



hamboorg.city

---

## Calcular la pensión alemana — Fórmula de pensión, puntos de ingresos y consejos

Cómo se calcula la pensión alemana, qué son los puntos de ingresos y cómo verificar su derecho a pensión.

**Deutsche Begriffe:** Rente | Rentenversicherung | Entgeltpunkte | Rentenformel | Rentenbescheid | Regelaltersgrenze

---

### ¿Cómo funciona la pensión legal?

El **seguro de pensiones legal** (GRV) es el pilar más importante de la previsión de vejez en Alemania. Funciona según el **sistema de reparto**: Las contribuciones de los trabajadores actuales financian las pensiones de los jubilados actuales.

#### ¿Quién contribuye?

Cada **empleado** en Alemania contribuye automáticamente al seguro de pensiones:

- **Tasa de contribución (2026):** 18,6 % del salario bruto
- **Empleador y empleado** pagan la mitad cada uno (9,3 %)
- **Límite de ingresos cotizables (Oeste):** 7.550 €/mes — no se cobran contribuciones sobre ingresos superiores a esto

#### ¿Quién está obligado a asegurarse?

- **Empleados** (asalariados)
- **Aprendices**
- **Trabajadores de minijobs** (pueden eximirse, pero: ¡menos derechos de pensión!)
- **Autónomos obligatoriamente asegurados** (p. ej., artesanos, artistas)
- **Períodos de crianza de hijos** — se acreditan automáticamente (aprox. 1 punto de ingreso por hijo)

## La fórmula de pensión

Su pensión mensual se calcula con una **fórmula simple**:

> **Pensión mensual = Puntos de ingresos × Factor de acceso × Factor de tipo de pensión × Valor de pensión actual**

Los cuatro factores explicados

#### 1. Puntos de ingresos (EP)

Por cada año de contribución recibe **puntos de ingresos**:

- Si gana exactamente el **salario promedio** (2026: aprox. 45.358 €/año), recibe **1,0 puntos de ingresos** para el año
- Si gana el doble → **2,0 EP** (máx. aprox. 2,1 EP debido al límite de ingresos cotizables)
- Si gana la mitad → **0,5 EP**
- **Suma de todos los EP** durante toda su vida laboral = sus puntos de ingresos totales

#### 2. Factor de acceso

- **1,0** al jubilarse en el momento regular (edad legal de jubilación)
- **0,997** por mes en caso de jubilación anticipada (reducción: 0,3 %/mes, máx. 14,4 %)
- **1,005** por mes en caso de jubilación posterior (complemento: 0,5 %/mes)

#### 3. Factor de tipo de pensión

- **Pensión de vejez**: 1,0
- **Pensión por incapacidad laboral (completa)**: 1,0
- **Pensión por incapacidad laboral (parcial)**: 0,5
- **Pensión de viudedad/viudo (completa)**: 0,55

#### 4. Valor de pensión actual

El valor de un punto de ingreso en euros. Se **ajusta anualmente**:

Año	Valor de pensión (Oeste)	Valor de pensión (Este)	
-----	-----	-----	
2024	39,32 €	39,32 € (igualado desde 2024)	
2025	aprox. 40,00 €	aprox. 40,00 €	
2026	se anunciará en julio	se anunciará en julio	

## Ejemplo de cálculo

- **40 años** trabajados, siempre con **salario promedio** → 40 puntos de ingresos
- Jubilación con **67 años** (edad legal de jubilación) → Factor de acceso 1,0
- **Pensión de vejez** → Factor de tipo de pensión 1,0
- **Valor de pensión 2025:** 39,32 €
- **Pensión mensual:**  $40 \times 1,0 \times 1,0 \times 39,32 = 1.572,80 \text{ € bruto}$

De esto se deducen aún **seguro de enfermedad y cuidados** (aprox. 11 %) → **Pensión neta: aprox. 1.400 €**

## Edad legal de jubilación — ¿cuándo puedo jubilarme?

La edad legal de jubilación aumenta gradualmente a **67 años**:

Año de nacimiento	Edad legal de jubilación	
-----	-----	
1958	66 años	
1959	66 años + 2 meses	
1960	66 años + 4 meses	
1961	66 años + 6 meses	
1962	66 años + 8 meses	
1963	66 años + 10 meses	
<b>A partir de 1964</b>	<b>67 años</b>	

## Jubilación anticipada — con reducciones

Puede jubilarse a partir de los **63 años** — pero con **reducciones** (0,3 % por mes anticipado):

- 4 años antes = **14,4 % menos pensión** — ¡de por vida!

## Pensión a los 63 — sin reducción

Es posible con **45 años de seguro** (seguro prolongado). Se cuentan: aportaciones obligatorias, crianza de hijos, cuidados, subsidio de desempleo (no subsidio de ciudadanía).

## Período mínimo de aseguramiento (período de espera)

Tipo de pensión	Período mínimo de espera
Pensión de vejez	<b>5 años</b>
Pensión por incapacidad laboral	<b>5 años</b> (3 años de aportaciones obligatorias en últimos 5 años)
Pensión para asegurados de larga duración	<b>35 años</b>
Pensión para asegurados de muy larga duración	<b>45 años</b>

## Notificación de pensión e información de pensión

### Información de pensión

A partir de los **27 años y 5 años de aportaciones** recibe anualmente una **información de pensión** por correo. Muestra:

- **Puntos de ingresos** adquiridos hasta ahora
- **Proyección** de la pensión si continúa aportando
- **Pensión por incapacidad laboral** actual (si fuera incapacitado ahora)

### Verificar cuenta de pensión

Su **historial de seguros** (cuenta de pensión) debe contener **todos los períodos**:

- Períodos de empleo
- Formación, estudios (períodos de acreditación)
- Crianza de hijos (3 años por hijo)
- Desempleo, enfermedad
- **Períodos en el extranjero** — ¡con acuerdos de seguridad social!

**Aclaración de cuenta:** Verifique su cuenta de pensión e informe sobre períodos faltantes. Formulario V0100 en la Rentenversicherung Deutsch (Seguro de Pensiones Alemán).

## Pensión y extranjeros

### Derecho para extranjeros

- **Cualquiera** que pague contribuciones de seguro de pensiones en Alemania adquiere **derechos de pensión** — independientemente de la nacionalidad
- **Trabajadores de minijobs:** Si no se eximen, también contribuyen (3,6 % de aportación propia)
- **Período de espera de 5 años** para pensión de vejez

## Pensión al regresar al país de origen

Situación	Derecho de pensión
<b>UE/EEE/Suiza</b>	Derecho completo, se paga al extranjero
<b>Acuerdo de seguridad social</b> (p. ej., Turquía, Marruecos, Túnez)	Los derechos se compensan, se paga pensión
<b>Sin acuerdo</b>	Se paga pensión, pero contribuciones anteriores a 1992 pueden no considerarse

## Reembolso de contribuciones

Si **abandona Alemania definitivamente** y ha contribuido menos de 5 años, puede solicitar bajo ciertas condiciones un **reembolso de contribuciones** (después de 24 meses de espera tras la salida). **Atención:** ¡Con esto pierde todos sus derechos de pensión!

**Recomendación:** Evalúe cuidadosamente si un reembolso tiene sentido — a menudo es mejor mantener los derechos y recibir una pensión (pequeña) más tarde.

## Consejos

- 1. Verificar cuenta de pensión** — hacer que se completen los períodos faltantes (aclaración de cuenta)
- 2. No eximirse del minijob** — es mejor pagar pequeñas aportaciones que ninguna
- 3. Hacer acreditar períodos de crianza de hijos** — 3 años por hijo, solicitar en el asegurador de pensiones
- 4. Conocer acuerdos de seguridad social** — si su país de origen tiene uno, se suman los períodos
- 5. Previsión privada** — la pensión legal por sí sola a menudo no es suficiente, ahorrar además con bAV, ETFs o Riester
- 6. Usar asesoramiento** — asesoramiento gratuito en Rentenversicherung Deutsch (14.000 puntos de asesoramiento, también por teléfono: 0800 1000 4800)

--- Estado: Marzo de 2026. Todas las indicaciones sin garantía.

---

[hamboorg.city/knowledge/article/rentenrechner-info/](https://hamboorg.city/knowledge/article/rentenrechner-info/)  
hamboorg.city jest i zawsze będzie za darmo