

PARA MAIS INFORMAÇÕES

Consulte os Guias Práticos em
www.seg-social.pt

ou ligue **215 545 400** ou **300 502 502**,
nos dias úteis das 9h00 às 18h00.



SEGURANÇA
SOCIAL
DIRETA



INSTITUTO DE APOIO À
INTEGRAÇÃO DE TRABALHADORES
VULNERÁVEIS

210 545 400
300 502 502

A informação contida neste folheto
não substitui nem dispensa a consulta da lei.

NOVEMBRO/2021



A CUIDAR DE QUEM CUIDA

HÁ VÁRIOS APOIOS
PARA QUEM
CUIDA DOS SEUS



SEGURANÇA SOCIAL



INSTITUTO DA SEGURANÇA SOCIAL, I.P.



ESTATUTO DO CUIDADOR INFORMAL

O QUE É?

O Estatuto do Cuidador Informal é um conjunto de normas que define os direitos e deveres dos Cuidadores e das Pessoas Cuidadas, bem como as respetivas medidas de apoio social e de saúde. Aplica-se a pessoas que reúnam, entre outras, as seguintes condições:

- Sejam cônjuges ou vivam em união de facto, ou familiares (parente ou afim até ao 4.º grau da linha reta ou da linha colateral) das pessoas cuidadas;

- Prestem cuidados.

O cuidador informal pode ser:

- Principal - quando acompanha e cuida da pessoa cuidada permanentemente, com ela vive, não recebe qualquer salário por trabalhar ou pelos cuidados que presta.

- Não Principal - quando acompanha e cuida da pessoa cuidada regularmente, pode ou não viver com ela, pode ou não receber salário por trabalhar ou pelos cuidados que presta.

PORQUE DEVO PEDIR?

- Porque é uma medida que reconhece o papel de Cuidador e da sua importância para o desenvolvimento social e familiar;
- Porque promove o acompanhamento personalizado e formação ao Cuidador, através de profissionais especializados da Saúde e da Segurança Social;
- Porque pode receber um subsídio;
- Porque pode ter acesso ao seguro social voluntário, pagando uma contribuição mais baixa, podendo ainda receber um acréscimo ao subsídio;
- Porque garante o descanso do Cuidador;
- Porque permite a conciliação entre a atividade profissional e a prestação de cuidados;
- Porque pode ser integrado mais facilmente no mercado de trabalho quando deixa de ser Cuidador.



COMO DEVO PEDIR?

Preferencialmente pela internet através da Segurança Social Direta

<https://app.seg-social.pt/ptss>.

Presencialmente, nos serviços de atendimento da Segurança Social.

Por Correio, obtendo os formulários em www.seg-social.pt/formularios e pesquisando pela palavra 'cuidador'.