

¡ACTUALIZADA!

Febrero 2026

Instituto **santalucía**

Tu jubilación paso a paso

Entiende | Decide | Planifica



Instituto santalucía

El **Instituto santalucía** es una plataforma de investigación y debate de santalucía, uno de los mayores grupos aseguradores internacionales. Su objetivo principal es fomentar el debate sobre el problema del ahorro sostenible además de indicar dos áreas de acción claves: ayudar a las personas a entender sus decisiones financieras y promover la colaboración colectiva para cambiar las actitudes de los consumidores hacia el ahorro a largo plazo.

El pilar básico del Instituto lo conforma un **Foro de Expertos** integrado por profesionales e investigadores del mundo de la economía el mundo sénior y las pensiones y presidido por José Ignacio Conde Ruiz, como presidente ejecutivo, y Guillermo de la Dehesa, como presidente honorífico. La actividad del Instituto se sostiene en tres áreas de acción: el trabajo de investigación y reflexión del Foro de Expertos, la generación de estudios periódicos en materia de vida, el fenómeno sénior, pensiones y ahorro a largo plazo y el desarrollo de herramientas de análisis, ayuda y asesoramiento para los ciudadanos.

Guía sobre planificación financiera para la jubilación

Instituto **santalucía**

Esta guía sobre planificación financiera para la jubilación está adaptada a la normativa vigente en enero de 2026. Se trata de un resumen del libro "La planificación financiera para la jubilación", publicado por el Instituto Santalucía. Este libro se actualiza anualmente y puedes encontrar la versión más actualizada de forma gratuita en formato digital en la siguiente página web: institutosantalucia.es/planificacion_financiera_jubilacion

Índice



A. Conceptos básicos

06



B. El sistema público de pensiones y la jubilación

12



C. La reforma del sistema público de pensiones

18



D. Mi pensión de jubilación

24



E. Hitos a lo largo de la vida laboral susceptibles de alterar la pensión de jubilación

30



F. Hitos a lo largo de la vida laboral. **Entrada al mercado laboral. Primer empleo**

32



G. Hitos a lo largo de la vida laboral. **Formación de un hogar. Primera vivienda. Primer hijo**

38



H. Hitos a lo largo de la vida laboral. **Desempleo**

42



I. Hitos a lo largo de la vida laboral. **Incapacidad temporal y permanente**

48



J. Hitos a lo largo de la vida laboral. **Viudedad y orfandad**

54



K. Hitos a lo largo de la vida laboral. **Dependencia**

58



L. Mi planificación de la jubilación

62



M. Glosario

66

A

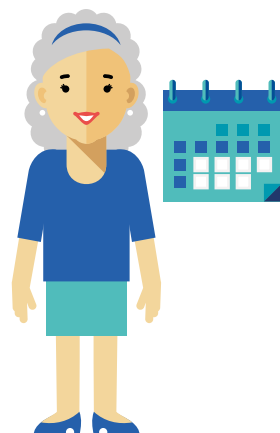
Conceptos básicos





1 ¿Qué es la jubilación?

Es el momento del ciclo vital en el que una persona **deja de trabajar** cuando alcanza la **edad legal de jubilación** o alguna de sus variantes (jubilación anticipada, etc). A partir de ese momento cobrará una **pensión pública** hasta que fallezca.



La **edad legal de jubilación** es la que las y los trabajadores deben cumplir, entre otros requisitos, para tener derecho a recibir una pensión **pública** de jubilación. Suele conllevar el cese total de la actividad laboral, pero esta ya no es una condición estricta.

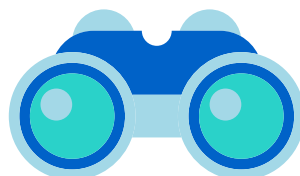


2 ¿Qué es la planificación financiera para la jubilación?

Planificar la jubilación, desde el punto de vista financiero, significa **analizar y prever los recursos económicos de los que dispondremos llegado ese momento** para poder disfrutar de un **nivel de vida** desde que deja de percibirse un salario con motivo de dicha jubilación.

La planificación deberá modificarse en función de posibles hitos que puedan ocurrir a lo largo de la vida. Algunos ejemplos de estos hitos podrían ser la pérdida de empleo o la enfermedad (ver apartado 'E- Hitos a lo largo de la vida laboral').

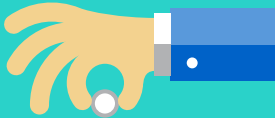
El objetivo de esta planificación es el de generar y gestionar un patrimonio suficiente para poder hacer frente al gasto actual y, especialmente, futuro. Para ello se deberán tener en cuenta las alternativas de ahorro y las figuras de protección del sistema público de pensiones a nuestra disposición.





Ejemplo:

Manuel tiene 50 años. De acuerdo con la calculadora de jubilación del Instituto santalucía, y sus necesidades estimadas para la jubilación, decide realizar una aportación anual a planes de pensiones individuales por importe de 1.500 €.



1.500€



3 ¿Por qué es importante conocer el funcionamiento y las prestaciones del sistema público de pensiones?

El conocimiento del sistema público de pensiones es una pieza clave de la planificación financiera, ya que, por lo general, las pensiones públicas son la **principal fuente de ingresos** de los jubilados.

Por otra parte, el derecho a recibir una pensión depende de los años de cotización que se realicen, y de otras reglas que se fijen por la Seguridad Social; por lo que es necesario su conocimiento para planificar adecuadamente los ingresos complementarios necesarios durante la jubilación.



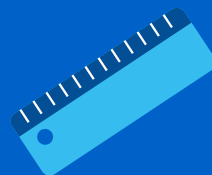
La **Vida Laboral** es la relación de todos los periodos de cotización realizados y expresa las bases de cotización por las que se ha cotizado en cada uno de ellos. Puede obtenerse la Vida Laboral a través de la web de la Seguridad Social en <https://portal.seg-social.gob.es/wps/portal/importass/importass/inicio>. De su intensidad y extensión dependerá el importe de la pensión a percibir.



Datos clave del sistema público de pensiones

El número de **nuevas altas de pensión** son las nuevas pensiones que entran cada año en el sistema. Son personas que tienen derecho a percibir pensión porque han cumplido los requisitos para la jubilación o cualquier otra contingencia afín (como viudedad o incapacidad permanente).

La **pensión media de jubilación** es el resultado de dividir el gasto total de pensiones pagado por la Seguridad Social entre el número de pensiones de jubilación.





Sistema de reparto



4 ¿Cómo funciona el sistema público de pensiones español?

Funciona como un **sistema de reparto**. Esto quiere decir que las **cotizaciones sociales** de trabajadores y empresarios, junto con **transferencias** procedentes del Estado, sirven para **pagar** las **pensiones** existentes **cada año**.

En los años en los que los ingresos por cotizaciones son superiores a los gastos por **prestaciones sociales como las pensiones**, el exceso se guarda en el **fondo de reserva de la Seguridad Social**. De esta forma, el Estado podrá hacer frente a situaciones en las que los ingresos sean inferiores a los gastos.



Cuando los ingresos han sido superiores a los gastos, el excedente pasa al **Fondo de Reserva de la Seguridad Social** que invierte esos fondos en deuda pública en su mayor parte, así como en depósitos a plazo y cuentas corrientes.

Adicionalmente, a partir de 2023 este fondo se nutre también con las aportaciones del Mecanismo de equidad intergeneracional (MEI)



En el sistema público de pensiones español los trabajadores actuales esperan que, cuando se retiren, sus pensiones sean pagadas por los trabajadores futuros, al igual que ellos lo están haciendo con los jubilados actuales. Esto se conoce como **solidaridad intergeneracional**.



5 ¿Qué riesgos cubre el sistema público de pensiones?

Entre las situaciones de riesgo que cubre el sistema público de pensiones se encuentran:

1. La **jubilación** (ver preguntas 6 a 15).
2. La **maternidad** / **paternidad** y cuidado de familiares (ver preguntas 35 a 40).
3. La **incapacidad permanente** (ver preguntas 48 a 54).
4. La **viudedad** y la **orfandad** (ver preguntas 55 a 60).



Para poder percibir una pensión asociada a dichas contingencias, se deberán cumplir una serie de requisitos.

B

El sistema público de pensiones y la jubilación





6 De cara a mi jubilación, ¿qué cubre la Seguridad Social?

Con el objetivo de que todos los ciudadanos puedan tener recursos para hacer frente a la jubilación y contingencias afines (incapacidad, viudedad, orfandad, etc.), la Seguridad Social incluye dos niveles de cobertura:

- o El **nivel contributivo** (ver pregunta 7).
- o El **nivel no contributivo o asistencial** (ver preguntas 14 y 15).



7

¿En qué consiste el nivel contributivo?

El nivel contributivo permite percibir una pensión siempre que exista una **relación con la Seguridad Social**. Esto supone, entre otros requisitos, acreditar un **periodo mínimo de cotización**.



El **periodo mínimo de cotización**, o “**periodo de carencia**”, es el tiempo que un trabajador debe cotizar para tener derecho a una prestación del sistema público. En la actualidad el periodo de carencia es de 15 años.

8 En el sistema contributivo, ¿qué se entiende por jubilación ordinaria?

Es la modalidad de jubilación a la que se tiene derecho cuando se cumple con los **requisitos** mínimos de **cotización** y **edad legal de jubilación**, siendo 15 años el periodo mínimo de cotización. Para el año 2026, esta edad se sitúa en los 66 años y 10 meses, salvo que se hubiera cotizado 38 años y 3 meses o más, en cuyo caso la edad legal de jubilación será de 65 años.



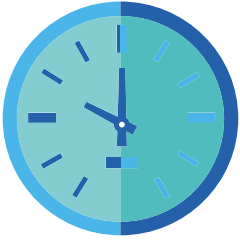
Ejemplo:

En 2026, Salvador podría jubilarse legalmente a los 65 años si hubiera trabajado desde los 25 años, habiendo cotizado 40 años.

En cambio, si por distintos motivos solo hubiese acumulado 30 años de cotización, podrá jubilarse (con el 100% de su base reguladora) cuando cumpla 66 años y 10 meses (ver preguntas 10, 11 y 12).



9 ¿Qué es la jubilación anticipada?



Se produce en un momento **anterior** a la **edad legal de jubilación**, bien por voluntad del trabajador, bien de forma involuntaria (por despido). Conlleva una penalización sobre la pensión a percibir que varía con la extensión de la anticipación y la carrera de cotización.

Algunos casos de jubilación anticipada se producen por realización de actividades penosas e insalubres, como es el caso de la minería. En estos casos, la pensión no se ve penalizada por la anticipación de la jubilación.



¿Sabías que...?

La **prejubilación** no es una figura normativa de la Seguridad Social. Esta solo reconoce la jubilación, sea a la edad legal o sea anticipadamente dentro de límites de edad establecidos.

La prejubilación es una práctica laboral ajena a la Seguridad Social que implica **dejar el trabajo antes de la edad legal de jubilación** en dos supuestos:

- Como consecuencia de un **expediente de regulación de empleo** (ERE), que deberá ser inscrito en el Instituto Nacional de la Seguridad Social.
- Mediante acuerdo privado entre una empresa y sus trabajadores, quienes, bajo ciertas condiciones de edad y compensaciones, dejan la empresa.

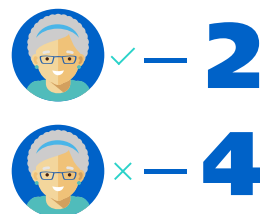
Por lo general, estos acuerdos conllevan el pago de un capital y/o mensualidades y cotizaciones por parte de la empresa hasta el momento de la jubilación del trabajador.



10 ¿A qué edad me puedo jubilar anticipadamente?

La edad de jubilación anticipada por voluntad del trabajador será, como **máximo, 2 años** antes de la edad exigida legalmente en cada caso.

El máximo será de **4 años** en el caso de jubilación anticipada que no sea por voluntad del trabajador. Es el caso de los expedientes de regulación de empleo.



11 ¿Puedo seguir trabajando una vez jubilado?

Sí, es lo que se conoce como **jubilación flexible**. Supone compatibilizar, una vez causada la pensión de jubilación, con un contrato a tiempo parcial; con una dedicación mínima del 25% y máxima del 50%. También existen las figuras de la jubilación parcial y la jubilación activa.

12 ¿Qué es la jubilación parcial?

La jubilación parcial se produce cuando el trabajador, cumple una determinada edad, y antes de jubilarse de manera ordinaria, decide simultanear una pensión con un contrato de trabajo a tiempo parcial. Esta jubilación puede estar vinculada o no con un contrato de relevo; y los requisitos de edad y de vinculación con la empresa varían en función de si hay o no ese contrato de relevo.



Ejemplo:

La edad legal de jubilación de María es de 66 años y 10 meses en el año 2026.

Podrá jubilarse anticipadamente a los 64 años y 10 meses, de forma voluntaria.

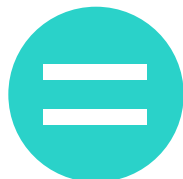
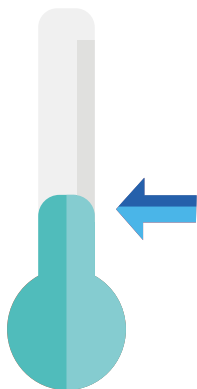
No obstante, si la jubilación anticipada fuera consecuencia de un ERE, la jubilación podría producirse a los 62 años y 10 meses.



El **contrato de relevo** se realiza con un trabajador en situación de desempleo para sustituir a un trabajador que accede a la jubilación parcial.

De esta forma, se celebrará un contrato a jornada parcial o completa con ese trabajador desempleado y el contrato de relevo con el trabajador que accede a la jubilación parcial.

13 ¿Qué diferencia hay entre la jubilación parcial y la jubilación flexible o la jubilación activa?



Tanto en la **jubilación parcial** como en la **jubilación flexible** se compatibiliza la pensión con el salario de un trabajo a tiempo parcial.

La diferencia reside en que en la jubilación parcial, la persona se encuentra trabajando, y **modifica su contrato laboral** de un **contrato a tiempo completo** a un **contrato a tiempo parcial** al tiempo que accede a la **jubilación**. En la jubilación flexible, el pensionista **vuelve** al mercado laboral después de haberse jubilado.

Por su parte, la jubilación activa, accesible cuando se tiene derecho al 100% de la base reguladora, consiste en la renuncia al 50% de la pensión y el pago de una cotización de solidaridad del 9% de la base de cotización a cambio de poder trabajar sin límite de dedicación ni de ingresos laborales.

A partir del 1 de abril de 2025, entran en vigor varias reformas en las modalidades de jubilación parcial, demorada y activa en España.

Jubilación parcial: se podrá acceder hasta tres años antes de la edad legal de jubilación y la reducción de la jornada laboral deberá estar entre el 20% y 33% el primer año y entre el 25 % y 75% en los siguientes.



Jubilación demorada: A partir del segundo año de demora la pensión se incrementará un 2% cada 6 meses, y los incentivos serán compatibles con la jubilación activa.

Jubilación activa: Se elimina el requisito de tener una carrera completa de cotización para acceder a la jubilación activa. ahora, se podrá cobrar un porcentaje de la pensión mientras se sigue trabajando y aumentará con el tiempo hasta poder llegar al 100% en el 5º año.

14 ¿Qué es el nivel no contributivo o asistencial?

La Seguridad Social proporciona coberturas en dos niveles: el nivel contributivo y el nivel no contributivo. Este último nivel permite recibir una pensión a los ciudadanos que se encuentren en una determinada situación de necesidad y carezcan de los recursos suficientes, aun cuando **no hubieran cotizado nunca o lo hubiesen hecho por menor tiempo del exigido** para alcanzar las prestaciones del nivel contributivo. Esta prestación contempla dos contingencias: jubilación e invalidez.

¿Sabías que...?

El nivel no contributivo o asistencial obtiene sus recursos a través de las **aportaciones del Estado**, garantizando pensiones a aquellas personas que carecen de recursos suficientes para su subsistencia.

15 ¿Qué requisitos necesito cumplir para obtener una pensión no contributiva?

- o Tener cumplidos 65 años, para la prestación por jubilación y entre 18 y 65 años para la de invalidez en la fecha de la solicitud.
- o **Residir legalmente en territorio español** y haberlo hecho durante 10 años, entre la edad de 16 años y la fecha de la pensión, de los cuales dos deberán ser consecutivos e inmediatamente anteriores a la fecha de la solicitud.
- o **Carecer de rentas o ingresos suficientes.** Se considera que no se dispone de ingresos suficientes cuando la suma de los ingresos totales no supera los **8.803,20 € anuales** (2026). Dicho límite puede incrementarse en función del número de personas que convivan con la persona que solicita la pensión.



65 o +



≤ 8.803,20 €

C

La reforma del sistema público de pensiones

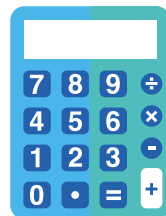




16 ¿Qué cambios ha sufrido el sistema público de pensiones?

1. **Retraso** en la **edad legal de jubilación**, pasando de 65 a 67 años. La reforma establece el paso a los 67 años de forma gradual en el periodo 2013-2027. En 2026 la edad legal de jubilación se sitúa en los 66 años y 10 meses.
2. Desde 2026 se aplica un periodo de **cómputo dual**: la Seguridad Social calcula automáticamente **dos bases reguladoras** —los últimos 25 años vs. 29 años de carrera excluyendo los 24 meses de peores bases— y aplica la más favorable al pensionista. Este sistema se desplegará gradualmente hasta 2044.

65-->67



La **base reguladora** es una especie de “salario medio pensionable final” sobre el que se rige la Seguridad Social para determinar la cuantía de una prestación solicitada.

Se calcula en función de las bases de cotización del periodo de cómputo actualizadas con el Índice de Precios al Consumo (IPC) de cada año (excepto los dos últimos años).



3. **Aumento** del número de **años cotizados** para alcanzar el 100% de la **base reguladora**.
4. Endurecimiento en los **requisitos** de acceso a las modalidades de **jubilación anticipada y parcial** (ver preguntas 9, 10 y 11).
5. Actualización de las pensiones con la variación del Índice de Precios al Consumo (IPC), mecanismo que reemplaza al Índice de Revalorización de las Pensiones (IRP), introducido en 2014, que ha quedado definitivamente derogado y sin efectos. (ver preguntas 17, 18 y 19).
6. Modificación de los coeficientes de penalización o bonificación por jubilación anticipada o demorada.
7. Modificación de las tablas de cotización para trabajadores autónomos.





SEGURIDAD
SOCIAL

17 ¿Cómo se aplica el IPC para la revalorización de las pensiones?

En enero de cada año “t”, las pensiones pagadas en diciembre del año “t-1” se actualizan con la media de las tasas ínter anuales de variación del IPC de los doce meses precedentes (noviembre “t-1” a diciembre de “t-2”, en realidad).

18 ¿Cuándo se empieza a aplicar el IPC a la revalorización a mi pensión?

Una vez derogados definitivamente el Índice de Revalorización de las Pensiones (IRP) y el Factor de Sostenibilidad (FS), se volvió a la revalorización con la variación del IPC en enero de 2022.

El crecimiento de pensiones contributivas para 2026 será del 2,7%.

Ejemplo:

La media de las tasas interanuales de variación del IPC de los doce meses transcurridos entre diciembre de 2024 y noviembre de 2025 fue del 2,7%, por lo que las pensiones suben ese porcentaje a partir de enero de 2026.

19 ¿Puede bajar mi pensión con el criterio del IPC?

No. Aunque la regla, de aplicarse de forma simétrica, implicaría un descenso del valor nominal de la pensión si la inflación media hubiera sido negativa, la norma legal establece claramente que en este supuesto el valor nominal de la pensión no descenderá.



2023

20 ¿Qué es el Mecanismo de Equidad Intergeneracional (MEI)?

El MEI es un mecanismo que ha sido recientemente legislado con objeto de obtener recursos adicionales para afrontar el mayor gasto en pensiones que supondrá la cercana jubilación de las cohortes de trabajadores del denominado “baby boom” (nacidas entre 1958 y 1977).

Consiste en un aumento del tipo de cotización por contingencias comunes. Para 2026 es de 0,9% con cargo del 0,75% a la empresa y el 0,15% al trabajador. Los autónomos lo asumen íntegramente.

Reemplaza al Factor de Sustitución (FS), introducido en 2014, definitivamente derogado y sin efectos económicos, que nunca se llegó a aplicar.



¿Sabías que...?

El aumento de los años que un individuo espera vivir es siempre una buena noticia porque evidencia los avances en la calidad de vida de la sociedad.

No obstante, vivir más años implica, a su vez, que la Seguridad Social pagará las pensiones por jubilación o viudedad durante más tiempo, independientemente de los años cotizados por cada uno de los ciudadanos siempre que se mantenga la edad de jubilación o que esta aumente por debajo de lo que aumenta la esperanza de vida.

A esto hay que añadir que el modesto y decreciente número de nacimientos reduce el número futuro de trabajadores cotizantes, lo que dificulta la sostenibilidad del sistema de la Seguridad Social al ser el reparto el método financiero del sistema público.

Con objeto de evitar esta situación, agravada además por la jubilación inminente de las cohortes del “baby boom” (nacidas entre 1958 y 1977) se ha creado el Mecanismo de Equidad Intergeneracional (MEI). Su misión es la de allegar recursos adicionales para hacer frente al incremento de gasto esperado.



21 ¿Cómo afecta el MEI a mi pensión?

El MEI **no afecta** de ninguna manera a las pensiones ya que, aunque supone el pago de cotizaciones ligeramente aumentadas, al calcularse las pensiones teniendo en cuenta las bases y no los tipos de cotización, las cotizaciones efectivamente pagadas no tienen influencia alguna sobre el montante de la pensión. El MEI solo implica un cierto esfuerzo de cotización adicional que no se ve reflejado en modo alguno en la pensión con las



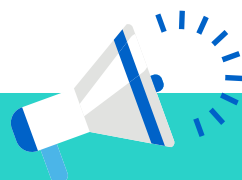


22

reglas actuales.

¿Cuándo entra en vigor el Mecanismo de Equidad Intergeneracional?

El MEI empezó a actuar en enero de 2023 y finalizará, en principio, en 2032. En ese momento se analizará si se cumple con el objetivo o se tiene que continuar utilizándolo.



Ejemplo:

En 2026, todos los trabajadores, y sus empleadores, en el caso de los asalariados, abonan 0,9 puntos porcentuales adicionales al 28,2% del salario bruto que se abona por contingencias comunes. En el caso de los asalariados, 0,15 pp corresponden al trabajador y 0,75 pp al empleador. Los trabajadores autónomos asumen el 0,9% en su totalidad.



D

Mi pensión de jubilación





23 ¿Qué información aporta la Seguridad Social sobre la pensión de jubilación?

Anualmente la Seguridad Social envía a todos sus afiliados un informe de vida laboral con todos los periodos de cotización con fecha exacta de inicio y final del trabajador, como asalariado o autónomo, las empresas para las que ha trabajado y los años, meses y días en los que se ha estado cotizando efectivamente desde el inicio de la carrera laboral.



24 ¿Cómo calculo mi pensión de jubilación?

El siguiente ejemplo es ilustrativo para el cálculo de la pensión de jubilación del sistema público:





Ejemplo: Cálculo de pensión pública



Nacho, soltero, tuvo una larga carrera de cotización como empleado en una conocida empresa textil española, en la que empezó a trabajar desde muy joven, acumulando 40 años de cotización.

Nacho se jubiló el 1 de enero de 2023, con 63 años, y para conocer su pensión de jubilación de la Seguridad Social tuvo que cumplimentar los siguientes pasos.

Paso 1 Obtención de las bases de cotización



Nacho se jubiló el 1 de enero de 2023, y pudo hacerlo anticipadamente porque ha cotizado durante 40 años y tiene 63 años recién cumplidos. Para el cálculo de su pensión fue necesario recuperar las bases de cotización de los 25 años anteriores a la fecha de jubilación, entre 1998 y 2022.

Nacho ha revisado su historia laboral y obtiene las siguientes bases de cotización mensuales:

Año	Año de cotización	Salario bruto mensual	Base máxima mensual del año	Bases de cotización mensuales aplicadas
2022	25	5.253,79	4.139,40	4.139,40
2021	24	5.191,50	4.070,10	4.070,10
2020	23	5.130,94	4.070,10	4.070,10
2019	22	5.069,11	4.070,10	4.710,10
2018	21	5.009,39	3.751,20	3.751,20
2017	20	4.950,87	3.751,20	3.751,20
2016	19	4.806,67	3.642,00	3.642,00
2015	18	4.666,67	3.606,00	3.606,00
2014	17	4.530,74	3.597,00	3.597,00
2013	16	4.398,78	3.425,70	3.425,70
2012	15	4.270,66	3.262,50	3.262,50
2011	14	4.146,27	3.230,10	3.230,10
2010	13	4.025,51	3.198,00	3.198,00
2009	12	3.908,26	3.166,20	3.166,20
2008	11	3.794,43	3.074,10	3.074,10
2007	10	3.683,91	2.996,10	2.996,10
2006	9	3.576,61	2.897,70	2.897,70
2005	8	3.472,44	2.813,40	2.813,40
2004	7	3.371,30	2.731,50	2.731,50
2003	6	3.273,11	2.652,00	2.652,00
2002	5	3.177,77	2.574,90	2.574,90
2001	4	3.085,22	2.499,91	2.499,91
2000	3	2.995,36	2.450,87	2.450,87
1999	2	2.908,11	2.402,73	2.402,73
1998	1	2.823,41	2.360,17	2.360,17



Paso 2



Es importante destacar que las bases de cotización tienen un tope máximo. Nacho ha registrado salarios por encima de las bases máximas de cotización, y ha cotizado por esas bases máximas y no por el salario efectivamente percibido.

Cálculo de la base reguladora

Nacho aplicó la fórmula del cálculo de la base reguladora, teniendo en cuenta que se jubilaba el 1 de enero de 2023, y que el número de meses a considerar para el cómputo de la pensión ya se había estabilizado en 300 en el año 2022 (25 años x 12).

Hay que recordar que hay que sumar las bases mensuales de cotización de los dos años anteriores a la jubilación sin actualizar, a las de los 23 años anteriores, actualizadas estas últimas con el IPC de la serie histórica del INE hasta completar los 25 años de referencia.

Recordemos que el divisor para obtener la base reguladora mensual es 350 (25 años x 14 pagas al año).

Cálculo de la base reguladora

☒	Suma de bases de cotización actualizadas	1.168.530,80 euros
☒	Divisor	350
☒	Base reguladora	3.338,66 euros



Los 1.168.530,80 € son la suma de las bases de cotización actualizadas, mientras que los 3.338,66 euros es la base reguladora mensual.

Paso 3



Ajuste de la base reguladora en función de la carrera de cotización

Al acumular Nacho 40 años de cotización, el porcentaje de ajuste de la base reguladora resultó ser del 100%. Si no hubiera podido cotizar durante tanto tiempo, el porcentaje habría sido menor:

Cálculo de la base reguladora ajustada

☒	Base reguladora	3.338,66 euros
☒	% de ajuste	100%
☒	Base reguladora ajustada	3.338,66 euros

Ajuste de la base reguladora por jubilación anticipada

La base reguladora anterior debe ahora ajustarse por la anticipación de la edad de jubilación.

Por haber cotizado durante más de 37 años y 6 meses, Nacho pudo acogerse a la edad legal de 65 años y a una jubilación anticipada de 63 años, como se ha indicado.

Este adelanto en la edad de jubilación en 2 años tiene una penalización recogida en la normativa vigente en 2023 de 19 puntos porcentuales por 24 meses de adelanto de la jubilación. Esta penalización varía en función a los años de cotización y los meses de adelanto de la jubilación. Si tuviera menos de 38 años y 6 meses sufriría una penalización del 21%. La penalización puede reducirse hasta el 13% con 44 años y 6 meses (en 2024 se aplicarán nuevos coeficientes reductores ya establecidos en la normativa).

Paso 4





Como se muestra en el cuadro siguiente, esta penalización acumula 500,80 € que deben restarse de la base reguladora mensual anteriormente obtenida.

El ajuste que le correspondió hacer a Nacho sobre su base reguladora fue por lo tanto de 634,35 euros, lo que determinaba una base reguladora ajustada por jubilación anticipada de 2.702,25 euros.

La base reguladora ajustada de Nacho, al estar este en un caso de jubilación anticipada voluntaria, no podía superar la pensión máxima vigente en 2023 (de 3.058,81 euros al mes) ajustada, a su vez con -0,5 puntos porcentuales por trimestre de anticipación, 4 pp en su caso.

La pensión máxima así ajustada resultó ser de 2.936,46 euros ($3.058,81 \times 0,96$), claramente superior a la base reguladora ajustada de Nacho, por lo que la pensión que este obtuvo el 1 de enero de 2023 ascendió a los ya mencionados 2.702,25 euros pagaderos en 14 pagas al año. Es decir, una pensión bruta anual de 37.831,50 euros.

Paso 5



Bonificaciones por retraso en la edad de jubilación

Nacho, al haberse jubilado anticipadamente, no pudo beneficiarse de bonificaciones por retraso en la edad de jubilación.

Paso 6



Primera pensión de jubilación: límites máximos y mínimos

Nacho observa las pensiones mínimas y máximas de jubilación para 2023, de 732,60 € y de 3058,81 € respectivamente, y constata que la pensión que ha calculado anteriormente no se ve afectada por el límite superior ya que la penalización por jubilación anticipada rebaja la base reguladora ajustada incluso por debajo del límite máximo ajustado, a su vez, por la penalización de 0,5 pp por trimestre de adelanto.

Paso 7



Impuestos aplicables a la pensión pública de jubilación

Cada mes, Nacho está percibiendo cada mes el importe líquido siguiente, considerando que su tipo de retención, después de realizados los cálculos fiscales pertinentes, es del 14% (retención a cuenta, pendiente de la declaración en el siguiente ejercicio).

Cálculo pensión neta

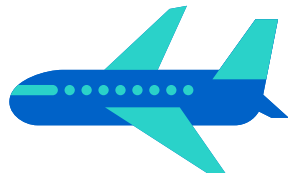
☒	Pensión bruta	➔	2.702,25 euros
☒	Tipo retención IRPF	➔	14%
☒	Pensión neta	➔	2.323,94 euros



25

¿Es suficiente con la pensión pública para la jubilación? ¿Cuánto tengo que ahorrar para mi jubilación?

Dependerá del **nivel de vida** que se quiera alcanzar en el momento de la jubilación.



¿Sabías que...?

Una forma rápida y sencilla de estimar la necesidad de ahorro para mantener un nivel de vida determinado durante la jubilación es utilizar regularmente la calculadora de jubilación del **Instituto Santalucía**.

La calculadora de jubilación te ayudará a:

1. Conocer las aportaciones que de forma periódica debes realizar para obtener la renta total de jubilación que desees.
2. Calcular el ahorro fiscal que obtendrás con esa aportación.
3. Conocer tu nivel de vida con la pensión de la Seguridad Social y las de las soluciones previsionales complementarias que desees contratar.



E

Hitos a lo largo de la vida laboral susceptibles de alterar la pensión de jubilación





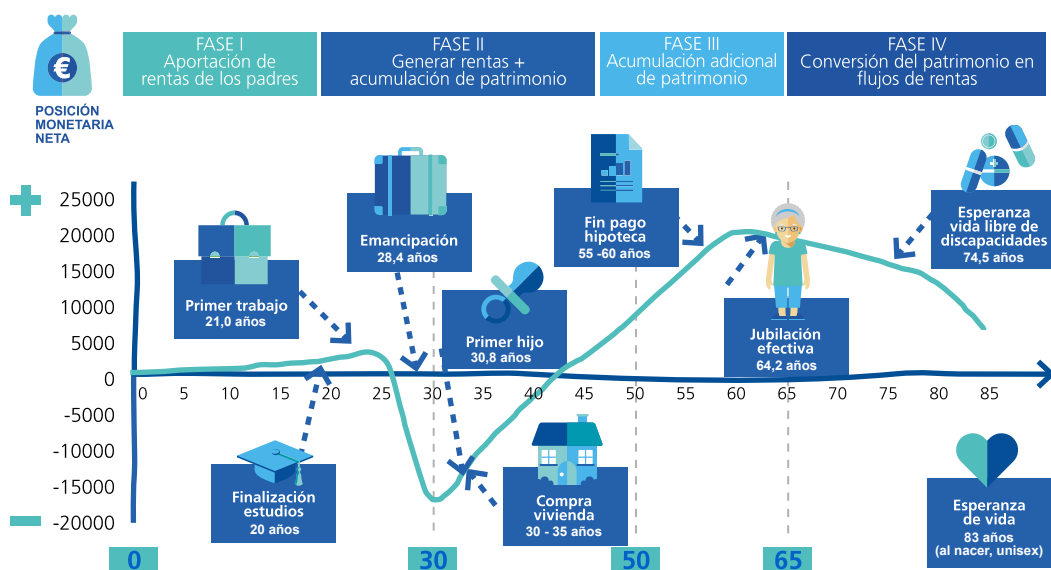
26 ¿Los acontecimientos de mi vida personal y profesional pueden afectar a mi pensión pública por jubilación?

Sí, en la medida en que pueden reducir los ingresos o incrementar los gastos y, por lo tanto, afectar a la acumulación de patrimonio y ahorro que se empleará en el momento de la jubilación. Algunos de los acontecimientos más significativos que pueden producirse a lo largo de la vida personal y profesional de las personas son:

- o El **acceso al mercado de trabajo** y las características del **primer empleo**.
- o La **emancipación, formación de un hogar**, la compra de una **primera vivienda** e, incluso, el nacimiento del **primer hijo**.
- o Los periodos de **desempleo**.
- o La **incapacidad transitoria o permanente**.
- o La **viudedad y orfandad**.
- o La situación de **dependencia** personal.

Fuente: La Planificación Financiera para la Jubilación

Ciclo financiero a lo largo de la vida (edades ilustrativas)



F

Hitos a lo largo de la vida laboral.

Entrada al mercado laboral.

Primer empleo





27 ¿Para qué cotizo a la Seguridad Social?

Los trabajadores cotizan a la Seguridad Social y a otros Organismos públicos (como el SEPE o el FOGASA) para **recibir protección pública** (principalmente, mediante una prestación económica) si se presenta alguna situación de riesgo a lo largo de su vida personal y laboral (ver pregunta 26).

Dentro del importe total cotizado, se distingue la parte destinada a cubrir los periodos de enfermedad o accidente (ocasionado o no durante la jornada laboral), desempleo y formación del trabajador, así como la que garantiza la percepción de su salario o indemnización por despido, además de la percepción de una pensión.



28 ¿Cuándo comienzo a cotizar a la Seguridad Social?

En el momento en que una persona comienza a trabajar en su **primer empleo** está obligada a darse de alta en la Seguridad Social y a cotizar. Para ello, es necesario afiliarse al **régimen** de la Seguridad Social que le corresponda:

- o **Régimen general**, compuesto por los trabajadores por cuenta ajena de la industria y los servicios. El empresario y el trabajador están obligados a cotizar a la Seguridad Social en nombre del trabajador contratado.
- o **Régimen especial de los trabajadores autónomos** (RETA). La obligación de cotizar a la Seguridad Social corresponde únicamente al trabajador.





Ejemplo:

Con la reforma del sistema de pensiones de 2011, en el año 2027 será necesario haber cotizado, al menos, 38 años y 6 meses para poder jubilarse a la edad de 65 años.

29 ¿Es importante el momento de acceso al mercado de trabajo?

Sí. El alargamiento del periodo de formación y, por lo tanto, el retraso en la incorporación al mercado laboral reducen el número de **años cotizados** a la Seguridad Social (salvo que se demore la jubilación), lo que determina no solo el **importe** de la pensión pública, sino también la **edad** a la que el trabajador puede jubilarse.

30 ¿Por qué es imprescindible conocer y entender mi nómina?

Es necesario familiarizarse con los distintos conceptos que integran una nómina típica para **gestionar** adecuadamente la economía personal y **planificar** la jubilación. Los más relevantes son:

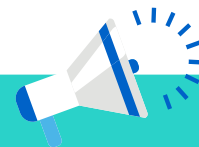
- o **Salario base:** es la remuneración fijada en convenio que recibe un trabajador y que depende de las horas trabajadas y su **categoría profesional** o grupo de cotización.



La **categoría profesional** es el grupo al que pertenece cada uno de los trabajadores y que se identifica por las características profesionales generales que reúne un colectivo de trabajadores. Actualmente existen 11 categorías profesionales y otros tantos grupos de cotización.



- o **Retribución en especie:** es la remuneración que recibe un trabajador en forma de bienes y servicios de la empresa. No puede superar el 30% de la remuneración total.
- o **Cotización a la Seguridad Social a cargo del trabajador:** es la cantidad que se ingresa mensualmente a la Seguridad Social, descontada del salario bruto (ver pregunta 31).
- o **Retención en el IRPF:** es el pago anticipado del impuesto y depende de los ingresos del trabajador y de su situación personal y familiar.



Ejemplo:

Los casos de retribución en especie más comunes son los vehículos de empresa para uso particular o las cestas de Navidad.

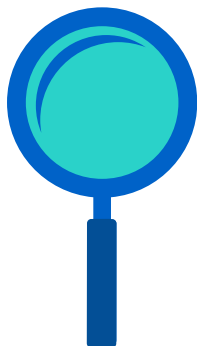
Estructura de una nómina tipo

EMPRESA (RAZÓN SOCIAL)				C.I.F.		Nº CUENTA COTIZACIÓN S.S.	
Nombre de la empresa				Identificación empresa		Nº Identificación empresa en SS	
DOMICILIO				POBLACIÓN			
Domicilio social de la empresa				Localidad en la que se sitúa el domicilio social de la empresa			
TRABAJADOR (NOMBRE Y APELLIDOS)				D.N.I.		Nº AFILIACIÓN S. S.	
Nombre y apellidos del empleado				Identificación empleado		Nº Identificación empleado en SS	
FECHA DE ALTA	ANTIGÜEDAD	CATEGORÍA	PTO. TRABAJO	Nº MATR.	SECCIÓN	CONT.	
en empresa	en empresa	Título profesional		0		100	
PERIODO DEVENGADO				DÍAS			
Del 01 de 01 al 31 del 01 de 2021				31			
CUANTÍA	PRECIO	CÓDIGO (*)	CONCEPTO				
30,00	24,97	1	SALARIO BASE				
30,00	32,19	1	RETRIBUCIÓN CUENTA CONVENIO				
5,00	10,00	1	RETRIBUCIÓN EN ESPECIE				
1,00	156,57	2	PRÉSTAMO				
0,15	0,86	2	INTERESES PRÉSTAMO ESPECIE				
		2	RETENCIÓN I.R.P.F.				
		2	D.T.O. CONT. COMUNES				
		2	D.T.O. BASE ACCIDENTE				
					15,00%		
					4,80%		
					1,65%		
DEVENGO				DEDUCCIÓN			
749,15							
965,71							
50,00				156,57			
				0,13			
				264,73			
				101,66			
				34,94			
DETERMINACIÓN DE LAS BASES DE COTIZACIÓN AL RÉGIMEN GENERAL DE LA S.S.							
BASE TOTAL DE COTIZACIÓN	DESG. BASES	GRU	IMPORTE	%	APOR. TRAB.	TOTAL DEVENGO	
REMUN. TOTAL	1.764,86	REG. GRAL.	5	2.117,83	4,80%	101,66	TOTAL DEDUCCIÓN
PROR. PAG. EX.	352,97	DESEMPLEO-FI	2	2.117,83	1,65%	34,94	
TOTAL	2.117,83	HORAS EXTRAS					
						LIQUIDO TOTAL A PERCIBIR	
						1.210,83	

(*) 1: Percepciones sujetas a cotización al Régimen General de la Seguridad Social
2: Percepciones excluidas de cotización al Régimen General de la Seguridad Social

- 1 Base de cotización a la S.S.
- 2 Grupo profesional de cotización a la S.S.
- 3 Salario base.
- 4 Retribuciones en especie.
- 5 Contingencias comunes.

Fuente: La Planificación Financiera para la Jubilación



31 ¿Dónde puedo ver lo que cotizo a la Seguridad Social en mi nómina?

En una **nómina** típica debe aparecer la cotización a la Seguridad Social a cargo del trabajador, que se calcula multiplicando la **base de cotización** por el **tipo de cotización** (el 5,05% en la actualidad, por contingencias comunes, tras el incremento paulatino en 2023 debido a la entrada en vigor del MEI).



La **base de cotización** mensual es la suma del salario base y en especie, así como la parte proporcional de las pagas extraordinarias. No puede ser mayor ni menor que los límites establecidos por la Seguridad Social para cada grupo de cotización.



El **tipo de cotización** es el porcentaje que se aplica a la base de cotización para la obtención de la cuota o importe a pagar a la Seguridad Social. Varía en función del riesgo cubierto (contingencias comunes, entre ellas la de jubilación, discapacidad transitoria, accidente laboral, desempleo, etc.) y de quién sea el pagador (empresa o trabajador).

En cambio, no aparece la cotización a la Seguridad Social cargo de la empresa a favor del trabajador y que supone el 24,23% de la base de cotización (tras la introducción del MEI). En total, por el tipo del 5,05% en 2026 por contingencias comunes no aparece la cotización a cargo de la empresa (23,98% en 2026), que supone el total del 29,2% por contingencias comunes.



32 ¿Cómo puedo obtener mi informe de vida laboral?

La Seguridad Social envía, anualmente y por **correo postal**, el informe de vida laboral a sus afiliados. En este informe se detallan los empleos en los que se ha trabajado y las **bases de cotización** de los últimos veinticinco años. También puede solicitarse a través de la **página web** de la Seguridad Social, por **teléfono** o en cualquiera de las **oficinas** distribuidas por todo el país. También puede obtenerse el informe de la Vida Laboral a través de la web de la Seguridad Social en <https://portal.seg-social.gob.es/wps/portal/importass/importass/inicio>.



33 ¿Mi empresa debe ofrecermé un plan de pensiones complementario?

La empresa **no está obligada** a tener un plan de pensiones complementario para sus empleados. Ahora bien, las grandes empresas suelen tenerlo y realizan aportaciones en nombre de sus trabajadores cuando estos llevan en la empresa dos años o más. Si la empresa decide promover un plan de pensiones de empleo para sus trabajadores, está obligada a incluirlos a todos.



G

Hitos a lo largo de la vida laboral.

Formación de un hogar.

Primera vivienda.

Primer hijo





34 Qué es mejor a efectos de la planificación de mi jubilación, ¿vivir en una vivienda de alquiler o de mi propiedad?

Antes del 1 de enero de 2013, las ventajas fiscales a la compra de la vivienda hacían preferible la compra al alquiler. Tras su desaparición para los nuevos compradores, el balance ha cambiado y en cada caso deben ponderarse los costes y beneficios de uno u otro régimen de tenencia de la vivienda en la que se reside. Cada hogar tiene motivos específicos diferenciados para comprar o alquilar. Es necesario dejarse aconsejar por profesionales. En cualquier caso, al ser una de las decisiones más importantes de la vida, debe tenerse en cuenta cuando se planifica la jubilación.



35 Si tengo un hijo, ¿puedo coger baja por nacimiento y cuidado de menor y recibir una prestación económica?

Sí. El nacimiento y cuidado de menor están protegidas por el sistema público mediante las diferentes prestaciones económicas (reguladas por el RD ley 6/2019) que ofrece durante el periodo de descanso o permiso que se disfrute, con el correspondiente reconocimiento de cotizaciones a efectos de la futura pensión de jubilación (ver preguntas 39 y 40).





36 ¿Es necesario haber cotizado previamente a la Seguridad Social para obtener una prestación por nacimiento y cuidado del menor?

Sí, es necesario tener cubierto un periodo mínimo de cotización, que varía en función de la edad. Si la persona trabajadora es menor de 21 años no se le requerirá periodo mínimo de cotización.

37 ¿Cuál es la duración de las prestaciones por nacimiento y cuidado del menor?

La duración es de un total de 16 semanas divididas en dos periodos:

- o **6 semanas**, obligatorias e ininterrumpidas a jornada completa, inmediatamente posteriores al parto. La madre biológica puede anticipar hasta 4 semanas antes de la fecha previsible del parto.
- o **10 semanas** voluntarias, continuadas al periodo obligatorio o de manera interrumpida, en periodos semanales, en régimen de jornada completa o parcial desde la finalización del periodo obligatorio hasta los 12 meses del hijo o hija.

Desde 2021 la prestación del progenitor es igual a la de la madre biológica.

Se pueden ampliar estos permisos bajo determinados supuestos relativos a nacimientos de orden superior y otros supuestos.





38 ¿Cuál es la cuantía de las prestaciones por maternidad / paternidad?

La cuantía de la prestación diaria es el resultado de dividir el importe de la **base de cotización** en el último mes trabajado por el número de días que se acudió al puesto de trabajo de dicho mes.

Ejemplo:

Lo más común es que se divida por 30 días, que equivaldría a un salario mensual.

39 ¿Cotizo para la jubilación durante la baja de maternidad / paternidad? ¿Y si pido una excedencia para el cuidado de mi hijo u otro familiar?

Sí. Además de recibir la prestación económica durante el periodo de descanso o permiso, **se sigue cotizando** a la Seguridad Social para la jubilación.

En el caso de solicitar una **excedencia** para el cuidado de un hijo u otro familiar, también se sigue cotizando para la jubilación, pero solo se considerará como **periodo de cotización** los **3 primeros años** de la excedencia laboral.

Ejemplo: Cálculo de nacimiento y cuidado del menor

Carmen da a luz a su hijo y decide solicitar la baja por nacimiento y cuidado del menor y la prestación que le corresponde, que, en su caso, asciende a 1.500 € brutos al mes. Sin embargo, esa no será la cifra que le ingresen en su cuenta bancaria, pues antes se deducirá la cotización a la Seguridad Social y la retención del IRPF:

	euros
Prestación económica concedida (a)	1.500
Cotización a la S.S. (b)	96,9
Retención del I.R.P.F. (c)	151,18
Prestación económica recibida (a)-(b)-(c)	1.251,92

40 ¿Existen alternativas para complementar mi futura pensión por jubilación durante este periodo de baja por maternidad / paternidad?

Se pueden realizar **aportaciones** a un plan de pensiones complementario a favor del cónyuge que no trabaje por encontrarse de baja por maternidad / paternidad o haber pedido una excedencia para el cuidado del hijo u otro familiar. De hecho, tiene **ventajas fiscales** que es aconsejable aprovechar.

H

Hitos a lo largo de la vida laboral. **Desempleo**





41 Si me quedo desempleado o cese mi actividad como autónomo, ¿me afecta a mi pensión pública por jubilación?

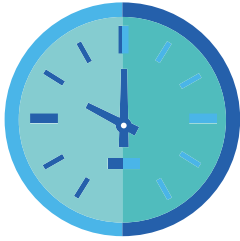
El periodo de desempleo está **protegido** por el Sistema Público de Empleo Estatal (SEPE) mediante una prestación económica contributiva o, cuando esta se agota o no se haya tenido derecho a recibirla, mediante un **subsidio por desempleo**.



El **subsidio por desempleo** es una ayuda económica asistencial que se dirige a las personas sin derecho a la prestación contributiva o que ya la hayan agotado, y siempre que cumplan una serie de requisitos.

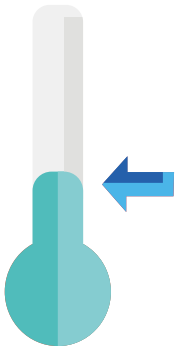


Ahora bien, tanto en el caso de la prestación económica contributiva como en el del subsidio por desempleo, ambos serán de menor importe que el salario que se percibía como trabajador, haciendo que la base reguladora también sea menor y, por tanto, la pensión de jubilación futura también lo sea.



42 ¿Cuál es la duración de la prestación por desempleo o cese de actividad?

La duración de la prestación por desempleo (asalariados) o cese de actividad (autónomos) depende del **periodo de cotización** previo (en los autónomos también es determinante su edad). En el caso de un trabajador por cuenta ajena, la duración máxima es de **720 días** (cerca de 2 años), mientras que en el de un autónomo es de **12 meses** (1 año).



43 ¿Cómo se calcula el importe de la prestación por desempleo?

La cuantía de la prestación se calcula multiplicando la **base reguladora** por un **porcentaje**, que, en el caso de los trabajadores por cuenta ajena, será del:

- o **70% en los 6 primeros meses de desempleo.**
- o **60% a partir de entonces.**

Y en el de los autónomos será del **70%**.



La **base reguladora** de un trabajador por cuenta ajena es la media de las bases de cotización de los últimos 180 días (3 meses) trabajados, siempre y cuando estos se hayan producido dentro de los 6 años inmediatamente anteriores al momento en el que se produce la situación legal de desempleo. En el caso de los autónomos, es la media de las bases por las que hubiera cotizado durante los 12 meses continuados e inmediatamente anteriores al cese de la actividad.



El importe resultante no podrá ser superior ni inferior a los límites establecidos por el Servicio Público de Empleo Estatal (SEPE) cada año.



Ejemplo:

En las últimas 6 nóminas de Luis, soltero y sin hijos, figura en 3 de ellas la cantidad de 2.000 €/mes como base de cotización y 2.100 €/mes en el resto.

La base reguladora será la suma de las bases de cotización de los últimos 180 días dividido entre 180: $2.000 + 2.000 + 2.000 + 2.100 + 2.100 + 2.100 = 12.300 / 180 = 68,33\text{€/día}$. Por tanto, Luis tendrá derecho a percibir una prestación por desempleo:

	Los primeros 6 meses	A partir del 7º mes
Prestación bruta/día	$70\% \times 68,33 = 47,83$	$60\% \times 68,33 = 41,00$
Prestación bruta/mes	1.434,93	1.229,94
Prestación máxima 2023	1.225,00	1.225,00
Retención IRPF (4,7%)	57,58	57,58
Cotización Seguridad Social (6,45%)	79,01	79,01
Prestación neta/mes	1.088,41	1.088,41

?



44 ¿Sigo cotizando para mi jubilación cuando estoy desempleado?

Sí. Durante la duración de las prestaciones por desempleo o cese de actividad el SEPE **sigue cotizando** a la Seguridad Social para la jubilación en nombre del trabajador. Una vez agotada la prestación, deja de cotizar y surgen las **lagunas de cotización**, salvo para las personas que tengan más de 55 años, que seguirán recibiendo el subsidio de desempleo hasta el momento de la jubilación.



Las **lagunas de cotización** son periodos de desempleo en los que el SEPE no cotiza para la jubilación del trabajador parado. Surgen en los episodios de desempleo sin derecho a prestaciones u otros periodos de inactividad laboral de los trabajadores.



Si se recibe la prestación por desempleo en un **único pago** para que el trabajador pueda iniciar una actividad profesional o empresarial, **no** se cotizará a la Seguridad Social para la jubilación, ni tampoco se soportarán las retenciones del IRPF (en este último caso, mientras se mantenga la actividad por 5 años; si se abandona antes habrá que tributar).

45 ¿Qué ocurre si pierdo mi empleo justo antes de jubilarme?

¿Sabías que...?

No es necesario tener 55 años para poder acceder al subsidio por desempleo; se puede obtener desde los 52 años.

Las personas que pierden su empleo y cuentan con más de 52 años reciben un **subsidio por desempleo** hasta el momento en el que alcancen la edad que les permita acceder a la pensión contributiva por jubilación.



46 ¿Cómo afectan las lagunas de cotización a mi pensión pública por jubilación?

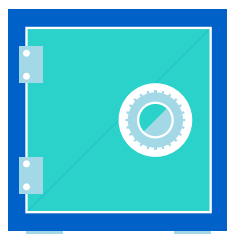
Las lagunas de cotización afectan **negativamente** a la pensión pública por jubilación si se producen dentro del periodo de cómputo. En el caso de los trabajadores por cuenta ajena, este periodo durante el que no han cotizado se completa automáticamente como si lo hubieran hecho por la **base mínima** durante 48 meses y el resto por el 50% de esa base. Sin embargo, la Seguridad Social no completa ninguna laguna de cotización si el trabajador es **autónomo**.



47 ¿Puedo utilizar el ahorro acumulado en mi plan de pensiones privado si pierdo mi empleo?

Sí, siempre y cuando la persona esté en situación legal de desempleo, no tenga derecho a las prestaciones del nivel contributivo o que haya agotado dichas prestaciones y esté inscrito en las oficinas de empleo.

[A partir de 2025 se podrán rescatar las aportaciones con una donación superior a los 10 años.](#)



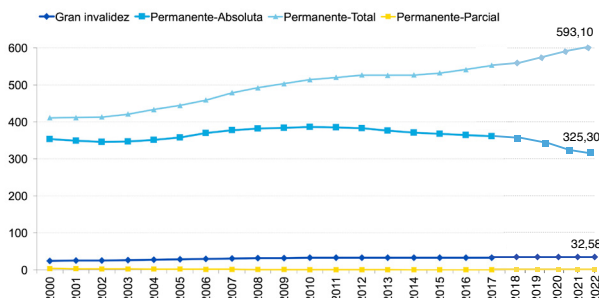
I

Hitos a lo largo de la vida laboral. **Incapacidad temporal y permanente**

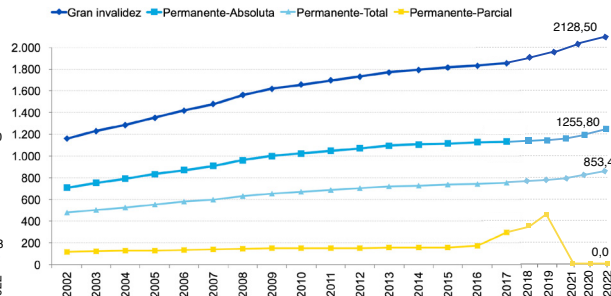




Nº de pensiones por incapacidad permanente, según grado (miles), 2000 -2022



Pensión media por incapacidad permanente según grado (€/mes), 2002-2022



48 ¿Puedo pedir una prestación si tengo algún tipo de incapacidad legalmente reconocida?

Fuente: MISSIM

El sistema público proporciona **protección** ante situaciones de incapacidad física o psíquica del trabajador, tanto si es temporal como **permanente**. De esta forma, se cubre la pérdida de ingresos que se produce cuando una persona no trabaja con motivo de una enfermedad.

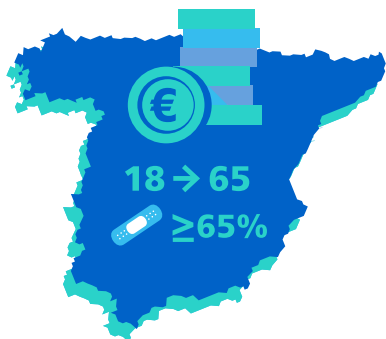
La **incapacidad permanente** se produce cuando una persona presenta reducciones anatómicas o funcionales graves que reducen o anulan su capacidad laboral de forma presumiblemente definitiva. Existen cuatro tipos: parcial y total para la profesión habitual, absoluta para todo trabajo y gran invalidez.





La **incapacidad temporal** se produce cuando una persona causa baja debido a que una enfermedad o accidente le imposibilita temporalmente para trabajar.

49 ¿Es necesario haber cotizado con antelación para ser beneficiario de una prestación por incapacidad?



No, puesto que se puede percibir una prestación no contributiva por este concepto. El sistema público ofrece, además de la prestación contributiva, una prestación asistencial para personas afectadas con una incapacidad. Para ser beneficiario de esta segunda se deben reunir las siguientes características: tener entre 18 y 65 años, vivir en España, tener un grado de discapacidad igual o superior al 65% y carecer de ingresos.

50 ¿Cuál es la duración y cuantía de una prestación por incapacidad?

La duración máxima de una prestación por incapacidad **temporal** es de **1 año**, pudiéndose prorrogar por 6 meses más si durante ese periodo se prevé la curación de la enfermedad. Comienza a cobrarse:

- o **A partir del 4º día** a contar desde la **fecha de la baja**, si se trata de una enfermedad común o accidente no laboral.



- **A partir del día siguiente de la baja** en caso de un accidente de trabajo o enfermedad profesional.

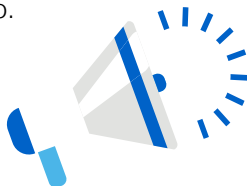
La cuantía de la prestación económica por incapacidad temporal es el resultado de multiplicar la **base reguladora** por el siguiente porcentaje:

- **Enfermedad común o accidente no laboral:**

- **60%** desde el 4º día hasta el 20º día.
- **75%** desde el 21º día en adelante.

- **Enfermedad profesional o accidente laboral:**

- **75%** desde el inicio.



Ejemplo:

María, fisioterapeuta y trabajadora por cuenta ajena, ha tenido un accidente de tráfico que le obligará a estar de baja (por contingencia común) desde el 1 al 27 de julio.

Su salario bruto del mes de junio fue de 1.640 € y la base reguladora fue de 1.909,59 €.

En julio cobrará 1.202,11 €:

- Desde el día 1º al 3º no recibirá subsidio por incapacidad temporal.
- Por los días 4º al 20º: $60\% \times (1.909,59/30) = 38,19 \text{ €/día}$ que hacen un total de 649,26 €.
- Por los días 21º al 27º: $75\% \times (1.909,59/30) = 47,74 \text{ €/día}$ que hacen un total de 334,18 €.
- Por los días 28º al 31º: $1.640 / 30 = 54,67 \text{ €/día}$ que hacen un total de 218,67 €.



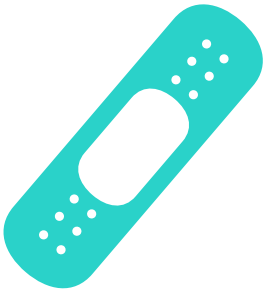
En el caso de una prestación contributiva por incapacidad **permanente**, la duración y cuantía de la prestación depende del **grado** de incapacidad reconocido al beneficiario. En general, a mayor grado, mayor pensión pública. Si bien, existen topes mínimos y máximos que no se deben rebasar.



51 ¿Cotizo para la jubilación cuando recibo una prestación por invalidez?

Durante la baja por incapacidad **temporal** o por **permanente parcial** para ejercer la profesión habitual **se cotiza** para la jubilación. Sin embargo, si el trabajador presenta una incapacidad permanente total, absoluta o gran invalidez, **se deja de cotizar** para la jubilación, puesto que ya recibe una pensión vitalicia.

52 ¿La incapacidad temporal o permanente afecta a mi pensión pública por jubilación?



La incapacidad **temporal** y la **permanente parcial** **no** afectan a la pensión pública por jubilación.

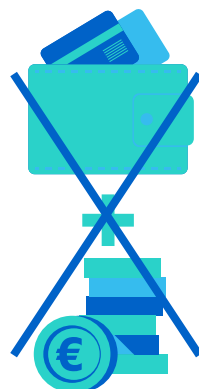
La incapacidad permanente total genera una pensión vitalicia por incapacidad permanente. Cuando el pensionista cumple su edad legal de jubilación, la pensión de incapacidad permanente pasa a denominarse de jubilación. Este cambio no tiene efectos económicos en la pensión, pero el pensionista puede optar por la pensión de jubilación si esta fuese mayor, aunque deberá pagar el IRPF ya que las pensiones de incapacidad permanente total están exentas de dicho impuesto.



53 ¿Puedo recibir una prestación por incapacidad y por jubilación a la vez? ¿y de invalidez?

La pensión contributiva de incapacidad permanente pasa a denominarse de jubilación cuando su beneficiario **cumple la edad legal de jubilación**, sin que se vea afectado el importe que se venía recibiendo (ver pregunta 52).

La pensión no contributiva de invalidez es **incompatible** con la no contributiva de jubilación, es decir, no se pueden recibir las dos prestaciones al mismo tiempo.



54 ¿Cómo puedo cubrir el riesgo de sufrir una incapacidad?

Además de las coberturas de la Seguridad Social ya mencionadas, mediante **seguros de salud** se puede cubrir adicionalmente el riesgo de sufrir una incapacidad temporal, mientras que los **seguros de vida riesgo**, los **planes de pensiones** y los **planes de previsión asegurados (PPA)**, cubren la incapacidad permanente. En estos dos últimos casos, se pueden hacer aportaciones a favor de un familiar con incapacidad y aprovechar las ventajas fiscales.



J

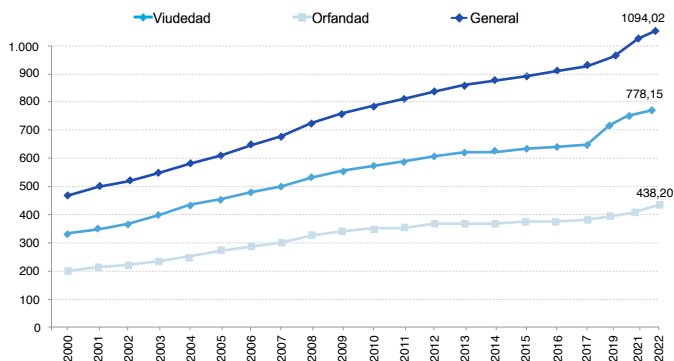
Hitos a lo largo de la vida laboral.

Viudedad y orfandad





**Pensión media por fallecimiento
y general (€/mes), noviembre de 2000-2022**

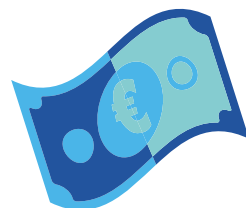


Fuente: MISSM

55 Si fallece mi cónyuge o uno de mis padres, ¿puedo solicitar una pensión por viudedad y orfandad?

Sí, siempre y cuando se cumplan los siguientes requisitos:

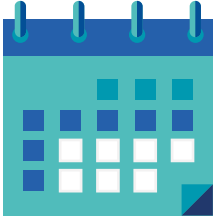
- o La persona fallecida debía estar **afiliada**, dada de **alta** y, por tanto, **cotizando** a la Seguridad Social.
- o La persona **beneficiaria**:
 - o **Si solicita una pensión por viudedad**, debía estar **casada** con la fallecida (si ya no lo estuviera, es necesario que el matrimonio se haya declarado nulo con derecho a indemnización o, si se hubiera separado o divorciado, existiese el derecho a cobrar una pensión compensatoria) o ser **pareja de hecho**.
 - o **Si solicita una pensión de orfandad**, debía ser **hijo** del fallecido y **menor de 21 años** (o mayor si tiene reconocida una **incapacidad** permanente absoluta o gran invalidez).





56

¿Cuál es la duración de la prestación por fallecimiento?

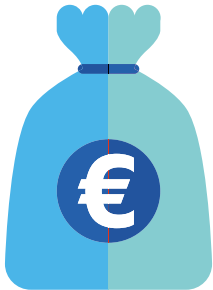


La duración de la pensión por viudedad finaliza, por lo general, cuando el beneficiario contrae **matrimonio**, constituye una **pareja de hecho** o es declarado **culpable** de la muerte del cónyuge.

La duración de una pensión por **orfandad** se extingue, por lo general, cuando el beneficiario cumpla **21 años**, sea **adoptado** o contraiga **matrimonio**.

57

¿Cuál es la cuantía de la prestación por fallecimiento?



La cuantía de la pensión por fallecimiento es el resultado de multiplicar la **base reguladora** por el siguiente porcentaje:

- o **52%**, como norma general, en el caso de una pensión por **viudedad**, pudiendo ser superior si se cumplen otros requisitos (por ejemplo, será del 60% si la persona beneficiaria tiene 65 o más años y no tenga otras pensiones o ingresos y del 70% si hubiera cargas familiares).
- o **20%** por hijo en el de una pensión por **orfandad** y hasta el 48% de la base reguladora para todos los hijos, pudiendo elevarse hasta el 72% si no existiese beneficiario de una pensión por viudedad.



La **base reguladora** dependerá, en este caso, de la situación en la que se encontrara la persona fallecida (trabajador en activo o pensionista) y de la causa del fallecimiento (enfermedad o accidente laboral o no).

- o En cualquier caso, no deben ser superiores ni inferiores a los límites establecidos.



58 ¿La prestación por fallecimiento cotiza para mi jubilación?

No. El hecho de recibir una prestación por viudedad u orfandad no implica el reconocimiento de cotizaciones adicionales por parte de la Seguridad Social, es decir, no cotiza para la jubilación de la persona beneficiaria.

59 ¿Puedo recibir una prestación por viudedad y jubilación a la vez? ¿Y por orfandad?

La persona beneficiaria que tenga derecho a una prestación por **viudedad podrá compatibilizarla** con la pensión por jubilación que le corresponda cuando acceda a la misma, siempre y cuando la pensión que recibía la persona fallecida fuese **contributiva** y no se superase entre ambas el **límite máximo** de prestación pública, en cuyo caso se elimina el exceso sobre dicho límite.

La pensión por **orfandad sólo** será compatible con la de jubilación si el huérfano fue declarado incapacitado para el trabajo antes de que cumpliera 21 años.

60 ¿Cómo puedo cubrir el riesgo de mi fallecimiento?

Un **plan de pensiones** o un **PPA** permite generar derechos a distintos tipos de prestaciones si fallece el partícipe o el beneficiario de los mismos.

También puede contratarse un **seguro de vida**.

Ejemplo:

Si Francisco, recién jubilado y cobrando la pensión contributiva por jubilación de 1.945 €, falleciese, su viuda Susana tendría derecho a cobrar una pensión por viudedad de 1.012 € que sería compatible con la pensión por jubilación de 1.459 € que esta ya venía recibiendo, al no superar entre ambas (2.471 €) la pensión máxima para 2023 (de 3.058,81 euros).

¿Sabías que...?

Si has sufrido la pérdida de un familiar o amigo y quieres saber si figuras como beneficiario de su póliza de seguro, puedes consultar el Registro de Contratos de Seguros de cobertura de fallecimiento de forma telemática o personándote en sus oficinas.

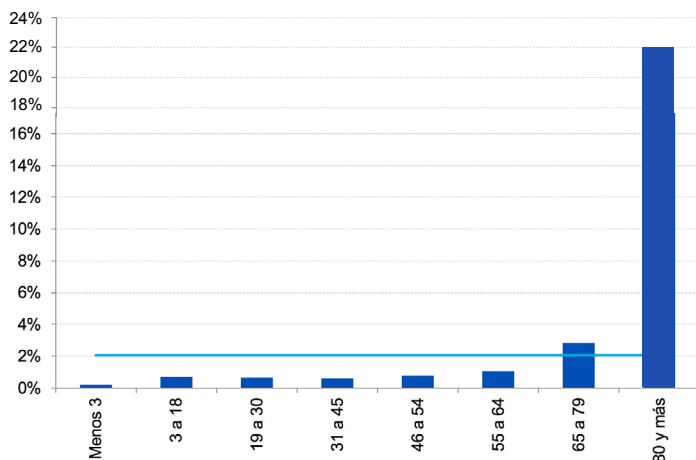
K

Hitos a lo
largo de la
vida laboral.
Dependencia





**Población con dependencia por edad
(% sobre total), junio de 2022**



Fuente: INE y SAAD

61 Si soy dependiente, ¿puedo solicitar un servicio o prestación económica?

El sistema público ofrece protección mediante un **servicio** o **prestación económica** a las personas **dependientes** en función de su **grado** de dependencia, que puede ser: moderada, severa y gran dependencia. Los servicios sociales regionales son los encargados de valorar el grado de dependencia del solicitante.

¿Sabías que...?

Una persona dependiente es aquella que por su edad, enfermedad o discapacidad necesita la atención de otras personas o ayudas importantes para realizar las actividades básicas diarias: el cuidado personal, las actividades domésticas básicas, la movilidad esencial, reconocer personas y objetos, orientarse, entender y ejecutar órdenes o tareas sencillas.



62 ¿Qué tipo de prestaciones económicas existen?

Las prestaciones económicas a la dependencia pueden ser de tres tipos:

- o **Para cuidados en el entorno familiar:** destinada a familiares o cuidadores no profesionales que se hacen cargo de la persona dependiente.
- o **De asistencia personal:** vinculada a la contratación de un servicio que cubra las necesidades de la persona dependiente.
- o **Vinculadas al servicio:** asistencia a centros y servicios públicos o concertados, ayuda en la realización de las actividades diarias o domésticas.

Igualmente, el sistema público ofrece **subvenciones** para facilitar la autonomía personal, por ejemplo, para la adquisición de aparatos que favorezcan su movilidad o reformas en la vivienda que mejoren la accesibilidad y movilidad dentro de la misma.

63 ¿Cuál es la duración y cuantía de la prestación económica?

La duración de la prestación económica es **vitalicia**, es decir, finaliza con el fallecimiento de la persona dependiente.

La cuantía depende de la **capacidad económica** del beneficiario (salario o pensión, así como otro tipo de rendimientos que obtenga) y del **grado** de dependencia. Ahora bien, nunca podrá ser superior al tope máximo, ni inferior al mínimo establecido para cada año.



64 ¿Cotizo para mi jubilación si recibo una prestación por dependencia?

No. El sistema de protección de la dependencia es independiente del sistema de pensiones. Sufrir una dependencia no tiene ningún impacto sobre la pensión pública por jubilación, salvo por el hecho de que la dependencia incrementa los gastos personales, circunstancia que hay que considerar a efectos de planificar la jubilación.

Ejemplo:

Según diferentes estudios, el gasto anual que afronta una persona dependiente oscila entre los 5.611 y 24.976 €.

65 ¿Qué alternativas complementarias cubren el riesgo de convertirme en una persona dependiente?

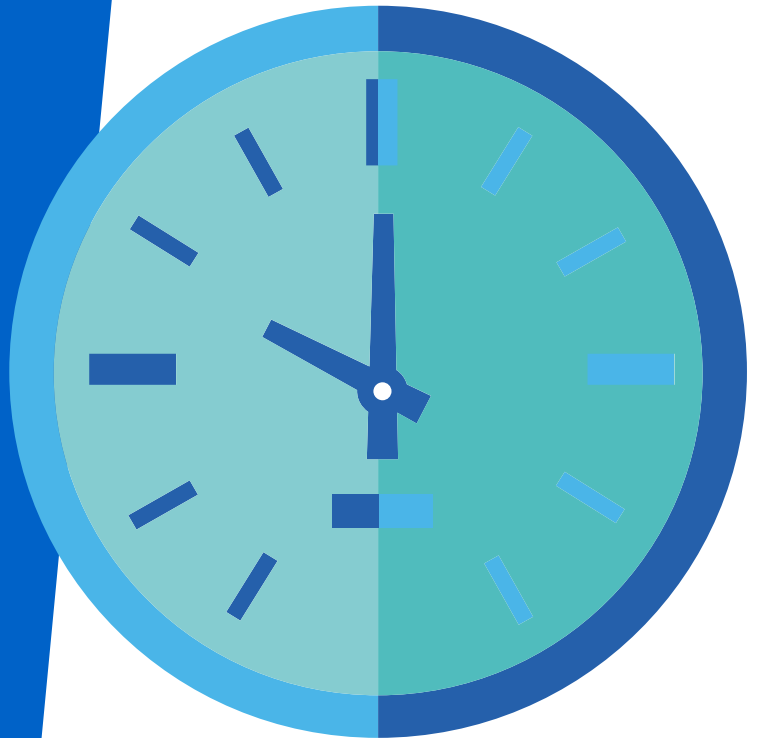
La normativa permite el aseguramiento privado para protegerse ante la dependencia, en sus dos grados más graves, dependencia severa y gran dependencia. De hecho, se pueden rescatar los ahorros acumulados en un [plan de pensiones](#) o [plan de previsión asegurado \(PPA\)](#) incluso antes de estar jubilado. Algunos planes de pensiones y PPA integran esta contingencia junto a las de jubilación, incapacidad y supervivencia.

Otra alternativa la constituyen los [seguros de vida](#) y [de salud](#).



L

Mi planificación de la jubilación





66 ¿Por qué es importante el tiempo que me queda hasta la jubilación?

Para planificar la jubilación es necesario tener en cuenta los años que quedan para acceder a la misma, ya que estos determinarán el **esfuerzo ahorrador** que debe realizarse.

Cuanto antes se comience a planificar la jubilación, menor será el esfuerzo ahorrador que habrá que realizar cada año.

El retraso de la edad legal de jubilación ha convertido el horizonte temporal de la jubilación en una variable que dependerá de cómo evolucione dicha edad legal y de los años cotizados durante la vida laboral.



67 ¿Cómo influye la inflación en el ahorro para mi jubilación?

La inflación es el aumento anual del precio de los bienes y servicios que se consumen normalmente.

Un aumento de la inflación supone una pérdida de valor de los ahorros, por lo que para que no pierdan capacidad de compra hay que protegerlos de los incrementos de los precios.

Por tanto, el **objetivo** de cualquier inversión debe ser lograr una **rentabilidad** al menos igual a la **inflación**, aunque es deseable obtener una rentabilidad superior.

BIENES
DE CONSUMO





¿Sabías que...?

Cuanto mayor sea el riesgo asumido, mayores pueden ser las ganancias, pero también las pérdidas. La rentabilidad también dependerá de las comisiones o los gastos de gestión de los productos financieros que se contraten.



¿Sabías que...?

En general, los salarios irán creciendo hasta una cierta edad más o menos cercana a la jubilación, pudiendo estabilizarse o incluso disminuir a partir de entonces.

68 ¿De qué dependerá la rentabilidad de mis ahorros para la jubilación?

La rentabilidad esperada de los ahorros dependerá de los **productos** que se contraten y del **riesgo** que se asuma.

El riesgo que se asuma dependerá de la evolución de los perfiles de riesgo a lo largo de la vida. Generalmente suele variar desde un perfil más arriesgado en la juventud a uno más conservador a medida que el inversor/ahorrador se hace mayor.

De esta forma, los productos financieros contratados deben adecuarse al perfil de riesgo (preferencia o aversión) de cada inversor/ahorrador en cada momento. En general, no hay productos buenos ni malos, sino productos que se ajustan mejor o peor a cada persona en función de su edad y grado de aversión al riesgo.

69 ¿Cómo influye mi salario actual y futuro en mi planificación para la jubilación?

En la mayoría de los casos la principal fuente de ingresos de los ciudadanos son las rentas derivadas de su trabajo.

Para planificar la jubilación hay que tener en cuenta la evolución de los salarios a lo largo de la vida laboral.



70 ¿Por qué es adecuado tener en cuenta mi nivel de gastos para la jubilación?

Para planificar la jubilación, al igual que los ingresos, es necesario tener en cuenta el nivel de gastos, presente y futuro, ya que ambos determinarán el ahorro que podrá destinarse para la jubilación.

71 Finalmente, ¿por qué es importante saber cuánto voy a vivir una vez jubilado?

Para planificar adecuadamente la jubilación, será necesario tener en cuenta alguna estimación sobre cuántos años viviremos después del retiro para poder mantener nuestro nivel de vida de forma sostenida durante toda la etapa de la jubilación.

Esta estimación se realiza considerando la esperanza de vida, que ha aumentado en las últimas décadas debido a la mejora de las condiciones de vida, a la extensión de la asistencia sanitaria a toda la población y al desarrollo de las nuevas tecnologías en materia sanitaria y farmacológica.

¿Sabías que...?

Cuanto **mayor** sea el **nivel de vida** que se desee disfrutar una vez **jubilado**, **mayor** será el **ahorro** que habrá que acumular para la jubilación.

¿Sabías que...?

La importancia de la esperanza de vida reside en que **cuantos más años viva** una persona, durante **más años** necesitará **ingresos** para mantener un nivel de vida óptimo.

M

Glosario





- o **Afiliación:** es el acto a través del cual se realiza la incorporación al Sistema de la Seguridad Social de un trabajador, lo que le convierte en titular de derechos y obligaciones con el mismo. Da lugar a la asignación del número de afiliación, de carácter vitalicio y único para todo el sistema.
- o **Alta:** es la comunicación a la Seguridad Social de la incorporación de un trabajador a una actividad que le convierte en un trabajador protegido por el sistema de Seguridad Social.
- o **Baja:** es la comunicación obligatoria a la Seguridad Social que debe hacer el empresario cuando un trabajador deja de trabajar en la empresa o el trabajador por cuenta propia cuando este finaliza su actividad profesional.
- o **Base de cotización mensual:** es la suma del salario base y en especie, así como la parte proporcional de las pagas extraordinarias. No puede ser mayor ni menor que los límites establecidos por la Seguridad Social para cada grupo de cotización.
- o **Base reguladora:** es la cantidad sobre la que se rige la Seguridad Social para determinar la cuantía de una prestación solicitada. Se calcula en función de las bases de cotización introducidas por el ciudadano, que será actualizada de acuerdo con el índice de revalorización de las pensiones.
- o **Carrera de cotización:** es la suma de todas las aportaciones que se hacen al sistema de la Seguridad Social y que se tienen en cuenta para el cálculo de la pensión pública.
- o **Categoría profesional:** es el grupo al que pertenece cada uno de los trabajadores y que se identifica por unas características que reúne un colectivo de trabajadores. Actualmente existen 11 categorías y otros tantos grupos de cotización.
- o **Contingencia común:** es aquella que no guarda relación con el desempeño de una actividad laboral. Son ejemplos la enfermedad no profesional (común) y el accidente no laboral.



- o **Contingencia profesional:** es aquella que se deriva, directa o indirectamente, del trabajo realizado. Son ejemplos el accidente de trabajo y la enfermedad profesional.
- o **Contrato de relevo:** es aquel que se realiza con un trabajador en situación de desempleo para sustituir a un trabajador que accede a la jubilación parcial.
- o **Edad legal de jubilación:** son los años que un ciudadano debe cumplir para poder dejar de trabajar y tener derecho a recibir una pensión pública de jubilación.
- o **Esperanza de vida:** es el número de años que cabe esperar que viva una persona. Puede medirse desde el momento de su nacimiento o a los 65 años.
- o **Expediente de regulación de empleo (ERE):** es un procedimiento por el cual se suspenden o extinguen definitivamente las relaciones laborales entre una empresa y sus empleados garantizando los derechos de los trabajadores.
- o **Fondo de reserva de la Seguridad Social:** es un instrumento que sirve para estabilizar los fondos de la Seguridad Social. Cuando los ingresos han sido superiores a los gastos, el Fondo de Reserva de la Seguridad Social invierte esos fondos “sobrantes”, principalmente, en deuda pública, depósitos a plazo y cuentas corrientes.
- o **Grupo de cotización:** es aquel que guarda relación con las diferentes categorías profesionales existentes en las distintas Reglamentaciones de Trabajo.
- o **Incapacidad permanente:** se produce cuando una persona presenta reducciones anatómicas o funcionales graves que reducen o anulan su capacidad laboral de forma presumiblemente definitiva. Existen cuatro tipos: parcial y total para la profesión habitual, absoluta para todo trabajo y gran invalidez.
- o **Índice de Precios al Consumo (IPC):** Es un número representativo del coste de una cesta de bienes y servicios que a su vez representa la compra habitual de los hogares. la serie de frecuencia mensual que forman los valores correspondientes a un periodo dado permite



obtener una medida fiable de la variación de los precios generales del consumo en ese periodo. El IPC se usa para revalorizar rentas o precios de muchos tipos, entre ellas las pensiones.

- o **Informe de vida laboral:** es un documento en el que se detallan los empleos en los que ha trabajado un ciudadano y las bases de cotización de los últimos quince años.
- o **Jubilación:** es el efecto de jubilar o jubilarse. Pensión vitalicia reconocida al trabajador que, una vez alcanzada la edad legal, cesa (o ya había cesado) en el trabajo, habiendo cumplido los requisitos exigidos. Existen distintas clases o tipos de jubilación.
- o **Jubilado:** es la persona que ha dejado de trabajar y percibe una pensión de jubilación.
- o **Lagunas de cotización:** son periodos de desempleo en los que el SEPE no cotiza para la jubilación del trabajador parado. Surgen en los episodios de desempleo sin derecho a prestaciones u otros periodos de inactividad laboral de los trabajadores.
- o **Mecanismo de Equidad Intergeneracional:** aumento del tipo de cotización en 6 décimas de punto porcentual (0,6 pp) entre 2023 y 2032 para cubrir el Fondo de Reserva de la Seguridad Social a fin de afrontar el mayor gasto derivado de la jubilación de las cohortes del baby-boom. Los empleadores pagarán 5 décimas y los asalariados 1 décima. Los trabajadores autónomos pagarán el recargo completo.
- o **Pensiones de nuevas altas:** son las nuevas pensiones existentes en el sistema. Son personas que tienen derecho a percibir pensión porque han cumplido los requisitos para la jubilación (por ejemplo, alcanzar la edad legal de jubilación).
- o **Pensión media:** es el volumen total de pensiones pagado por la Seguridad Social dividido entre el número de pensiones de jubilación. De esta forma, se obtiene una pensión media de jubilación.



- o **Periodo mínimo de cotización:** es el tiempo que un trabajador debe cotizar para tener derecho a algún tipo de prestación del sistema público.
- o **Planificación financiera de la jubilación:** es un proceso a través del cual se analizan y prevén los recursos económicos de los que dispondremos llegados al momento de la jubilación y el nivel de vida que se desea mantener.
- o **Prestación contributiva:** es aquella que se recibe como consecuencia de una relación previa entre el beneficiario y la Seguridad Social. Esto supone, por ejemplo, acreditar un periodo mínimo de cotización.
- o **Prestación no contributiva o asistencial:** es aquella que reciben los ciudadanos cuando se encuentran en una determinada situación de necesidad y carecen de los recursos suficientes. No es necesario haber cotizado antes a la Seguridad Social o, si se ha hecho, no por el suficiente periodo de tiempo para ser beneficiario de una prestación contributiva.
- o **Régimen especial de los trabajadores autónomos (RETA) de la Seguridad Social:** está compuesto por los trabajadores por cuenta propia o autónomos.
- o **Régimen general de la Seguridad Social:** está compuesto por los trabajadores por cuenta ajena de la industria y los servicios.
- o **Subsidio por desempleo:** es una ayuda económica asistencial que se dirige a las personas sin derecho a la prestación contributiva o que ya la hayan agotado, y siempre que cumplan una serie de requisitos.
- o **Tipo de cotización:** es el porcentaje que se aplica a la base de cotización para la obtención de la cuota o importe a pagar a la Seguridad Social. Varía en función del riesgo cubierto (enfermedad, accidente laboral, desempleo, etc.) y de quién sea el pagador (empresa o trabajador).
- o **Trabajador autónomo (trabajador por cuenta propia):** aquel que realiza de forma habitual, personal, directa, por cuenta propia y fuera del ámbito de dirección y organización de otra persona, una actividad económica o profesional a título lucrativo, tenga a su cuenta o no trabajadores por cuenta ajena.

La edición original de esta guía fue realizada por Analistas Financieros Internacionales (Afi)
La presente actualización ha sido realizada por LoRIS (Longevity & Retirement Income Solutions)

Instituto **santalucía**

www.institutosantalucia.es

santalucía
■ ■ ■ ■ SEGUROS ■ ■ ■ ■