

Começar o CPP aos 60 anos: a redução, o limite de 12 meses e trabalhar depois dos 60

Uma pensão de reforma do Plano de Pensões do Canadá que comece aos 60 anos é 36% mais baixa do que a mesma pensão começada aos 65, e é paga a essa taxa para toda a vida. O início só pode ser cancelado por escrito dentro de 12 meses, e tudo o que foi recebido tem de ser devolvido. Quem continua a trabalhar depois dos 60 anos pode acrescentar por cima pequenas prestações pós-reforma, pagas para toda a vida.

Última verificação: 2026-10-06. Ler online:
<https://oasguide.ca/pt/library/cpp-at-60-what-changes>

Um pequeno artigo do regulamento limita o tempo que a escolha fica aberta

O artigo 46.2 do Regulamento do Plano de Pensões do Canadá (Canada Pension Plan Regulations) permite que uma pessoa que já começou a receber uma pensão de reforma do Plano de Pensões do Canadá (Canada Pension Plan, CPP) peça o seu cancelamento.¹ O pedido tem de ser feito por escrito e dentro de 12 meses a contar do início dos pagamentos.¹ A página da Service Canada sobre a receção da pensão acrescenta que todo o rendimento do CPP já recebido tem de ser devolvido.² Depois de esse prazo fechar, a data de início fica fixada. A pensão é paga para o resto da vida da pessoa,³ e o ajustamento fixado no início faz parte de todos os pagamentos.

Para quem começa aos 60 anos, esse ajustamento é a maior redução que o plano permite. Uma decisão tomada num só mês, aos 60 anos, pode, por isso, moldar o rendimento de uma pessoa na casa dos oitenta e dos noventa anos. Quem começa aos 60 anos e vive até aos 90 recebe o valor reduzido em 360 pagamentos mensais.

Começar aos 60 anos reduz cada pagamento em 36%

A redução é calculada mês a mês. A Service Canada indica que os pagamentos diminuem 0,6% por cada mês antes dos 65 anos, ou seja, 7,2% por ano.⁴ Começar cinco anos completos mais cedo dá o corte máximo de 36%.⁴ A percentagem aplica-se à pensão da própria pessoa, por isso a perda em dólares depende do que descontou para o plano ao longo da sua vida de trabalho.

A maioria das pensões fica bem abaixo do máximo. Em 2026, a pensão mensal máxima para quem começa aos 65 anos é de \$1,507.65. A média das novas pensões aos 65 anos, em julho de 2026, era de \$858.34.⁵ Para uma pessoa cuja pensão fosse de \$800 por mês aos 65 anos, começar aos 60 anos pagaria \$512 por mês. Esse valor é uma ilustração, mas a diferença de \$288 por mês é o que um corte de 36% faz a qualquer pensão de \$800.

Esperar até aos 70 anos mais do que duplica o pagamento disponível aos 60

O plano recompensa a espera depois dos 65 anos a uma taxa ligeiramente mais alta do que aquela com que reduz um início antecipado. Os pagamentos aumentam 0,7% por cada mês depois dos 65 anos, ou seja, 8,4% por ano, até 42% aos 70 anos.⁴ Não há mais nenhum aumento depois dos 70 anos.⁴ Para a mesma pensão de \$800, começar aos 70 anos pagaria \$1,136 por mês. Isso é mais do dobro dos \$512 pagos a partir dos 60 anos, porque os dois ajustamentos partem da mesma base em sentidos opostos.

O valor mais alto chega depois de dez anos sem pagamentos. Quem começa aos 60 anos recebe 120 pagamentos mensais antes de a pessoa que esperou receber o primeiro. A \$512 por mês, isso dá \$61,440, antes de impostos e de atualizações do custo de vida. Os \$624 por mês a mais pagos a partir dos 70 anos levam cerca de 99 meses a compensar essa soma. Neste exemplo aproximado, o início mais tardio só fica a ganhar para quem viva para além dos 78 anos, mais ou menos.

A Service Canada descreve os tipos de situações que apontam para cada lado. A sua página refere um início mais cedo para quem precisa de trabalhar menos, ou para quem precisa do dinheiro agora para pagar dívidas ou financiar planos de reforma. Refere um início mais tarde para quem tem boa saúde, espera viver muitos anos e tem outras fontes de rendimento.⁴

Trabalhar depois dos 60 anos continua a acrescentar valor ao CPP através da prestação pós-reforma

Começar a pensão aos 60 anos não põe fim às contribuições para o CPP de quem continua a trabalhar. As pessoas com 60 a 70 anos que trabalham, descontam para o CPP e recebem uma pensão de reforma do CPP ou do Plano de Pensões do Quebec podem ganhar uma prestação pós-reforma (post-retirement benefit, PRB).⁶ Antes dos 65 anos, as contribuições são obrigatórias para quem trabalha e recebe pensão. A partir dos 65 anos, a pessoa pode optar por parar, usando o formulário CPT30, que é entregue ao empregador e à Agência de Receitas do Canadá (Canada Revenue Agency).⁶

Cada ano de contribuições enquanto recebe a pensão cria uma nova PRB, que é acrescentada ao total do rendimento do CPP da pessoa.⁷ A Service Canada descreve-a como uma prestação mensal paga para toda a vida.⁶ Não é preciso fazer qualquer pedido. A pessoa passa a ter direito em janeiro do ano seguinte, e a prestação é paga automaticamente, a não ser que sejam precisas mais informações.⁸

Os valores são modestos. Em 2026, o valor máximo de uma nova PRB para uma pessoa com 65 anos é de \$54.69 por mês, ou seja, 2,5% da pensão máxima do CPP.⁷ O valor depende dos rendimentos e das contribuições do ano e da idade da pessoa a 1 de janeiro do ano em que começa.⁷ Rendimentos de metade do máximo anual produzem metade da prestação máxima, ou \$27.35 aos 65 anos.⁷ Cinco anos de trabalho entre os 60 e os 65 anos podem juntar cinco destas prestações. Não eliminam a redução de 36%, embora aumentem o total mensal.

As regras fixam três coisas e deixam o resto à pessoa

As regras do CPP não dizem qual é a idade de início que serve a cada pessoa. Fixam, isso sim, três coisas:

- A dimensão da alteração por cada mês antes ou depois dos 65 anos.
- Os 12 meses, com devolução total, para cancelar uma pensão depois de ela começar.
- A prestação pós-reforma ganha com o trabalho e as contribuições depois de a pensão começar.

A saúde, as poupanças, os outros rendimentos, os planos de um cônjuge e os planos de trabalho decidem o resto, juntamente com os conselheiros da própria pessoa. Como cancelar significa devolver todos os pagamentos recebidos, quem cancela dentro dos 12 meses não fica com nenhum dos pagamentos do início antecipado. Os nossos guias sobre o Plano de Pensões do Canadá e sobre adiar a OAS e o CPP explicam como fazer o pedido e como as duas pensões podem ser combinadas no tempo.

Notas

1. Government of Canada, “Canada Pension Plan Regulations (C.R.C., c. 385), section 46.2, Cancellation of Benefit”, current to 2024-11-26.
https://laws-lois.justice.gc.ca/eng/regulations/C.R.C.,_c._385/page-5.html (consultado em 2026-10-06)
2. Government of Canada, “CPP retirement pension: Receiving your benefits”, page modified 2026-06-18.
<https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp/receive-benefits.html> (consultado em 2026-10-06)
3. Government of Canada, “Canada Pension Plan”, page modified 2026-09-29.
<https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp.html> (consultado em 2026-10-06)
4. Government of Canada, “CPP retirement pension: When to start your pension”, page modified 2026-10-02.
<https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp/when-start.html> (consultado em 2026-10-06)
5. Ambos os valores são para uma pensão que começa aos 65 anos. O máximo aplica-se em 2026; a média é das novas pensões de julho de 2026. Government of Canada, “Canada Pension Plan: Pensions and benefits monthly amounts”, page modified

2026-09-29.

<https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp/payment-amounts.html>
(consultado em 2026-10-06)

6. Government of Canada, “CPP Post-Retirement Benefit: Eligibility”, page modified 2026-01-09. <https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp/cpp-post-retirement/eligibility.html> (consultado em 2026-10-06)

7. Government of Canada, “CPP Post-Retirement Benefit: How much you could receive”, page modified 2026-09-29. <https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp/cpp-post-retirement/benefit-amount.html> (consultado em 2026-10-06)

8. Government of Canada, “CPP Post-Retirement Benefit: Apply”, page modified 2022-06-02. <https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp/cpp-post-retirement/apply.html> (consultado em 2026-10-06)

O OAS Guides é um serviço de informação independente. Não fazemos parte do Governo do Canadá nem da Service Canada, nem temos qualquer ligação a estas entidades. Este artigo é informação geral, não aconselhamento jurídico nem financeiro. Não podemos garantir qualquer resultado de um pedido ou de um recurso. Os valores das prestações mudam, normalmente, de três em três meses; este artigo indica a data em que o verificámos pela última vez.