



GUÍA DEL PENSIONISTA

INSTITUTO NACIONAL DE LA SEGURIDAD SOCIAL

Todo lo que le interesa saber
acerca de su pensión



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE INCLUSIÓN, SEGURIDAD SOCIAL
Y MIGRACIONES

SECRETARÍA DE ESTADO
DE LA SEGURIDAD SOCIAL
Y PENSIONES



INSTITUTO NACIONAL DE LA
SEGURIDAD SOCIAL

26ª Edición (2026)

Edita: Instituto Nacional de la Seguridad Social

Nipo: 122-25-026-3

www.seg-social.es

<https://sede.seg-social.gob.es/>

PUB012 (cas) V.17



Qué **información** contiene esta guía

05

Contactar
con el INSS

09

Cómo es
su pensión

12

Derechos
como
pensionista

16

Obligaciones
como
pensionista

18

También le
interesa saber

22

Principales
gestiones

24

Además...

PRESENTACIÓN DE LA GUÍA

Estimada/o pensionista

Nos complace presentarle la guía del pensionista del Instituto Nacional de la Seguridad Social, con el deseo de proporcionarle información desde este primer momento en que ya es pensionista de la Seguridad Social.

La información que le facilitamos en esta guía se refiere a los aspectos generales de aquellos temas que consideramos de más interés para usted, como son los relacionados con la pensión reconocida y los derechos que le asisten en su nueva condición de pensionista.

Reciba un cordial saludo

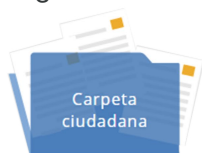
Cómo contactar con el INSS

El Instituto Nacional de la Seguridad Social dispone de diferentes canales para contactar. Si necesita **atención personalizada, presencial o telefónica**, solicite **CITA** a través de los siguientes canales:



Sede electrónica

A través de la sede electrónica puede acceder a sus **notificaciones** de la Seguridad Social:



Carpeta
ciudadana



Notificaciones/
Comunicaciones



Tablón de
anuncios



Cl@ve: gestión
de contraseñas



Registro de
apoderamientos



Registro
electrónico



inss.seg-social.es/notificaciones



**Videotutorial
sobre cómo consultarlas**
info.seg-social.es/videonotif



Asimismo, desde la sede electrónica también puede acceder a **Prestaciones de la Seguridad Social**, una página web que incorpora todas las vías de acceso telemático para **trámites, información y servicios sobre pensiones y prestaciones** (el ámbito de acción del Instituto Nacional de la Seguridad Social, INSS).



Acceda desde cualquier
dispositivo a trámites,
información y servicios

prestaciones.seg-social.es
Simplifica *tu* vida digital



¿Con qué podemos ayudarle?

Elija el tema que le interese o utilice el buscador avanzado. A continuación, puede filtrar por el tipo de gestión que quiera realizar para llegar rápidamente al servicio o trámite que está buscando.

Jubilación

Gestión de la asistencia sanitaria

Fallecimientos, viudedad y orfandad

Gestión de prestaciones reconocidas

Documentos y certificados

Buscar trámites o información



Videotutorial
sobre prestaciones de la
Seguridad Social

 inss.seg-social.es/pinss



Qué quiere hacer

Seleccione qué acción quiere realizar para encontrar el trámite que necesita.

Solicitar ✓

Modificar

Comunicar datos

Informes



Antes de la solicitud

Le haremos unas preguntas para guiarle hacia el servicio más adecuado para realizar su solicitud y recomendarle otras prestaciones a las que podría tener derecho de manera personalizada según sus respuestas.



Guardar para más tarde

Acceda al servicio para completar el trámite o guarde la información para otro momento o compártalo con quien quiera escribiendo el correo electrónico al que quiere que se lo enviemos.

Tu Seguridad Social

Un área personal donde puede encontrar información sobre la cuantía de su pensión y su evolución en el tiempo. Puede **descargarse cualquier certificado que necesite sobre la pensión o sobre su condición de pensionista** y será informado de las revalorizaciones que experimente su pensión.



sede-tu.seg-social.gob.es



Internet

Buzón de consultas

Escanee el código QR para acceder al servicio de consultas generales sobre prestaciones y trámites



 inss.seg-social.es/consultas

Correo

Puede enviar sus comunicaciones por correo postal a la Dirección Provincial del lugar en el que resida. Conviene que en sus escritos nos indique, al menos:

- Su nombre y sus apellidos.
- Su número de documento nacional de identidad (DNI) u otro documento oficial que le identifique.
- Su domicilio postal completo.
- Un número de teléfono con el que podamos establecer contacto con usted.





Cómo es su *pensión*

Su pensión es contributiva

Tienen esta consideración las pensiones que han sido reconocidas como consecuencia de **haber cotizado el tiempo previsto** para acceder a ellas, además de reunir otros requisitos legalmente establecidos.

01

Cuantías *mínimas* de las pensiones

Las cuantías mínimas de las pensiones del sistema de la Seguridad Social se fijan habitualmente en la correspondiente Ley de Presupuestos Generales del Estado (LPGE), dependiendo su importe de los siguientes factores:

- La clase de pensión.
- La edad del pensionista.
- Las diferentes modalidades de convivencia y dependencia económica: con cónyuge a cargo, con cónyuge no a cargo o sin cónyuge (unidad económica unipersonal).
- El reconocimiento de una discapacidad en grado igual o superior al 65%, en las pensiones de viudedad y en las de orfandad cuando el huérfano es menor de 18 años.

Las cargas familiares en los casos de pensiones de viudedad, a cuyos efectos, se requerirá:

- No alcanzar un determinado nivel de rentas.
- Convivencia y dependencia económica de los hijos menores de 26 años o mayores con un grado de discapacidad de, al menos, el 33% o de los menores de edad acogidos.

02

Complemento por mínimos

Tendrá derecho a percibir un complemento para alcanzar la cuantía mínima que para su pensión haya fijado la correspondiente LPGE, siempre que el importe de su pensión, el inicial más sus revalorizaciones sucesivas, no alcance la citada cuantía mínima.

Si percibe varias pensiones y la suma de todas ellas no alcanza el importe mínimo establecido, el complemento se asignará a aquélla de las pensiones de la Seguridad Social cuya cuantía mínima sea más favorable para usted.

Este complemento no le será abonado si, además de la pensión, tiene otros ingresos que superen una determinada cantidad fijada anualmente.

Para las pensiones causadas a partir de 1 de enero de 2013:

- Los complementos por mínimos necesarios para alcanzar las cuantías mínimas de las pensiones contributivas, no podrán superar el importe establecido para las pensiones de jubilación e invalidez en su modalidad no contributiva.
- Será necesario residir en territorio español para percibir dichos complementos por mínimos.

03

Cuantía máxima de las pensiones

De la misma manera que existen cuantías mínimas, también existe un tope o límite máximo, fijado habitualmente en la correspondiente LPGE.

Si su pensión, o la suma de sus pensiones de carácter público, supera ese límite máximo establecido, solamente se le abona esta cantidad máxima fijada.

Al igual que las cuantías mínimas, los importes máximos de las pensiones son revisados periódicamente.

04

Descuento mensual del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas (IRPF)

Si el importe de la pensión que le ha sido reconocida excede de una determinada cantidad anual, establecida en la normativa fiscal, será objeto de una retención a cuenta del IRPF.

La cuantía de esa retención dependerá, asimismo, de sus propias circunstancias familiares.

Las pensiones de orfandad y las de incapacidad permanente en los grados de absoluta y gran incapacidad, están exentas de este impuesto.



Certificado de retenciones e ingresos a cuenta del IRPF

Acceda al certificado con el importe de las prestaciones que recibe de la Seguridad Social y las retenciones aplicadas.

 inss.seg-social.es/irpf

¿Qué derechos tiene como pensionista?

Abono de su pensión
Asistencia sanitaria

01

Abono de su pensión

Una vez efectuado el primer pago, la Seguridad Social le abonará su pensión por mensualidades vencidas, estando el importe a su disposición en la entidad financiera e ingresado en su cuenta, desde el primer día hábil de cada mes.

Las pensiones se satisfacen en 14 pagas, correspondientes a cada uno de los meses del año y 2 pagas extraordinarias, que se devengan en junio y noviembre.

12 pagas + 2 pagas extraordinarias

Salvo que hayan sido causadas por un accidente de trabajo o por una enfermedad profesional, en cuyo caso serían 12 pagas



02

Asistencia Sanitaria

Esta prestación, a la que usted y sus beneficiarios tienen derecho, y ya le ha sido reconocida por el INSS, incluye:

La **atención médica**, dispensada gratuitamente por la red pública de salud.

La **atención farmacéutica** de medicamentos incluidos en el Sistema Nacional de Salud. Cuando se trate de atención farmacéutica ambulatoria, los usuarios contribuirán en el coste con la aportación de unos porcentajes sobre el precio de venta al público, con unos topes variables.

También tiene derecho a recibir **asistencia sanitaria en sus desplazamientos por Europa**.

Si **viaja a cualquier país** miembro del Espacio Económico Europeo, Reino Unido o Suiza, en estancia temporal, debe llevar consigo la **tarjeta sanitaria europea**.

Estados en los que tiene validez la TSE:

Alemania, Austria, Bélgica, Bulgaria, Chipre, Croacia, Dinamarca, Eslovaquia, Eslovenia, Estonia, Finlandia, Francia, Grecia, Hungría, Irlanda, Islandia, Italia, Letonia, Liechtenstein, Lituania, Luxemburgo, Malta, Noruega, Países Bajos, Polonia, Portugal, Reino Unido, República Checa, Rumania, Suecia y Suiza.

Tarjeta Sanitaria Europea

La **Tarjeta Sanitaria Europea (TSE)** es el documento personal e intransferible, de carácter gratuito, que acredita el derecho a recibir las prestaciones sanitarias que resulten necesarias, desde un punto de vista médico, durante una estancia temporal en el territorio del Espacio Económico Europeo, Reino Unido o Suiza, teniendo en cuenta la naturaleza de las prestaciones y la duración de la estancia prevista, de acuerdo con la legislación del país de estancia, independientemente de que el objeto de la estancia sea el turismo, una actividad profesional o los estudios.

La **TSE** no es válida cuando el desplazamiento tenga la finalidad de recibir tratamiento médico, en cuyo caso es necesario que el Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS), o el Instituto Social de la Marina (ISM), emita el formulario correspondiente, previo informe favorable del Servicio de Salud. Tampoco es el documento válido si traslada su residencia al territorio de otro Estado miembro.

En algunos casos, deberá asumir una cantidad fija o un porcentaje de los gastos derivados de la asistencia sanitaria, en igualdad de condiciones con los asegurados del Estado al que se desplace. Estos importes no son reintegrables.



Cómo **solicitar** la Tarjeta Sanitaria Europea

Para acceder al servicio escanee el código QR o en el enlace

 inss.seg-social.es/tse



Métodos de identificación

Cualquiera que sea la forma de su petición, la **Tarjeta Sanitaria Europea** se le enviará a su domicilio en un plazo inferior a 5 días desde la solicitud.

En los casos de un viaje urgente, puede obtener un **Certificado Provisional Sustitutorio (CPS)**, con validez de 3 meses.



Si accede con **código SMS** o con **certificado electrónico** puede **elegir el domicilio** donde quiere recibir la tarjeta.

Sin certificado



Sin necesidad de disponer de un sistema de identificación electrónica.

Se la enviaremos a su domicilio que debe coincidir con el que haya comunicado a la Seguridad Social.

Vía SMS



Identifíquese a través de un código sms que enviaremos a su teléfono móvil.

Actualice su número en la Seguridad Social identificándose **electrónicamente** en el portal **IMPORTASS** (portal.seg-social.gob.es)

o **sin identificación electrónica**
inss.seg-social.es/tgss



Con certificado electrónico o cl@ve permanente



Por esta vía también podrá obtener el Certificado Provisional Sustitutorio de la Tarjeta Sanitaria Europea.

 **carpeta Ciudadana**



Salud y asuntos sociales

 Tarjeta Sanitaria Europea

 **Acceder a la Carpeta**

Desde **carpeta Ciudadana** puede consultar el estado de la Tarjeta Sanitaria Europea, solicitarla o renovarla, para usted o para sus beneficiarios



Regístrese en cl@ve

Podrá realizar todas sus gestiones con la Seguridad Social

¿Qué obligaciones tiene como pensionista?

Como titular de una pensión contributiva

Debe **comunicar** al INSS, dentro de los 30 días siguientes a que se produzcan, las **variaciones** que afecten a la situación que tenía cuando se le reconoció la pensión. Tales como el reconocimiento de pensiones extranjeras, cambio de domicilio o el inicio de una actividad laboral.

Si reside en el extranjero, debe **acreditar su vivencia**.

Para ello, utilice VIVESS, la aplicación móvil gratuita disponible las 24 horas durante los 365 días del año, mediante la cual podrá acreditar su vivencia, **consultar y descargar el certificado de IRPF**, certificar su residencia fiscal, modificar sus datos bancarios y realizar otras gestiones de manera cómoda y sencilla.

Consulte **aquí** el calendario de acreditaciones



MÁS
INFORMACIÓN

inss.seg-social.es/vivess



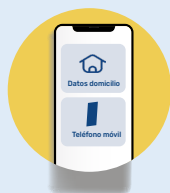
Si percibe complemento por mínimos

Debe comunicar

Los **incrementos de nivel de rentas**, tanto suyos como los de su cónyuge, que sean incompatibles con el cobro de complementos por mínimos.

El **inicio de actividades laborales** de su cónyuge.

El **reconocimiento y cobro de otras pensiones** nacionales o extranjeras, por parte de su cónyuge.



Datos de contacto

Para poder mantener el contacto con usted, necesitamos conocer su domicilio y su teléfono inss.seg-social.es/tgss



Solicitud de oficio de datos

También el INSS puede solicitar de oficio que acredite su vivencia, así como cualquier dato relativo a la identificación de su cónyuge y a los ingresos obtenidos durante el año anterior.

Comuníquenos cualquier cambio

También le puede *interesar*

Como pensionista

01

Pensionista de ***Incapacidad permanente***

En su modalidad contributiva

Hasta que cumpla la edad legal de jubilación que en cada caso resulte de aplicación, la declaración de incapacidad permanente puede ser revisada por el INSS o a petición suya.

Si es **pensionista de una incapacidad permanente total** para su profesión habitual, su pensión es compatible con el desempeño de un empleo en una actividad distinta de la habitual.

Si se le ha reconocido una incapacidad permanente total para su profesión habitual, puede tener derecho al incremento del 20% en el importe inicial de su pensión cuando, a partir de los 55 años y por determinadas circunstancias, se presuma la dificultad de obtener empleo en actividad distinta de la habitual.

**Si va a trabajar por cuenta propia o
ajena, deberá comunicarlo al INSS**



En su modalidad contributiva

El percibo de su pensión en un 50% de su cuantía, es compatible con cualquier empleo por cuenta propia o ajena siempre que no se trate de una actividad pública, sea cual sea la duración de su jornada, y se den los siguientes requisitos:

- En el caso de pensiones de jubilación causadas a partir de 1/1/2022, que haya accedido a su pensión al menos un año después de haber cumplido la edad de jubilación sin tener en cuenta bonificaciones o anticipaciones.
- Que haya acreditado periodo de cotización suficiente para tener derecho al 100% de la base reguladora de la pensión.

Aun cuando perciba el 50% de su pensión, continúa con la consideración de pensionista de la Seguridad Social a todos los efectos.

Durante la realización del trabajo compatible con la pensión de jubilación, se cotizará únicamente por incapacidad temporal y contingencia profesionales, y se efectuará una cotización especial de solidaridad del 9%, que para las personas trabajadoras por cuenta ajena supondrá el 2%, siendo el resto a cuenta de la persona empresaria.

El percibo de la pensión es compatible con un trabajo a tiempo parcial en los términos establecidos, percibiéndola en un porcentaje igual a la reducción de la jornada desarrollada en relación a la jornada completa.

El percibo de la cuantía total de su pensión es compatible con la realización de trabajos por cuenta propia, por los que perciba ingresos anuales no superiores al salario mínimo interprofesional.

La pensión es compatible con el percibo de rentas patrimoniales, con el mantenimiento de la titularidad de su negocio, con el desempeño de las funciones inherentes a dicha titularidad y con la afiliación a la mutualidad de un colegio profesional.

Como pensionista no tendrá derecho a los complementos para pensiones inferiores a la mínima, ni al complemento de demora durante el tiempo en el que compatibilice la pensión con el trabajo.

Si va a trabajar por cuenta propia o ajena, deberá comunicarlo al INSS



Pensionista de **Viudedad**

Debe saber que...

Su pensión es **compatible** con las rentas del trabajo, así como con otra pensión de jubilación o de incapacidad permanente a las que pueda tener derecho.

Su pensión se **extinguirá**, entre otras causas, por contraer matrimonio o constituir una pareja de hecho formalizada conforme a la regulación establecida, salvo que concurran las siguientes circunstancias:

- Que tenga más de 61 años o, en el caso de ser menor de esta edad, perciba una pensión de incapacidad permanente absoluta o gran incapacidad, o tenga reconocida una discapacidad igual o superior al 65%.
- Que su pensión o pensiones constituyan la principal fuente de ingresos. Se entiende que la pensión o pensiones de viudedad constituyen la principal fuente de ingresos, cuando el importe anual de las mismas represente el 75% del total de ingresos.
- Que su nuevo matrimonio o pareja de hecho tenga unos ingresos anuales que no superen 2 veces el salario mínimo interprofesional.

04

Pensionista de *Orfandad*

Debe saber que...



Esta pensión de orfandad es **compatible** con cualquier renta de trabajo **hasta los 21 años** de edad.

Si no efectúa un trabajo lucrativo o realizándolo, los ingresos que obtenga resultan inferiores a la cuantía del salario mínimo interprofesional vigente, todo ello en cómputo anual, podrá ser perceptor de la pensión de orfandad hasta los 25 años.

Si estuviera cursando estudios y cumpliera los 25 años durante el transcurso del curso escolar, la percepción de la pensión se mantendrá hasta el día primero del mes siguiente al del inicio del siguiente curso académico.

Principales gestiones

Gestión de prestaciones reconocidas
Documentos y certificados



01

Gestión de prestaciones reconocidas

Modifique los datos o aporte documentación sobre prestaciones reconocidas o solicitudes en curso.

Comenzar solicitud

prestaciones.seg-social.es
Simplifica tu vida digital



Modificar datos bancarios

Si desea **cambiar de número de cuenta**, puede autorizar a su entidad bancaria para que nos comunique el cambio en su nombre (a través de su entidad financiera es más rápido y seguro).

Si su entidad aún no dispone de este servicio puede hacerlo desde el Portal de Prestaciones de la Seguridad Social.

Cambio de datos de domicilio

Modifique los **datos de domicilio** para mantener actualizada su información como pensionista.

02

Documentos y certificados

Consulte, genere o descargue formularios, acreditaciones y certificados relativos a sus prestaciones y su situación en la Seguridad Social.

Comenzar solicitud

Más información

Ver videotutorial 



inss.seg-social.es/pinss



Además...

Programas de Turismo y Termalismo

La condición de pensionista permite en determinados casos participar en los **programas** de turismo y termalismo **gestionados desde el Instituto de Mayores y Servicios Sociales (Imserso)**.

Los **programas de Turismo y Termalismo** están diseñados para fomentar el envejecimiento activo, el bienestar y la participación social de las personas mayores. Estos programas ofrecen la oportunidad de disfrutar de viajes, actividades y estancias en balnearios con condiciones adaptadas a las personas beneficiarias.



**Para obtener más información
escanee el código QR o pulse en el enlace**

<https://imserso.es/turismo-termalismo-imserso>



Bono social de electricidad (descuento en la factura de electricidad)

Puede informarse en la web <https://www.bonosocial.gob.es> si tiene derecho al bono social de electricidad (descuento en la factura de electricidad), al que tienen derecho los consumidores que tengan contratado el precio voluntario para el pequeño consumidor (PVPC) en la vivienda habitual y cumplan con los requisitos personales, familiares y de renta establecidos.



Mensaje de despedida

Queremos finalizar esta Guía enviándole un mensaje de
tranquilidad y de responsabilidad

Responsabilidad

Este mandato, recogido en la Constitución, necesita la solidaridad de las personas que están trabajando con las que no tienen trabajo, y de las que ya cobran una pensión, con las que cobrarán más adelante. Por eso, si excepcionalmente, alguna persona percibiera indebidamente prestaciones o cuantías superiores a las que correspondan, ese gasto está incidiendo tanto en los que, como usted, ya son pensionistas, como en los que pueden llegar a serlo en el futuro.

Tranquilidad

Es una obligación de los poderes públicos mantener un régimen público de Seguridad Social para todos los ciudadanos, que garantice pensiones adecuadas y periódicamente actualizadas.



@incluinfo



@inclusiongob



INSS

www.seg-social.es