



Análise de Mercado de Energia

Julho 2026

Análise de Mercado de Energia

Julho 2026

ComparaJá.pt

André Nunes

Responsável da equipa de Energia



Julho trouxe uma subida clara dos preços no mercado indexado, que este mês passou mesmo a ultrapassar o mercado regulado para a maioria dos perfis de consumo. Ainda assim, para uma família típica, a diferença entre a tarifa mais cara e a mais barata continua a rondar os 24€ por mês — perto de 290€ por ano — sem mexer no consumo. Num verão em que os mercados grossistas voltam a pressionar a fatura, o conselho é fixar uma tarifa competitiva antes do pico de calor e comparar sempre: é a forma mais simples de não pagar a mais.

Sobre

Operations Manager na equipa de Energia do ComparaJá, com mais de 5 anos de experiência no setor. Ao longo da sua carreira passou por diferentes áreas — Imobiliário, Telecomunicações e Retalho — antes de se especializar em energia em 2020. Apoia empresas e particulares na escolha das melhores soluções em eletricidade, gás natural e energias renováveis, com foco em poupança, gestão de equipas e transição energética.



Mercado de Energia Julho 2026

No pico do verão, o mercado indexado sobe e comparar volta a compensar

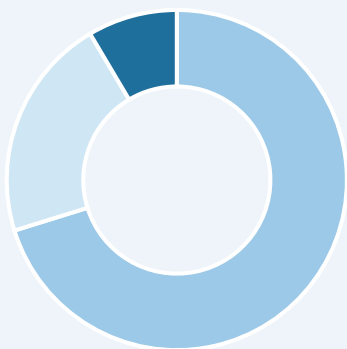
Julho instala o pico do verão em Portugal, com o calor a puxar pelo consumo de eletricidade — ar condicionado, ventoinhas e frigoríficos a trabalhar mais horas por dia. É precisamente nos meses de maior consumo que a escolha da comercializadora mais pesa na fatura ao final do mês.

Este mês trouxe também um sinal claro do mercado: os preços do indexado subiram e, para a maioria dos perfis, passaram a ultrapassar o mercado regulado. Num contexto grossista ainda volátil, quem está exposto às oscilações diárias sente-o mais depressa do que quem tem uma tarifa fixa competitiva.

Ainda assim, a margem para poupar mantém-se relevante: os dados do ComparaJá mostram que uma família típica pode poupar cerca de **287€ por ano** apenas ao escolher a tarifa certa, sem alterar um único hábito de consumo.

Eletricidade continua a liderar as mudanças

Os dados do ComparaJá mostram um padrão claro: quando os consumidores decidem mudar, o foco está quase sempre na eletricidade. Em junho, **70,20%** das mudanças de contrato envolveram apenas eletricidade, confirmando esta como a maior prioridade dos consumidores. Os contratos duais, que combinam eletricidade e gás natural, representaram **21,28%** das adesões, enquanto o gás isolado teve um peso mais residual, com **8,52%**.



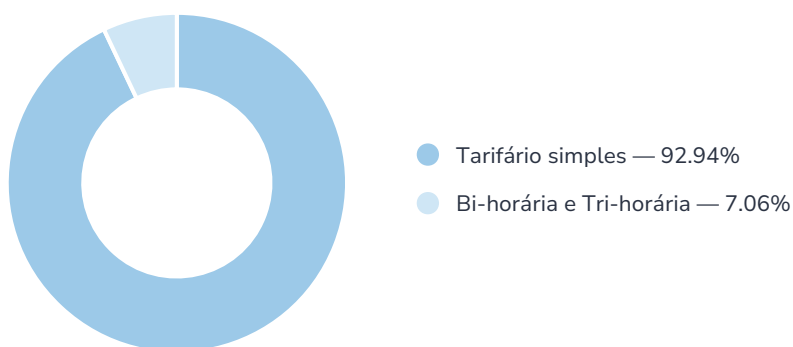
- Eletricidade — 70.20%
- Gás e eletricidade — 21.28%
- Gás — 8.52%



Tarifas simples continuam a dominar

No tipo de tarifa escolhida, o comportamento dos consumidores mantém-se estável. A esmagadora maioria dos consumidores que mudou em junho optou por **tarifas simples**, com um único preço por kWh ao longo do dia. Este modelo concentrou **92,94%** das adesões. As **tarifas bi-horárias** ficaram-se pelos **6,99%**, enquanto outras opções como a tri-horária quase não tiveram expressão (0,07%).

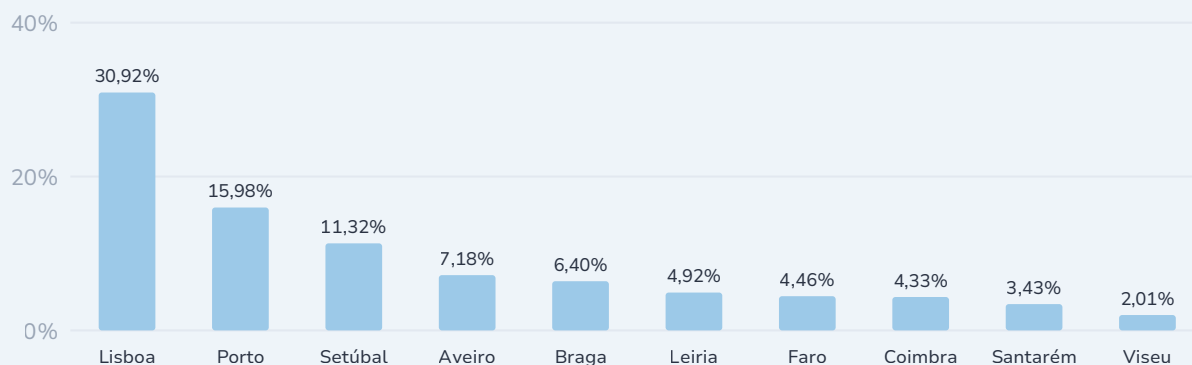
Na prática, para a maioria das famílias, adaptar consumos a horários específicos não compensa. A simplicidade continua a ser, na maior parte dos casos, a opção mais prática, e também a mais económica.



Lisboa reforça a liderança, mas a comparação espalha-se pelo país

A geografia das adesões confirma uma tendência interessante: a mudança de fornecedor está cada vez mais distribuída pelo país. **Lisboa** concentra **30,92%** das adesões de junho, reforçando a liderança. Logo a seguir surge o **Porto**, com **15,98%**, e **Setúbal**, com **11,32%**, sublinhando o peso do litoral neste movimento.

Ainda assim, a mudança de fornecedor já não é um fenómeno limitado às grandes áreas metropolitanas. Distritos como **Aveiro** (7,18%) e **Braga** (6,40%) continuam a ter alguma expressão relevante. Ou seja: comparar já não é um comportamento localizado, está a tornar-se uma decisão financeira transversal.



Comparação de Preços - Julho 2026

Os dados de simulação para julho voltam a confirmar o mesmo padrão: **as diferenças entre comercializadoras continuam a ser significativas** e, em muitos casos, representam poupanças reais ao final do mês, sem qualquer alteração no consumo das famílias.

Casal sem filhos

Com um consumo de **160 kWh/mês** e uma potência contratada de **3,45 kVA**, a tarifa mais económica encontrada para julho tem um **custo de 35,82 euros por mês**.



(Potência 3.45 kVA Simples, Casal sem Filhos, 160 kWh/mês) - Simulação feita no 1º dia útil de julho

Família típica (dois filhos)

Para um consumo mensal de **400 kWh** e uma potência contratada de **6,9 kVA**, a proposta mais vantajosa deste mês é a da G9 Energy, com um custo de **73,33 euros por mês**.



(Potência 6.9 kVA Simples, Casal 2 Filhos, 400 kWh/mês) - Simulação feita no 1º dia útil de julho

Família numerosa

Para famílias com maior consumo — **908 kWh/mês** e potência de **13,8 kVA** — a tarifa mais económica lidera em julho com o valor mensal mais baixo: **204,94 euros** por mês.



(Potência 13.8 kVA Simples, Casal 4 Filhos, 908 kWh/mês) - Simulação feita no 1º dia útil de julho

O preço base é só o ponto de partida

Os valores apresentados correspondem às **condições base dos tarifários**. Na prática, muitos consumidores conseguem poupar ainda mais.

Alguns fornecedores oferecem **descontos adicionais por débito direto, fatura eletrónica ou campanhas promocionais**. Em certos casos, estas reduções podem ultrapassar **20%**, embora nem sempre sejam fáceis de identificar nos sites das comercializadoras.

É precisamente aqui que o ComparaJá faz a diferença. Reunimos toda a informação do mercado, analisamos campanhas e cruzamos os dados com o perfil de consumo de cada pessoa. O resultado é uma comparação clara e realista, sem surpresas.



Conclusão: no calor de julho, poupar começa por comparar

Julho confirma o que os dados do ComparaJá têm vindo a mostrar mês após mês: as diferenças entre comercializadoras são reais e significativas, e ignorá-las custa dinheiro. Com o indexado a subir acima do regulado e o calor a fazer disparar o contador, manter o mesmo contrato sem comparar pode significar pagar centenas de euros a mais por ano, sem qualquer mudança no consumo.

No ComparaJá, ajudamos a perceber quanto estás a pagar, quais são as alternativas no mercado e tratamos da mudança sem custos e sem complicações.

As tarifas mudam todos os meses. E todos os meses há quem consiga pagar menos pelo mesmo consumo. A pergunta mantém-se simples: **já comparaste a tua fatura da luz este verão?**

Sobre o ComparaJá

Quem somos?

O ComparaJá é uma plataforma online gratuita que simplifica a vida dos consumidores na procura, negociação e obtenção dos melhores créditos, cartões, contas poupança, contratos de energia, telecomunicações e seguros. Assim, é possível simular diferentes cenários, adaptados ao perfil de cada cliente e conseguir o melhor negócio de forma simples e transparente.

O ComparaJá garante que todo o processo é rápido, fácil e descomplicado. É uma ferramenta financeira completa para fazer escolhas inteligentes e trazer tranquilidade aos seus utilizadores, poupando tempo e dinheiro.

Já fizeste as contas todas e queres poupar?

Só falta encontrares a melhor solução para ti!

Simular agora



Dados de mercado

Eletricidade potência 6.9 kVA Simples	JAN. 2026	FEV. 2026	MAR. 2026	ABR. 2026	MAI. 2026	JUN. 2026	JUL. 2026
EDP	74,14€	74,14€	74,14€	74,14€	74,14€	74,14€	74,14€
Preço kwh	0,1420€	0,1420€	0,1420€	0,1420€	0,1420€	0,1420€	0,1420€
Termo Potência por Dia	0,5780€	0,5780€	0,5780€	0,5780€	0,5780€	0,5780€	0,5780€
Endesa	76,26€	76,26€	76,26€	76,26€	77,45€	75,59€	77,45€
Preço kwh	0,1353€	0,1353€	0,1353€	0,1353€	0,1389€	0,1362€	0,1389€
Termo Potência por Dia	0,7379€	0,7379€	0,7379€	0,7379€	0,7302€	0,7042€	0,7302€
Repsol	82,91€	79,83€	76,11€	76,11€	76,11€	76,11€	76,11€
Preço kwh	0,1680€	0,1573€	0,1480€	0,1480€	0,1480€	0,1480€	0,1480€
Termo Potência por Dia	0,5236€	0,5636€	0,5636€	0,5636€	0,5636€	0,5636€	0,5636€
Plenitude	72,75€	72,75€	70,67€	85,08€	85,08€	76,95€	76,95€
Preço kwh	0,1411€	0,1411€	0,1299€	0,1719€	0,1719€	0,1366€	0,1366€
Termo Potência por Dia	0,5435€	0,5435€	0,6235€	0,5435€	0,5435€	0,7435€	0,7435€
Goldenergy	77,14€	74,56€	74,56€	74,56€	74,56€	74,56€	74,56€
Preço kwh	0,1654€	0,1399€	0,1399€	0,1399€	0,1399€	0,1399€	0,1399€
Termo Potência por Dia	0,3659€	0,6199€	0,6199€	0,6199€	0,6199€	0,6199€	0,6199€
G9 Energy	67,41€	67,41€	67,41€	67,41€	73,33€	73,33€	73,33€
Preço kwh	0,1348€	0,1348€	0,1348€	0,1348€	0,1496€	0,1496€	0,1496€
Termo Potência por Dia	0,4498€	0,4498€	0,4498€	0,4498€	0,4498€	0,4498€	0,4498€
Iberdrola	74,82€	72,19€	74,82€	74,25€	74,25€	74,25€	83,21€
Preço kwh	0,1410€	0,1547€	0,1410€	0,1382€	0,1382€	0,1382€	0,1639€
Termo Potência por Dia	0,6140€	0,3436€	0,6140€	0,6323€	0,6323€	0,6323€	0,5884€
Ezu Energia	78,02€	78,02€	78,02€	78,02€	78,02€	78,02€	78,02€
Preço kwh	0,1606€	0,1606€	0,1606€	0,1606€	0,1606€	0,1606€	0,1606€
Termo Potência por Dia	0,4592€	0,4592€	0,4592€	0,4592€	0,4592€	0,4592€	0,4592€
Alfa Energia	96,37€	96,37€	86,77€	97,21€	97,21€	97,21€	97,21€
Preço kwh	0,1835€	0,1835€	0,1595€	0,1856€	0,1856€	0,1856€	0,1856€
Termo Potência por Dia	0,7655€	0,7655€	0,7655€	0,7655€	0,7655€	0,7655€	0,7655€
Galp Energia	80,19€	73,92€	78,51€	78,51€	78,51€	78,51€	78,51€
Preço kwh	0,1575€	0,1512€	0,1542€	0,1542€	0,1542€	0,1542€	0,1542€
Termo Potência por Dia	0,5730€	0,4481€	0,5611€	0,5611€	0,5611€	0,5611€	0,5611€
Yes Energy	82,41€	82,41€	71,81€	71,81€	71,81€	71,81€	80,53€
Preço kwh	0,1606€	0,1606€	0,1341€	0,1341€	0,1341€	0,1341€	0,1559€
Termo Potência por Dia	0,6057€	0,6057€	0,6057€	0,6057€	0,6057€	0,6057€	0,6057€
JAF Plus	78,81€	78,81€	78,81€	78,81€	78,81€	78,81€	78,81€
Preço kwh	0,1600€	0,1600€	0,1600€	0,1600€	0,1600€	0,1600€	0,1600€
Termo Potência por Dia	0,4936€	0,4936€	0,4936€	0,4936€	0,4936€	0,4936€	0,4936€
Mer. Regulado	77,14€	77,14€	77,14€	77,14€	77,14€	77,14€	77,14€
Preço kwh	0,1654€	0,1654€	0,1654€	0,1654€	0,1654€	0,1654€	0,1654€
Termo Potência por Dia	0,3659€	0,3659€	0,3659€	0,3659€	0,3659€	0,3659€	0,3659€
Mer. Indexado (EDP)	74,94€	74,94€	74,50€	79,81€	79,86€	79,86€	84,82€
Preço kwh	0,1528€	0,1528€	0,1517€	0,1625€	0,1651€	0,1651€	0,1775€
Termo Potência por Dia	0,4607€	0,4607€	0,4607€	0,4936€	0,4607€	0,4607€	0,4607€