mães residentes em Portugal: total e por nacionalidade da mãe](#)

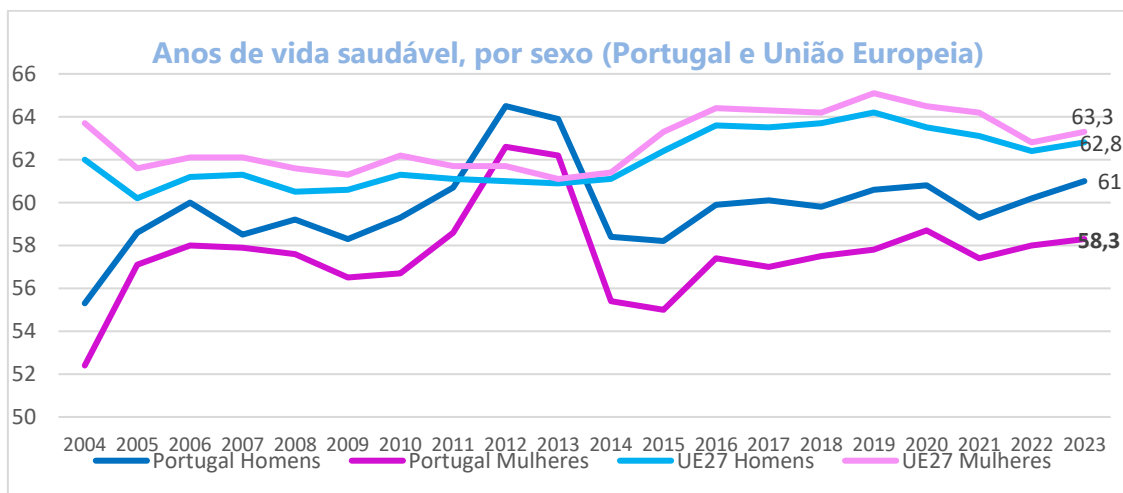
Mulheres que foram mães por cada 1000 de cada grupo etário (taxa de fecundidade)

Ano	15-19 anos	20-24 anos	25-29 anos	30-34 anos	35-39 anos	40-44 anos	45-49 anos
1960	26,2	148,7	177,6	133,4	94,4	42,5	3,5
1970	32,7	158,8	190,4	123,5	79,1	33,6	3,2
1980	42,5	145,7	131	76,1	37,7	15,2	1,9
1990	23,9	88,9	107,1	61,8	23,3	5,7	0,5
2000	21,9	62,7	100,7	84,1	34,2	6,6	0,5
2010	14,5	45,5	78,4	86,8	43,9	9	0,5
2020	6,8	31	69,3	95,4	63,5	15,7	1,2
2014	9,3	31,8	66,5	82,3	46,4	9,8	0,6
2024	6	30	68,8	93,8	63,6	17	1,5

Fonte: INE | PORDATA. Link: [Taxa de fecundidade por grupo etário](#)

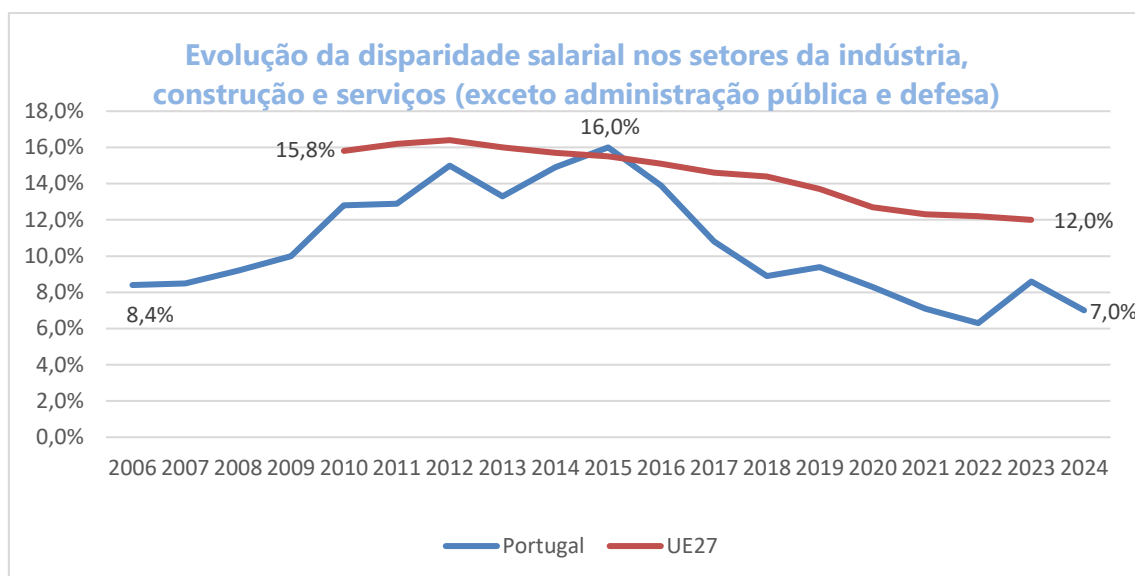


Fonte: Eurostat | PORDATA. Link: [Esperança de vida à nascença: total e por sexo](#)



Fonte: Eurostat. Link: [Anos de vida saudável à nascença](#)

Disparidade salarial: diferença salarial entre homens e mulheres em percentagem do salário médio dos homens



Fonte: Eurostat | PORDATA. Link: [Disparidade salarial entre homens e mulheres](#)

Taxa de risco de pobreza ou exclusão social por sexo e grupo etário (2024)

Grupo etário	Mulheres	Homens
18 - 24 anos	19,7%	19,8%
25 - 54 anos	16,3%	15,6%
65 - 74 anos	22,7%	19,4%
75 ou mais anos	29,3%	22,3%

Fonte: Eurostat. Link: [Taxa de risco de pobreza ou exclusão social, por sexo e grupo etário](#)

Para saber mais sobre as mulheres em Portugal

- Minidocumentário [«E depois da revolução, somos famílias diferentes?»](#) (2025)
- Minidocumentário [«E depois da revolução, o que conquistaram as mulheres?»](#) (2024)
- Artigo [«As mulheres são nomeadas para as administrações, mas sobretudo para cargos sem decisão»](#) (2025)
- Documentário [«Mulheres em Portugal»](#) (2023)
- Podcast [IN]Pertinente [«O papel das hormonas na saúde da mulher»](#) (2026)
- Podcast [IN]Pertinente [«O \(des\)equilíbrio do ciclo menstrual»](#) (2026)
- Podcast [IN]Pertinente [«Mulheres, uma vida de muitos trabalhos»](#) (2023)
- Estudo [«As mulheres em Portugal, hoje»](#) (2019)
- Estudo [«Igualdade de género ao longo da vida»](#) (2018)