

Boletim Informativo: Jornada Contínua

01

O que é a Jornada Contínua ?

É um regime de trabalho contínuo, sem interrupções, com um **período único de descanso de até 30 minutos**, o qual conta como tempo efetivo de trabalho.

Este regime **implica uma redução de até 1 hora no horário de trabalho diário**. Por exemplo, se o horário normal de trabalho é de 8 horas, poderá passar a cumprir apenas 7 horas diárias.

02

Este regime é automático ?

Não. Não se trata de um direito absoluto — a sua aplicação **depende da aceitação expressa** da entidade empregadora, **que pode recusar o pedido**.

03

Quem pode requerer ?

Têm direito a requerer a jornada contínua:

- Médicos **com filhos até aos 12 anos de idade** ou, **independentemente da idade, com deficiência ou doença crónica;**
- Médicos **adotantes ou tutores**, nas mesmas condições;
- Médicos que, substituindo-se aos progenitores, **tenham a seu cargo netos com idade inferior a 12 anos;**
- **Trabalhadores estudantes;**
- Outros médicos, desde que fundamentem devidamente o pedido, com base no **interesse do serviço** ou no **interesse do próprio trabalhador.**

04

Como requerer ?

O pedido terá de ser dirigido ao **Presidente do Conselho de Administração.**

Deve indicar claramente qual é a **situação em causa, fundamentar o pedido** e, sempre que possível, **anexar documentação comprovativa** (ex: cópia do Cartão de Cidadão do filho, no caso de médicos com filhos menores).

05

O que fazer em caso de recusa?

A recusa do pedido deve ser devidamente **fundamentada**. Se não o for, poderá ser considerada **ilegal**.

Caso o pedido seja recusado, o médico deve **contactar o SMN** para avaliarmos o pedido e, se possível, **contestarmos os fundamentos da recusa**.

06

Notas importantes



Jornada contínua ≠ horário contínuo:

- O horário contínuo não tem base legal — é apenas um acordo informal.
- Apenas a jornada contínua garante a redução legal do horário diário de trabalho.

A jornada contínua pode ser acumulada com a dispensa para amamentação/aleitação.

Diz simplesmente **NÃO** ... ! a um ACT onde a Jornada Continua:

Reforça a possibilidade de recusa por parte da entidade empregadora, permitindo a invocação de razões de interesse público, o que pode abrir espaço a discriminação e favorecimento pessoal.

Prevê **acesso para trabalhadoras grávidas, mas:**

- ✘ Não garante dispensa de trabalho suplementar ou noturno;
- ✘ Não define limites máximos da jornada diária para médicas grávidas, o que pode comprometer a saúde e segurança da mãe e do bebé com horários concentrados excessivos, com pausas insuficientes.



Aos médicos que beneficiam do ACT/ACCEM da FNAM

→ A redução de 1 hora já se encontra prevista.

O que propomos para a nossa revisão?

A possibilidade da Jornada Contínua ser atribuída, sem hipótese de recusa, especialmente no caso de se comprovar que a atividade laboral é prestada de forma contínua.



**SE TENS DIREITO À
JORNADA CONTÍNUA E
RECUSARAM O TEU PEDIDO,
CONTACTA O SMN.**

**PROTEGE OS
TEUS DIREITOS!**



@smn_fnam