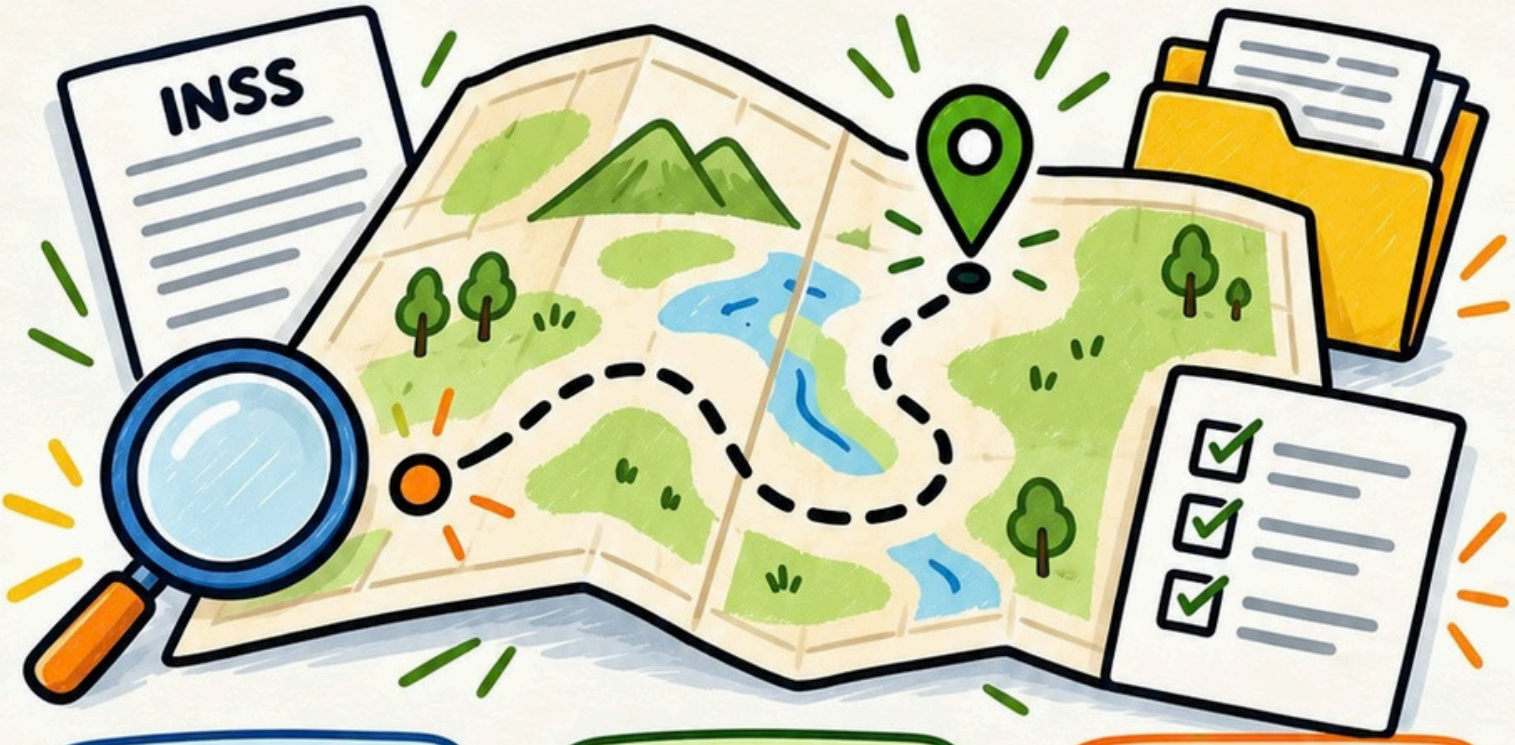
MAPA FÁCIL DA APOSENTADORIA

Um guia visual para entender as regras do INSS, organizar seus documentos e preparar seu pedido.



ENTENDA SEU CAMINHO → **CONFIRA SEU HISTÓRICO** → **PLANEJE SEUS PRÓXIMOS PASSOS**

Inclui exemplos, checklists e ferramentas de planejamento.
Conteúdo educativo para o cidadão comum.

Edição 2026 • Referência: 1º de outubro de 2026

LumaEdu
CONHECIMENTO QUE TRANSFORMA

ENCONTRE SEU CAMINHO

Use o sumário para consultar um assunto.
Se estiver começando, siga a ordem do guia.

1  COMO USAR ..... páginas 3–4

2  SEU PONTO DE PARTIDA ..... páginas 5–10

3  HISTÓRICO E DOCUMENTOS ..... páginas 11–18

4  REGRAS DE APOSENTADORIA ..... páginas 19–36

5  SITUAÇÕES ESPECÍFICAS ..... páginas 37–50

6  VALOR DO BENEFÍCIO ..... páginas 51–62

7  CONTRIBUIÇÕES ..... páginas 63–68

8  PREPARAÇÃO DO PEDIDO ..... páginas 69–76

9  DEPOIS E OUTROS CAMINHOS ..... páginas 77–82

10  FERRAMENTAS E FONTES ..... páginas 83–92

1. VISÃO GERAL DA APOSENTADORIA

No INSS, os requisitos variam conforme a modalidade de aposentadoria e o seu histórico. Para entender seu caminho, comece por estes quatro pontos.

IDADE MÍNIMA

Algumas regras exigem idade mínima. Ela varia conforme a modalidade.

TEMPO E CARÊNCIA

Tempo de contribuição e carência são requisitos diferentes. Confira os dois.

APOSENTADORIA

REGRA APLICÁVEL

A data de filiação e o histórico ajudam a identificar as regras possíveis.

VALOR DO BENEFÍCIO

Depende do histórico de contribuições e da regra de cálculo aplicável.

IMPORTANTE: cumprir apenas um requisito não garante o direito à aposentadoria.

Fonte: INSS — Regras de Aposentadorias; EC nº 103/2019.

COMO USAR ESTE GUIA

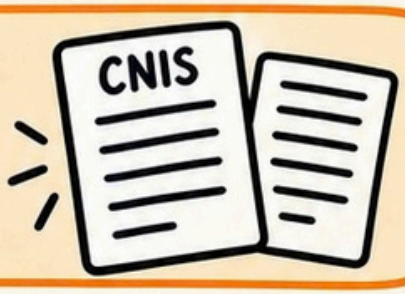
1 IDENTIFIQUE SEU PERFIL.

Descubra seu regime, sua categoria e quando começou a contribuir.



2 CONFIRA SUA HISTÓRIA.

Compare o CNIS com documentos de trabalho e pagamento.



3 COMPARE OS CAMINHOS.

Leia os requisitos completos das regras que podem se aplicar.



4 PREPARE O PEDIDO.

Organize provas, acompanhe exigências e confira a decisão.



Os exemplos são fictícios e não substituem a análise do histórico real. Valores estão em reais. Regras anuais têm referência expressa a 2026.

O foco é o INSS. Outros regimes têm orientação de consulta. Não há promessa de concessão ou de valor máximo.

Fonte: orientações oficiais do INSS.

QUAL É O SEU REGIME?

RGPS / INSS:

reúne trabalhadores da iniciativa privada e outras pessoas vinculadas ao regime geral.



RPPS:



pode abranger servidores titulares de cargo efetivo. Confirme o vínculo com o órgão de pessoal; nem todo servidor está em regime próprio.

SEU REGIME

PREVIDÊNCIA COMPLEMENTAR:



reserva adicional, aberta ou fechada, com regras do plano. Não substitui automaticamente a previdência pública.

MILITARES:



possuem sistemas e regras próprios de proteção social.

PRÓXIMA AÇÃO:
verifique seu contracheque e o órgão que recebe sua contribuição. Se houve passagem entre regimes, veja a página 82.

Fonte: Constituição Federal, arts. 40, 201 e 202.

QUEM CONTRIBUI PARA O INSS?

EMPREGADO:

trabalha com vínculo de emprego; a empresa tem obrigações de registro e recolhimento.



DOMÉSTICO:

empregado que presta serviço contínuo à pessoa ou família no âmbito residencial, sem finalidade lucrativa.



CONTRIBUINTE INDIVIDUAL:

trabalha por conta própria ou presta serviços sem vínculo de emprego; o MEI integra essa categoria.



FACULTATIVO:

não exerce atividade remunerada que o torne segurado obrigatório, mas decide contribuir.



SEGURADO ESPECIAL:

trabalhador rural ou pescador artesanal que atende condições legais específicas.



TRABALHADOR AVULSO:

presta serviços com a intermediação prevista em lei.



ATENÇÃO: categoria de segurado não é um regime previdenciário diferente.

Fonte: Lei nº 8.213/1991, arts. 11 e 13.

TEMPO NÃO É CARÊNCIA

TEMPO DE CONTRIBUIÇÃO:

duração dos períodos reconhecidos para a regra de aposentadoria.



CARÊNCIA:

quantidade de competências mensais válidas exigidas para o benefício. Nas aposentadorias programadas tratadas aqui, a referência usual é 180 meses; há exceções legais.



DOIS EMPREGOS NO MESMO MÊS:

não produzem dois meses de carência nem tempo em dobro. As remunerações podem influenciar o cálculo dentro dos limites legais.



PAGAMENTO EM ATRASO:

pode ter efeito diferente sobre tempo e carência. Pagar não significa validar automaticamente.



PRÓXIMA AÇÃO:



peça a conferência separada dos dois requisitos; não converta simplesmente anos em carência.

Fonte: Lei nº 8.213/1991, arts. 24–27; Decreto nº 3.048/1999.

QUALIDADE DE SEGURADO

É a condição que mantém a proteção previdenciária para benefícios que a exigem.

PERÍODO DE GRAÇA:

em determinadas situações, a proteção continua mesmo sem novos recolhimentos. O prazo depende da categoria, do histórico e de eventuais prorrogações.

REGRA GERAL:

o segurado obrigatório pode ter 12 meses de proteção após cessar contribuições, com extensôíes legais. O facultativo tem, em regra, 6 meses.

QUALIDADE DE SEGURADO

APOSENTADORIA POR IDADE:

a perda dessa qualidade não impede a concessão quando atendida a carência exigida, conforme a lei.

INCAPACIDADE:

a qualidade de segurado exige atenção específica; não aplique a exceção da aposentadoria por idade a todo benefício.

Fonte: Lei nº 8.213/1991, art. 15; Lei nº 10.666/2003, art. 3º.

A DATA QUE MUDA O CAMINHO

13/11 2019

13/11/2019: marco da Reforma da Previdência, pela EC nº 103/2019.

REQUISITOS JÁ CUMPRIDOS: pode existir direito adquirido às regras anteriores. É necessário ter preenchido todas as condições exigidas.

FILIAÇÃO ANTERIOR SEM DIREITO COMPLETO: verifique as regras de transição, além das modalidades específicas.

FILIAÇÃO APÓS A REFORMA: confira a regra programada e os caminhos especiais aplicáveis ao perfil.

Começar a trabalhar antes da reforma não garante sozinho uma regra antiga. Data, vínculos e requisitos precisam de comprovação.

PRÓXIMA AÇÃO: registre a primeira filiação e o tempo reconhecido no marco da reforma.

Fonte: EC nº 103/2019, arts. 3º e 15–21.

CHECKLIST 1: SEU PERFIL

- [ ] Identifiquei meu regime previdenciário.
- [ ] Separei os períodos de empregado, autônomo, MEI, facultativo ou rural.
- [ ] Localizei minha primeira filiação ao INSS.
- [ ] Verifiquei se tenho períodos em outro regime ou país.
- [ ] Anotei atividade de professor, exposição nociva ou deficiência, quando houver.
- [ ] Entendi a diferença entre tempo e carência.
- [ ] Marquei dúvidas sobre pagamentos e períodos sem registro.

RESULTADO: com essas informações, você consegue selecionar quais regras merecem análise. O checklist não comprova direito ao benefício.

SE FALTA UM DADO: anote a pendência e o documento ou órgão que pode esclarecer. Continue pela conferência do CNIS.

Fonte: roteiro educativo baseado nas normas do RGPS.

CNIS: SUA HISTÓRIA REGISTRADA

O Cadastro Nacional de Informações Sociais reúne vínculos, remunerações e contribuições encontrados na base previdenciária.

VÍNCULOS:

empresas e períodos de trabalho registrados.

REMUNERAÇÕES:

valores informados por competência.



RECOLHIMENTOS:

pagamentos vinculados à sua inscrição.

INDICADORES:

sinais que podem exigir esclarecimento ou documentação.

O CNIS é um ponto de partida, não uma garantia de que todos os períodos serão aceitos. Compare o registro com sua vida profissional real.

PRÓXIMA AÇÃO:

obtenha o extrato completo e salve uma cópia datada. Proteja o arquivo: ele contém dados pessoais.

Fonte: INSS, serviço Extrato de Contribuição (CNIS).

COMO OBTER O EXTRATO

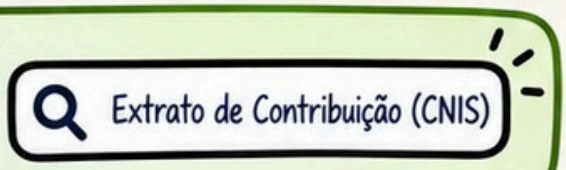
1. Acesse meu.inss.gov.br ou o aplicativo oficial Meu INSS.



2. Entre com sua conta gov.br. Não compartilhe a senha.



3. Na busca de serviços, procure "Extrato de Contribuição (CNIS)".



4. Consulte vínculos, remunerações e contribuições; baixe o documento disponível.



5. Confira identificação, empresas, datas e valores. Guarde a data da consulta.



Os nomes e a posição dos botões podem mudar. Use a busca pelo serviço e, se precisar, peça orientação pelo 135.

ORGANIZAÇÃO: mantenha o extrato original separado das suas anotações. Uma alteração feita apenas na simulação não corrige a base do CNIS.

Fonte: gov.br, Emitir Extrato de Contribuição (CNIS).

CONFIRA O CNIS EM QUATRO PASSOS

CHECKLIST 2: REVISÃO DO HISTÓRICO

- [ ] **IDENTIFICAÇÃO:** nome, CPF e inscrições pertencem a você?



- [ ] **VÍNCULOS:** todas as empresas aparecem? As datas de entrada e saída estão corretas?



- [ ] **VALORES:** as remunerações e guias correspondem aos documentos? Há meses sem valores?



- [ ] **ALERTAS:** existem indicadores, duplicidades ou competências abaixo do mínimo?



Monte uma lista: período | problema encontrado | documento disponível | providência.

período	problema encontrado	documento disponível	providência



Não apague um período nem pague uma diferença antes de entender o motivo da pendência. Um indicador precisa ser interpretado; não significa automaticamente perda do período.

Fonte: INSS, atualização de tempo e informações do CNIS.

QUANDO FALTA UM EMPREGO

1



Comece pela carteira de trabalho: identificação, contrato e anotações relacionadas ao vínculo.

2



Separe documentos complementares: contracheques, rescisão, registros do empregador e outros comprovantes adequados ao período.

3



Confira se existe diferença de nome da empresa, inscrição ou data que explique o registro.

4



Peça a atualização e apresente a prova. O reconhecimento depende da análise dos documentos e das regras aplicáveis.

EMPREGADO:

a falta de recolhimento pelo empregador não deve ser tratada automaticamente como obrigação de pagar novamente. Comprove o vínculo e a remuneração.

PRÓXIMA AÇÃO:

organize cada emprego em uma pasta própria e identifique o período solicitado.

Fonte: INSS, Documentos originais para comprovação de tempo de contribuição.

VALORES E INDICADORES

REMUNERAÇÃO AUSENTE: localize contracheques ou registros compatíveis com a competência.

VALOR DIVERGENTE: compare o salário de contribuição; ele pode diferir do salário líquido e de parcelas que não integram a base.

INFORMAÇÃO EXTEMPORÂNEA: um registro feito fora do prazo pode exigir prova adicional.

RECOLHIMENTO COM PENDÊNCIA: verifique código, categoria, competência e pagamento antes de corrigir.

Use a legenda do extrato e as orientações do INSS. Não presuma o significado de uma sigla.

PRÓXIMA AÇÃO: descreva o erro de forma objetiva: "competência", "valor registrado", "valor comprovado" e "documento".

Fonte: INSS, CNIS e normas de atualização cadastral.

CASO 1: EMPREGO AUSENTE

CASO FICTÍCIO: Lúcia trabalhou de janeiro de 2008 a dezembro de 2010. O vínculo não aparece no extrato. Ela tem carteira de trabalho e contracheques.

1 Lúcia separa identificação e páginas do contrato, além dos comprovantes disponíveis.



2 Registra o nome da empresa e as datas que pretende corrigir.



3 Solicita o acerto e acompanha eventuais exigências.



4 Depois da análise, confere se o período e as remunerações foram reconhecidos.



LIÇÃO: ausência no CNIS exige investigação e prova; não permite concluir que o tempo está perdido.

Não somamos três anos à aposentadoria antes do reconhecimento. Datas, sobreposições e carência precisam ser conferidas.

Fonte: orientações do INSS sobre comprovação e atualização.

DOIS TRABALHOS, UM PERÍODO

DOIS EMPREGOS AO MESMO TEMPO:

janeiro a dezembro continua sendo um ano, não dois.



CARÊNCIA:

a mesma competência não se transforma em dois meses por haver dois vínculos.



VALOR:

as remunerações de atividades concomitantes podem ser somadas para o cálculo, observados o teto e a legislação aplicável.



REGIMES DIFERENTES:

trabalho simultâneo no INSS e em regime próprio exige análise separada; não transfira nem duplique tempo sem verificar as regras.



PRÓXIMA AÇÃO:

marque as sobreposições numa linha do tempo e confira os valores de cada competência.



ATENÇÃO:

recolhimento acima do teto não aumenta automaticamente o benefício.



Fonte: Lei nº 8.213/1991, art. 32; regras de contagem recíproca.

SUA PASTA PREVIDENCIÁRIA

IDENTIFICAÇÃO:

documento pessoal e CPF; representação legal, se necessária.



TRABALHO:

carteiras, contratos e documentos por empregador.



CONTRIBUIÇÕES:

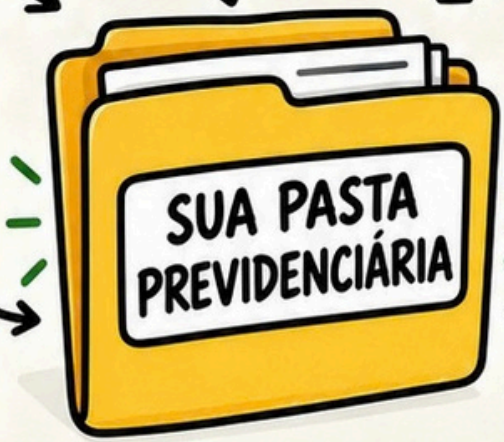
guias, comprovantes e identificação da competência.



PERÍODOS ESPECÍFICOS:

documentos rurais, PPP, magistério, deficiência ou CTC, conforme o caso.

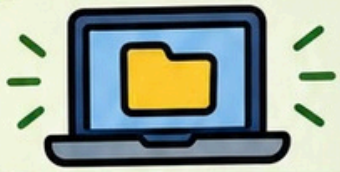




PROCESSOS:

protocolos, exigências, respostas e decisões.





Nomeie arquivos com assunto e período. Digitalize frente e verso quando houver informação; mantenha tudo legível e guarde os originais.



Uma pasta organizada ajuda a localizar provas, mas não substitui os requisitos da aposentadoria.



PRÓXIMA AÇÃO: faça uma lista das provas que ainda precisa obter e de quem pode fornecê-las.

Fonte: INSS, documentação para requerimentos e atualização.

QUAL REGRA EXAMINAR PRIMEIRO?



FILIADO APÓS A REFORMA?

Comece pela aposentadoria programada: página 20.



FILIADO ANTES?

Confira direito adquirido e todas as transições compatíveis: páginas 21–35.



PERFIL ESPECÍFICO?

Professor, atividade especial, rural, deficiência ou incapacidade: páginas 37–50.



EM CADA CAMINHO:

confirme idade, tempo, carência, documentos e cálculo.



Pode haver mais de uma possibilidade. A primeira data disponível não determina sozinha a melhor escolha financeira.



A sequência ajuda a estudar seu caso, mas não é uma decisão automática de concessão.

Fonte: EC nº 103/2019; modalidades de aposentadoria do INSS.

APOSENTADORIA PROGRAMADA

REGRA GERAL PARA FILIAÇÃO APÓS A REFORMA



MULHER:

62 anos de idade +
15 anos de contribuição.



HOMEM:

65 anos de idade +
20 anos de contribuição.



CARÊNCIA:

180 contribuições mensais válidas, para ambos.



Os requisitos são cumulativos.

Tempo de contribuição e carência precisam ser conferidos separadamente.



VALOR:

aplica-se a média e o coeficiente previstos na legislação; veja as páginas 51–55.



PERFIS ESPECÍFICOS:

atividade rural, magistério, deficiência, exposição nociva e incapacidade têm caminhos próprios.



PRÓXIMA AÇÃO:

confirme sua data de filiação antes de aplicar o tempo mínimo de 20 anos aos homens.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 19; INSS, Aposentadoria programada.

TRANSIÇÃO POR IDADE

PARA FILIADOS AO RGPS ANTES DA REFORMA

EM 2026:



mulher, **62 anos;**



homem, **65 anos.**

TEMPO:



15 anos de contribuição para ambos.

CARÊNCIA:



180 contribuições válidas.



A progressão da idade feminina dessa transição chegou a 62 anos em 2023. Não confunda com a transição de idade progressiva que exige 30 ou 35 anos de contribuição.

VALOR:



segue a regra de cálculo aplicável após a reforma, ressalvado direito adquirido.

PRÓXIMA AÇÃO:



se é homem com filiação anterior, não use automaticamente o mínimo de 20 anos da regra dos novos filiados.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 18; INSS.

CASO 2: A DATA DE FILIAÇÃO

CASOS FICTÍCIOS • REFERÊNCIA 2026



PAULO

65 anos, filiação em **2005**, 15 anos de contribuição reconhecidos e 180 meses de carência. Pode examinar a transição por idade, que exige 15 anos para ambos os sexos.



ANDRÉ

65 anos, primeira filiação em 2020 e 6 anos de contribuição reconhecidos. Na regra programada, precisa de 20 anos e carência de 180 meses. A idade, sozinha, não resolve a falta desses requisitos.

DIFERENÇA IMPORTANTE: o homem filiado antes da reforma pode ter tempo mínimo de 15 anos na transição por idade; o novo filiado tem mínimo de 20 anos na regra programada.

Hipóteses simplificadas, sem períodos especiais. Confira filiação, documentos e cálculo no caso real.

Fonte: EC nº 103/2019, arts. 18 e 19.

REGRA DE PONTOS

IDADE + **TEMPO DE CONTRIBUIÇÃO** = **PONTOS**

TRANSIÇÃO GERAL EM 2026



MULHER:

93 pontos e pelo menos 30 anos de contribuição.



HOMEM:

103 pontos e pelo menos 35 anos de contribuição.



CARÊNCIA:

180 contribuições válidas. A regra é voltada aos filiados antes da reforma.



A pontuação cresce conforme o calendário legal; não basta atingir o total sem cumprir os demais requisitos.



Idade e contribuição são apuradas com suas frações. Os exemplos usam anos inteiros apenas para facilitar a leitura.



VALOR: nessa transição, a pontuação não define o percentual do benefício. Veja o cálculo nas páginas 51–55.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 15.

CASO 3: OS PONTOS DE MARIA

CASO FICTÍCIO • ANO 2026



Maria tem 60 anos de idade e 33 anos de contribuição reconhecidos.

60 + 33 = 93 PONTOS

PONTUAÇÃO:

atinge os 93 pontos exigidos da mulher em 2026.

TEMPO MÍNIMO:

os 33 anos superam os 30 exigidos.

AINDA É PRECISO CONFERIR:

filiação anterior à reforma, carência de 180 meses e validação dos períodos.

Se todas as condições forem confirmadas, essa transição pode ser utilizada. O valor dependerá da média e do coeficiente aplicável.

LIÇÃO:

primeiro confira todos os requisitos; depois compare o valor com outros caminhos disponíveis.

Fonte: EC nº 103/2019, arts. 15 e 26.

PONTOS: CALENDÁRIO GERAL

ANO	MULHER	HOMEM
2026	93	103
2027	94	104
2028	95	105
2029	96	105
2030	97	105
2031	98	105
2032	99	105
2033 em diante	100	105

Em todos os anos desta tabela: mínimo de 30 anos de contribuição para mulher e 35 para homem, além da carência e do enquadramento.

Professores têm calendário próprio. Esta tabela não deve ser aplicada a eles.

Calendário previsto na legislação vigente em 01/10/2026; alterações futuras exigem nova conferência.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 15.

IDADE MÍNIMA PROGRESSIVA

TRANSIÇÃO GERAL EM 2026

A idade aumenta seis meses por ano até alcançar o limite legal. O tempo mínimo permanece 30/35 anos.

MULHER:

59 anos e 6 meses de idade + 30 anos de contribuição.

HOMEM:

64 anos e 6 meses de idade + 35 anos de contribuição.

CARÊNCIA:

180 meses válidos; filiação anterior à reforma.

Não confunda esta regra com a transição por idade da página 21, que exige 15 anos de contribuição.

VALOR:

média e coeficiente conforme a legislação. Preencher a idade não significa receber 100% da média.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 16.

CALENDÁRIO DA IDADE PROGRESSIVA

ANO	MULHER	HOMEM
2026	59 anos e 6 meses	64 anos e 6 meses
2027	60 anos	65 anos
2028	60 anos e 6 meses	65 anos
2029	61 anos	65 anos
2030	61 anos e 6 meses	65 anos
2031 em diante	62 anos	65 anos

TEMPO MÍNIMO: mulher, 30 anos; homem, 35 anos. Também confira carência e filiação.

O homem atinge o limite dessa idade em 2027; a mulher, em 2031. Esse calendário não é o da transição por idade com 15 anos.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 16.

CASO 4: IDADE OU PONTOS?

CASO FICTÍCIO • ANO 2026

Helena tem 59 anos e 6 meses e 30 anos de contribuição reconhecidos.



IDADE PROGRESSIVA:

alcança a idade e o tempo mínimos de 2026.

PONTOS:

59,5 + 30 = 89,5. Não alcança os 93 pontos exigidos naquele ano.

CONCLUSÃO:

as regras usam critérios diferentes.
Ela pode atender uma transição sem atender a outra.



Ainda precisam ser comprovadas a filiação anterior à reforma e a carência de 180 meses. O cálculo do benefício deve ser conferido antes da decisão.

LIÇÃO: examine as regras separadamente; não transforme um resultado negativo em impedimento geral.

Fonte: EC nº 103/2019, arts. 15 e 16.

PEDÁGIO DE 50%



QUEM PODE EXAMINAR:

filiados antes da reforma que, em 13/11/2019, tinham mais de 28 anos de contribuição, se mulher, ou mais de 33, se homem.

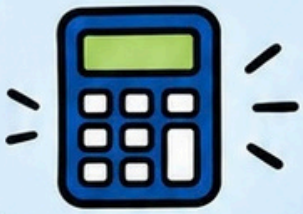


META:

completar 30 anos, se mulher, ou 35, se homem, e contribuir mais 50% do tempo que faltava naquele marco.



Não há idade mínima nessa transição. É necessário conferir a carência de 180 meses.



CÁLCULO:

a média é multiplicada pelo fator previdenciário, que pode alterar o resultado.



ATENÇÃO:

exatamente 28 ou 33 anos não atende ao requisito de "mais de". A falta na data da reforma deve ser inferior a dois anos.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 17.

CASO 5: PEDÁGIO DE 50%

1. 

CASO FICTÍCIO: em 13/11/2019, João tinha 34 anos de contribuição reconhecidos.

2. 
META MÍNIMA: 35 anos.

3. 
FALTAVA: 1 ano.

4. 
PEDÁGIO: 50% de 1 ano = 6 meses.

5. 
TEMPO ADICIONAL APÓS O MARCO: 1 ano + 6 meses = 1 ano e 6 meses.


Hipótese: João continuou contribuindo sem interrupção e os períodos foram validados. Também deve cumprir a carência.


O tempo adicional não representa sozinho o valor da aposentadoria: nessa regra há fator previdenciário.


LIÇÃO: calcule a falta na data da reforma, não na data de hoje. Datas exatas podem mudar o resultado.

Fonte; EC nº 103/2019, art. 17.

PEDÁGIO DE 100%

TRANSIÇÃO GERAL PARA FILIADOS ANTES DA REFORMA



MULHER:
idade mínima de 57 anos e 30 anos de contribuição.



HOMEM:
idade mínima de 60 anos e 35 anos de contribuição.



PEDÁGIO:
acrescentar 100% do tempo que faltava em 13/11/2019 para atingir 30/35 anos.



CARÊNCIA:
180 meses válidos.



FALTAVA 1 ANO?
É necessário completar esse ano e mais um ano de pedágio: dois anos adicionais.



VALOR:
100% da média apurada conforme a lei, dentro dos limites do RGPS. Isso não significa 100% do último salário.

Fonte: EC nº 103/2019, arts. 20 e 26.

CASO 6: PEDÁGIO DE ANA



CASO FICTÍCIO: Ana tinha 29 anos de contribuição em 13/11/2019.

FALTAVA PARA 30:	1 ano.
PEDÁGIO DE 100%:	mais 1 ano.
TOTAL A CONTRIBUIR APÓS O MARCO:	2 anos.



Se contribuiu continuamente, o requisito de tempo pode ter sido completado em novembro de 2021. Ela ainda precisa ter pelo menos 57 anos e cumprir a carência.



Se completou 57 anos apenas em 2026, a idade é que limita a data nesta hipótese.



LIÇÃO: tempo, pedágio e idade devem ser cumpridos juntos. O exemplo depende do reconhecimento integral dos períodos.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 20.

QUADRO 1: COMPARE AS TRANSIÇÕES

REGRAS GERAIS DO INSS • ANO 2026

TRANSIÇÃO	IDADE OU PONTOS	CONTRIBUIÇÃO
Por idade	62 / 65 anos	15 / 15 anos
Pontos	93 / 103 pontos	30 / 35 anos
Idade progressiva	59 anos e 6 meses / 64 anos e 6 meses	30 / 35 anos
Pedágio de 50%	Sem idade mínima	30 / 35 anos + pedágio
Pedágio de 100%	57 / 60 anos	30 / 35 anos + pedágio



Ordem dos pares: mulher / homem.
Filiação anterior à reforma e carência são necessárias.



Pedágio de 50%: exige mais de 28 / 33 anos em 13/11/2019.
Os dois pedágios usam a falta nesse marco.
Perfis específicos têm regras próprias.

Fonte: EC nº 103/2019, arts. 15–20.

DIREITO ADQUIRIDO

Se todos os requisitos foram cumpridos antes da reforma, o direito pode ser preservado mesmo com pedido posterior.



APOSENTADORIA POR TEMPO:

na regra geral antiga, 30 anos para mulher e 35 para homem, com carência, sem idade mínima. Cálculo e opções anteriores precisam ser verificados.



APOSENTADORIA POR IDADE:

na regra urbana antiga, 60 anos para mulher e 65 para homem, com a carência aplicável.



A lei prevê situações históricas específicas; filiados antigos podem ter tabela de carência própria.



PRÓXIMA AÇÃO:

peça uma apuração na data anterior à reforma e compare com as alternativas atuais. Não presuma que a regra antiga sempre paga mais.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 3º; Lei nº 8.213/1991.

A DATA MAIS CEDO É A MELHOR?

COMPARE TRÊS ELEMENTOS

DATA:
quando todos os requisitos são alcançados?

VALOR:
qual renda resulta da média e da fórmula de cada regra?

CUSTO DA ESPERA:
quanto será contribuído e quanto deixará de ser recebido durante o adiamento?

Também considere saúde, necessidade de renda e possibilidade real de continuar trabalhando.

Não escolha pela idade ou pelo percentual isoladamente. Uma média diferente pode mudar o resultado.

PRÓXIMA AÇÃO: registre duas alternativas na ficha das páginas 84–85. Use estimativas verificadas e a mesma referência monetária.

Não existe recomendação universal de esperar ou pedir imediatamente.

Fonte: roteiro educativo de comparação; regras de cálculo do RGPS.

SEU MAPA DE REGRAS

ANTES DE ENCERRAR ESTE MÓDULO

1. Liste as regras compatíveis com sua filiação e seu perfil.
2. Anote o que já cumpriu e o que falta em cada uma.
3. Confira separadamente tempo e carência.
4. Identifique períodos ainda sujeitos a prova ou correção.
5. Compare a data possível e o cálculo do valor.
6. Guarde a fonte e a data da consulta.

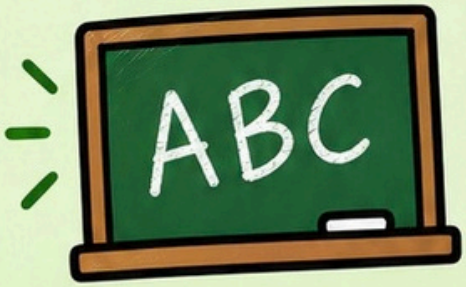


Se houver atividade rural, especial, magistério ou deficiência, leia o módulo seguinte antes de concluir.

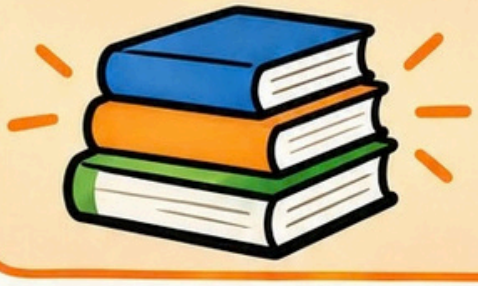
RESULTADO ESPERADO: uma lista de possibilidades e pendências. A concessão será decidida na análise do pedido, com os documentos reais.

Fonte: roteiro educativo baseado nas modalidades do INSS.

PROFESSORES: QUEM SE ENQUADRA?



As regras diferenciadas do RGPS abrangem funções de magistério na educação infantil, no ensino fundamental e no ensino médio, conforme os critérios legais.



Docência, direção de unidade escolar, coordenação e assessoramento pedagógico podem exigir comprovação específica e o enquadramento como professor.



Ensino superior não recebe automaticamente a redução das regras da educação básica.



Documente a função efetivamente exercida, a instituição e cada período. Ter um vínculo com escola não comprova sozinho tempo de magistério.



Servidor em RPPS deve verificar a legislação do seu regime. As próximas páginas tratam do INSS.

Fonte: Constituição Federal, art. 201, § 8º; Lei nº 8.213/1991, art. 56; INSS.

PROFESSORES: REGRAS DO INSS

MODALIDADE	MULHER	HOMEM
Programada após a reforma	57 anos + 25 de magistério	60 anos + 25 de magistério
Pontos em 2026	88 pontos + 25 de magistério	98 pontos + 30 de magistério
Idade progressiva em 2026	54 anos e 6 meses + 25 de magistério	59 anos e 6 meses + 30 de magistério
Pedágio de 100%	52 anos + 25 de magistério + pedágio	55 anos + 30 de magistério + pedágio

PEDÁGIO PARA AMBOS: tempo adicional igual ao que faltava em 13/11/2019 para atingir 25 anos, se mulher, ou 30, se homem.

Carência: 180 meses. Transições exigem filiação anterior à reforma e comprovação do magistério. Programada: filiação após a reforma.

As idades e pontos progressivos são de 2026. Os demais requisitos precisam ser cumpridos em conjunto.

Fonte: EC nº 103/2019, arts. 15, 16, 19 e 20.

CASO 7: PROFESSORA CARLA

CASO FICTÍCIO • ANO 2026



Carla tem 54 anos e 6 meses e 25 anos reconhecidos em funções de magistério da educação básica.



IDADE PROGRESSIVA:

alcança os requisitos de idade e tempo dessa transição em 2026.



PONTOS:

54,5 + 25 = 79,5; não alcança os 88 pontos da professora.



Ainda precisa comprovar filiação anterior à reforma, carência e o enquadramento dos períodos.



DOCUMENTOS:

carteira, declaração da instituição com função e datas e outros registros adequados ao vínculo.



LIÇÃO:

a regra geral dos trabalhadores urbanos não deve substituir a análise específica do professor.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 16, § 2º; INSS.

APOSENTADORIA ESPECIAL

É o caminho associado à exposição efetiva a agentes prejudiciais à saúde, nos critérios e limites da legislação.

PROVA:

agentes, intensidade ou concentração quando exigida, condições de exposição e período precisam ser documentados.

Não basta o cargo, a profissão ou receber adicional de insalubridade. A legislação do período trabalhado deve ser examinada.

APOSENTADORIA ESPECIAL

TEMPOS ESPECIAIS:

15, 20 ou 25 anos, conforme o enquadramento legal. Não é uma escolha livre do trabalhador.



Separe aposentadoria especial de segurado especial rural: são conceitos diferentes.

PRÓXIMA AÇÃO:

solicite os documentos técnicos por empregador e confira datas e atividades.

Fonte: Lei nº 8.213/1991, arts. 57 e 58; INSS.

ESPECIAL: TRÊS CAMINHOS

CAMINHO	REQUISITOS	OBSERVAÇÕES
DIREITO ADQUIRIDO	se completou todos os requisitos antes da reforma, examine a regra anterior, sem idade mínima.	
TRANSIÇÃO	66 pontos com 15 anos de exposição; 76 com 20; 86 com 25. Pontos são idade mais tempo de contribuição, sem somar o período especial duas vezes.	
REGRA APÓS A REFORMA	55 anos de idade com 15 de exposição; 58 com 20; 60 com 25.	

Confira carência de 180 meses, filiação e prova do enquadramento em todos os caminhos.

VALOR: o cálculo depende da regra e da data do direito. Requisito de exposição e percentual do benefício são assuntos diferentes.

Fonte: EC nº 103/2019, arts. 19 e 21; Lei nº 8.213/1991.

PPP E DOCUMENTOS TÉCNICOS

CHECKLIST 3: ATIVIDADE ESPECIAL

- [ ] Separei cada empresa e período com possível exposição.
- [ ] Solicitei o PPP e conferi identificação, datas e funções.
- [ ] Verifiquei agentes, registros ambientais e responsáveis técnicos.
- [ ] Comparei o documento com o trabalho efetivamente realizado.
- [ ] Identifiquei omissões para pedir esclarecimento à empresa.
- [ ] Guardei documentos técnicos complementares disponíveis.



PPP: Perfil Profissiográfico Previdenciário. É baseado em informações técnicas das condições de trabalho. Para períodos a partir de 01/01/2023, consulte o PPP eletrônico.

Laudos e formulários históricos podem ser relevantes conforme a época. A existência do PPP não garante o reconhecimento especial.

Fonte: INSS, PPP eletrônico; Lei nº 8.213/1991, art. 58.

CASO 8: TEMPO ESPECIAL



CASO FICTÍCIO:

Roberto tem 58 anos e 28 anos totais de contribuição, dos quais 25 foram reconhecidos na atividade especial que exige 25 anos.

PONTOS:

58 + 28 = 86.

Se filiado antes da reforma, pode examinar a transição de 86 pontos, com carência e prova da exposição.



Os 25 anos especiais estão dentro dos 28 totais; não devem ser somados novamente.

CONVERSÃO:



períodos especiais até 13/11/2019 podem ser convertidos em comuns quando admitidos. Períodos posteriores não têm essa conversão.



A aposentadoria especial exige atenção às restrições de continuidade em atividade nociva.

Fonte: EC nº 103/2019, arts. 21 e 25; INSS.

APOSENTADORIA RURAL

IDADE RURAL:



55 anos para mulher e 60 para homem.

ATIVIDADE:



comprovação do período rural exigido, em regra 180 meses, e das condições da categoria.

SEGURADO ESPECIAL:



atividade em economia familiar ou outra situação legal de enquadramento. Nem todo trabalhador do campo pertence a essa categoria.

EMPREGADO, AVULSO E INDIVIDUAL RURAIS:



possuem critérios de contribuição e comprovação próprios.



O momento em que a atividade rural é exercida e a manutenção da condição podem influenciar o direito à idade reduzida.



PRÓXIMA AÇÃO:

identifique a categoria rural e organize a história antes de aplicar a regra de idade.

Fonte: INSS, Aposentadoria por idade do trabalhador rural; Lei nº 8.213/1991.

COMO DOCUMENTAR A ATIVIDADE RURAL

CHECKLIST 4: HISTÓRICO RURAL

- [ ] Listei locais, atividades e datas de trabalho rural.
- [ ] Identifiquei se trabalhei como empregado ou em economia familiar.
- [ ] Separei contratos de propriedade, posse, arrendamento ou parceria, quando existentes.
- [ ] Reuni notas de produtor e registros de comercialização disponíveis.
- [ ] Localizei cadastros e documentos públicos relacionados à atividade.
- [ ] Conferi dados do grupo familiar e períodos de trabalho urbano.
- [ ] Preparei as informações para a autodeclaração, quando exigida.

Esses documentos são exemplos de prova, não uma lista universal suficiente. Registros devem corresponder à história real. A autodeclaração passa por verificação; não cria atividade rural.

Fonte: INSS, comprovação da atividade rural.

CASO 9: RURAL E URBANO



CASO FICTÍCIO:

Rosa tem 62 anos em 2026, filiação anterior à reforma e histórico de 8 anos rurais e 7 urbanos, sem sobreposição.



Ela não deve presumir que pode usar a idade reduzida rural apenas por ter trabalhado no campo.



CAMINHO A EXAMINAR:

aposentadoria por idade híbrida, que combina períodos reconhecidos de naturezas diferentes, sem a redução da idade rural.



É necessário verificar prova rural, carência, contribuição e regras aplicáveis ao período. A soma aritmética de 15 anos não resolve sozinha a análise.



LIÇÃO:

uma trajetória mista precisa de análise própria; não descarte os períodos rurais nem conte tudo automaticamente.

Fonte: Lei nº 8.213/1991, art. 48; EC nº 103/2019, art. 18.

APOSENTADORIA DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA

DEFICIÊNCIA não significa incapacidade para trabalhar. Esta modalidade reconhece condições específicas da trajetória contributiva.

POR IDADE:



mulher, 55 anos;
homem, 60 anos.

Exige 15 anos de contribuição na condição de pessoa com deficiência e carência de 180 meses.

POR TEMPO:



requisitos variam conforme o grau reconhecido.

Não há idade mínima nessa modalidade.

AVALIAÇÃO:



o INSS verifica a deficiência, seu grau e os períodos em que esteve presente.

PRÓXIMA AÇÃO:



reúna documentos históricos que ajudem a demonstrar início, evolução e condições ao longo do tempo.



Laudo atual, isoladamente, pode não demonstrar toda a trajetória exigida.

Fonte: Lei Complementar nº 142/2013; INSS.

DEFICIÊNCIA: TEMPOS E CÁLCULO

TEMPO DE CONTRIBUIÇÃO NA CONDIÇÃO RECONHECIDA		
GRAU	**MULHER**	**HOMEM**
Grave	20 anos	25 anos
Moderado	24 anos	29 anos
Leve	28 anos	33 anos



Carência: 180 meses. Períodos com graus diferentes ou sem deficiência exigem ajuste conforme as regras legais.



CÁLCULO: por tempo, 100% do salário de benefício; por idade, 70% mais 1% por grupo de 12 contribuições, até 100%. A média segue as normas aplicáveis.



O fator previdenciário só é aplicado se elevar a renda nesta modalidade.



Não acumule reduções de tempo por deficiência e atividade especial no mesmo período sem análise legal.

Fonte: LC nº 142/2013, arts. 3º, 7º, 8º e 9º.

INCAPACIDADE PERMANENTE

É o benefício para o segurado incapaz para o trabalho e sem possibilidade de reabilitação para atividade que garanta sua subsistência, segundo a avaliação competente.



REQUISITOS:

incapacidade, qualidade de segurado e, em regra, carência de 12 contribuições. Há dispensas legais, como acidentes e determinadas doenças.



Não basta um diagnóstico ou escolher essa modalidade por faltar tempo para outra aposentadoria.



DOCUMENTOS:

relatórios, exames, tratamentos e informações sobre limitações e atividade profissional. Organize datas.



O benefício permanece enquanto atendidas suas condições, com reavaliações e dispensas previstas em lei. O retorno voluntário ao trabalho tem efeitos sobre o benefício.

Fonte: Lei nº 8.213/1991, arts. 42–47 e 101; INSS.

CÁLCULO E ACRÉSCIMO NA INCAPACIDADE



REGRA PÓS-REFORMA:

em geral, 60% da média mais 2 pontos percentuais por ano que exceder 20 anos de contribuição; para mulheres do RGPS, o acréscimo considera os anos acima de 15.



ORIGEM LABORAL:

quando decorrer de acidente de trabalho, doença profissional ou doença do trabalho, aplica-se 100% da média na regra constitucional.



ACRÉSCIMO DE 25%:

pode ser solicitado quando há necessidade de assistência permanente de outra pessoa, nas condições legais. É específico da aposentadoria por incapacidade permanente.



Esse acréscimo pode superar o teto e não se incorpora à pensão por morte. Depende de avaliação; não é automático por idade ou diagnóstico.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 26; Lei nº 8.213/1991, art. 45.

COMO NASCE O VALOR DO BENEFÍCIO

O valor depende tanto da base de cálculo quanto do percentual ou fator aplicável.

Não use o último salário, a última guia ou o teto atual como resposta automática.

HISTÓRICO VALIDADO → **SALÁRIOS ATUALIZADOS** → **MÉDIA** → **FÓRMULA DA REGRA** → **LIMITES LEGAIS**

O histórico de contribuições é validado para identificar as competências consideradas.

Os salários de contribuição são atualizados conforme as regras previstas em lei.

MÉDIA: precisa considerar as competências e a atualização previstas em lei.

FÓRMULA: algumas regras usam coeficiente; o pedágio de 50% usa fator previdenciário.

LIMITES: o resultado ordinário do RGPS observa piso e teto, com hipóteses legais específicas.

PRÓXIMA AÇÃO:
confira a memória de cálculo, não apenas o número final apresentado.

Fonte: legislação de cálculo do RGPS; EC nº 103/2019.

A MÉDIA DAS CONTRIBUIÇÕES

Na regra pós-reforma, a referência é a média de 100% dos salários de contribuição desde julho de 1994 ou desde o início das contribuições, se posterior, atualizados monetariamente.

SALÁRIO DE CONTRIBUIÇÃO:

base previdenciária, que não é necessariamente o salário líquido recebido.

SALÁRIOS ANTIGOS:

não devem ser somados pelo valor nominal de décadas atrás.



PERÍODOS ANTERIORES A JULHO DE 1994:

podem importar para tempo e direito, mesmo quando não entram nessa média.

Existem regras históricas, divisor mínimo e condições de exclusão de contribuições que exigem apuração específica.

PRÓXIMA AÇÃO: verifique período considerado e atualização na memória de cálculo.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 26; Lei nº 8.213/1991, arts. 29-B e 135-A.

O PERCENTUAL DA MÉDIA

FÓRMULA GERAL PÓS-REFORMA

60% + 2 PONTOS PERCENTUAIS POR ANO ADICIONAL



MULHER:

anos completos que excedem 15 anos de contribuição.



HOMEM:

anos completos que excedem 20 anos de contribuição, na regra geral.

EXEMPLOS DE COEFICIENTE



Mulher com 15 anos: 60%; com 25: 80%; com 35: 100%.



Homem com 20 anos: 60%; com 30: 80%; com 40: 100%.

Não aplique essa fórmula a todas as modalidades. Pedágios, deficiência, direito adquirido e incapacidade laboral podem ter cálculo diferente.

100% da média não significa 100% do último salário nem recebimento do teto.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 26.

CASO 10: DA MÉDIA AO VALOR

CASO FICTÍCIO • REGRA GERAL PÓS-REFORMA

Beatriz tem 25 anos completos de contribuição e média já apurada e atualizada de R$ 4.000,00.

1

ANOS ADICIONAIS:

25 − 15 = 10.

2

COEFICIENTE:

60% + (10 × 2%) = 80%.

3

BENEFÍCIO BRUTO ESTIMADO:

R$ 4.000,00 × 80% = R$ 3.200,00.

Hipóteses: requisitos cumpridos, períodos reconhecidos e inexistência de regra específica ou ajuste que altere a média.

A média de R$ 4.000,00 é uma premissa didática, não resultado de um histórico real. O valor líquido dependerá dos descontos aplicáveis.

LIÇÃO: conferir apenas a média não basta; é preciso aplicar a fórmula correta.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 26.

QUADRO 2: CÁLCULOS DIFERENTES

REGRA	BASE DO CÁLCULO
Programada, pontos e idade progressiva:	média × coeficiente geral.
Transição por idade:	média × coeficiente aplicável.
Pedágio de 50%:	média × fator previdenciário.
Pedágio de 100%:	100% da média.
Pessoa com deficiência:	fórmula específica por idade ou tempo.
Incapacidade permanente:	regra geral ou 100% da média, conforme a origem prevista em lei.
Direito adquirido:	legislação anterior e opções da época.

QUANTO À MÉDIA: confirme período, atualização e divisor. **Quanto ao resultado:** confira piso e teto. Não compare percentuais calculados sobre bases diferentes como se fossem iguais.

Fonte: EC nº 103/2019; LC nº 142/2013; Lei nº 8.213/1991.

FATOR PREVIDENCIÁRIO

É uma fórmula que considera elementos como idade, tempo de contribuição e expectativa de sobrevida, nos termos legais.

ONDE IMPORTA:



pedágio de 50% e determinados cálculos por direito adquirido, entre outras hipóteses.

EFEITO:



pode reduzir ou elevar o resultado conforme os dados. Não é uma multa fixa.

FATOR PREVIDENCIÁRIO



Não use um fator encontrado na internet sem conferir data, parâmetros e situação.

NO PEDÁGIO DE 50%:



atingir o tempo não elimina a aplicação do fator.

PRÓXIMA AÇÃO:



solicite o fator efetivamente utilizado e sua memória de cálculo. Compare a renda e a data com outras regras possíveis.

Fonte: Lei nº 8.213/1991, art. 29; EC nº 103/2019, art. 17.

PISO E TETO EM 2026

PISO PREVIDENCIÁRIO:

R$ 1.621,00.



TETO ORDINÁRIO DO RGPS:

R$ 8.475,55.



REFERÊNCIA:
competência janeiro de 2026 e valores vigentes em 01/10/2026.

O teto limita a base de contribuição e o benefício ordinário do INSS. Não é uma promessa para quem paga contribuições altas.

O piso se aplica aos benefícios que substituem a renda do trabalho, observadas situações legais específicas, como benefícios proporcionais por acordo internacional.

O acréscimo de 25% da incapacidade permanente pode superar o teto nas condições legais.

Esses números são anuais. Para planejar outro ano, consulte os valores oficiais daquele período.

Fonte: Portaria Interministerial MPS/MF nº 13/2026; INSS.

CONTRIBUIR PELO TETO GARANTE O TETO?

NÃO HÁ GARANTIA AUTOMÁTICA.

HISTÓRICO:

contribuições menores anteriores podem reduzir a média.

COEFICIENTE:

um percentual inferior a 100% pode resultar em valor menor, mesmo com média elevada.

TEMPO:

poucos recolhimentos altos no final não substituem toda a trajetória contributiva.

LIMITES:

pagar acima da base máxima não produz benefício proporcionalmente maior.

ANTES DE AUMENTAR PAGAMENTOS:

confirme categoria, base legal, custo e impacto estimado sobre a média e o coeficiente.

PRÓXIMA AÇÃO:

faça a comparação com o histórico completo. Nunca pague valor adicional apenas com a promessa de "aposentadoria no teto".

Fonte: regras de contribuição e cálculo do RGPS.

DIVISOR E EXCLUSÃO DE CONTRIBUIÇÕES

DIVISOR:

a média não depende apenas de somar salários; é preciso aplicar o divisor previsto em lei.



DIVISOR MÍNIMO:

para determinadas aposentadorias de segurados filiados até julho de 1994, a lei prevê divisor mínimo de 108 meses. A regra não abrange a incapacidade permanente.



EXCLUSÃO:

a EC nº 103/2019 admite excluir contribuições que reduzam o benefício, preservado o tempo mínimo exigido.



EFEITO:

o tempo correspondente ao descarte não pode ser usado para aumentar coeficiente, averbar em outro regime ou outro fim previsto na norma.



Não descarte por conta própria: compare o ganho na média com a perda no tempo e no percentual.

Fonte: Lei nº 8.213/1991, art. 135-A; EC nº 103/2019, art. 26, § 6º.

ESPERAR: CONTA QUE PRECISA SER FEITA

Suponha que duas simulações verificadas ofereçam R$ 3.000,00 agora ou R$ 3.300,00 após 12 meses.



RENDA ADIADA:

12 × R$ 3.000,00 = R$ 36.000,00, sem incluir décimo terceiro.

DIFERENÇA MENSAL:

R$ 300,00.

CONTA SIMPLIFICADA:

R$ 36.000,00 ÷ R$ 300,00 = 120 meses para compensar apenas essa renda adiada.

Esta comparação não considera contribuições adicionais, reajustes, impostos, décimo terceiro nem valor do dinheiro no tempo. Não é uma previsão do benefício.

LIÇÃO: benefício mensal maior não define sozinho a melhor escolha. Compare também custos, condições de trabalho e necessidade de renda.

Fonte: exemplo financeiro didático; valores hipotéticos.

BRUTO, DESCONTOS E LÍQUIDO

BENEFÍCIO BRUTO − **DESCONTOS APLICÁVEIS** = **VALOR LÍQUIDO**

IMPOSTO DE RENDA:

depende das normas tributárias e da situação pessoal. Ser aposentado não gera isenção total automática.



CONSIGNADO:

parcelas autorizadas reduzem a renda disponível e representam dívida, não aumento do benefício.



OUTROS DESCONTOS:

confira origem e autorização no extrato de pagamento.



Uma diferença entre bruto e líquido pode ser legítima, mas deve ser compreendida. Não aceite cobrança sem identificar sua base.

PRÓXIMA AÇÃO: obtenha o extrato de pagamento, compare com o crédito bancário e procure o canal oficial se houver desconto desconhecido.

Fonte: INSS, extrato de pagamento; Receita Federal, orientações de tributação.

O QUE PODE MELHORAR A ANÁLISE?

CORRIGIR O HISTÓRICO:

vínculos e salários comprovados podem alterar a apuração.



RECONHECER PERÍODOS:

atividade especial, rural ou outro regime só entra quando as condições e provas permitem.



COMPARAR REGRAS:

examine data e renda com os mesmos dados validados.



CONTRIBUIR MAIS:

pode ter efeito, mas exige avaliar custo, média e coeficiente. Não há resultado garantido.



REVISÕES:



precisam de fundamento específico; não são um bônus automático. A "revisão da vida toda" não deve ser oferecida como estratégia geral disponível.

PRÓXIMA AÇÃO:



concentre-se em erros e alternativas comprováveis. Desconfie de promessas de aumentar o benefício sem analisar documentos.

Fonte: normas do RGPS; STF, Tema 1.102 e ADIs 2.110/2.111.

QUADRO 3: COMO CONTRIBUIR

CATEGORIA	COMO CONTRIBUIR
EMPREGADO / DOMÉSTICO / AVULSO:	alíquotas progressivas por faixa; confira folha e registros. Não aplique a maior alíquota sobre todo o salário.
INDIVIDUAL, PLANO NORMAL:	**20%** sobre a base legal entre mínimo e teto, nas hipóteses de recolhimento próprio.
SIMPLIFICADO:	**11%** do mínimo para facultativo e individual que atende às condições do plano.
FACULTATIVO BAIXA RENDA:	**5%** do mínimo, sujeito a requisitos e validação.
MEI COMUM:	contribuição previdenciária de 5% do mínimo no DAS; tributos do DAS são separados. MEI Caminhoneiro tem alíquota própria.

Prestação de serviço à empresa pode envolver retenção e regras diferentes. Confirme a categoria antes de emitir guia.

Fonte: Lei nº 8.212/1991, art. 21; INSS, contribuição previdenciária.

MEI: DIREITOS E LIMITES

O MEI pertence à categoria de contribuinte individual. No MEI comum, recolhe a parcela previdenciária pelo DAS com base no salário mínimo.

Os direitos dependem de idade, carência e demais requisitos. Ter CNPJ não prova contribuições válidas.



O MEI pertence à categoria de contribuinte individual. No MEI comum, recolhe a parcela previdenciária pelo DAS com base no salário mínimo.



Os direitos dependem de idade, carência e demais requisitos. Ter CNPJ não prova contribuições válidas.



COMPLEMENTAÇÃO: para uso em aposentadoria por tempo de contribuição ou contagem recíproca, a contribuição reduzida pode exigir complemento de 15 pontos percentuais até 20%, com encargos quando devidos.



Complementar não aumenta automaticamente a base para além do mínimo nem garante benefício maior.

PRÓXIMA AÇÃO: compare DAS pagos com o CNIS e esclareça a finalidade antes de complementar.

Fonte: INSS, Microempreendedor Individual; Lei nº 8.212/1991, art. 21.

FACULTATIVO E BAIXA RENDA



FACULTATIVO:

pessoa sem atividade remunerada que gere filiação obrigatória. Confira se essa categoria corresponde à realidade.

PLANO NORMAL:

20% sobre base permitida entre mínimo e teto.



SIMPLIFICADO:

11% sobre o mínimo, com limitações para aposentadoria por tempo e contagem recíproca.





BAIXA RENDA:

5% sobre o mínimo; exige ausência de renda própria e de atividade remunerada, dedicação ao trabalho doméstico na própria residência, renda familiar de até dois salários mínimos e CadÚnico atualizado.



O recolhimento de 5% precisa de validação. Inscrição no CadÚnico, sozinha, não atende a todos os requisitos.

Fonte: Lei nº 8.212/1991, art. 21; INSS, Validar contribuições de facultativo baixa renda.

PAGAMENTOS EM ATRASO

1 IDENTIFIQUE A CATEGORIA

2 CONFIRA O PERÍODO

3 COMPROVE A ATIVIDADE

4 VERIFIQUE O EFEITO

5 CALCULE

INDIVIDUAL:

o reconhecimento de atividade remunerada pode ser necessário. Períodos antigos podem exigir cálculo e procedimento específicos.

FACULTATIVO:

não pode comprar livremente anos passados sem filiação; existem limites legais para regularização.

CARÊNCIA:

contribuições anteriores à primeira paga em dia, recolhidas depois, não contam automaticamente para esse requisito.

EMPREGADO:

falta de recolhimento da empresa deve ser investigada com prova do vínculo, sem pagamento duplicado por impulso.

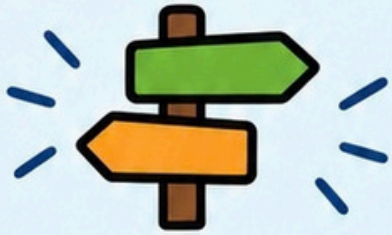
PRÓXIMA AÇÃO:

confirme validade para tempo e carência antes de pagar. Uma guia quitada não garante reconhecimento.

Fonte: Lei nº 8.213/1991, art. 27; INSS, regularização.

ABAIXO DO MÍNIMO: O QUE CONFERIR?

Para competências a partir de novembro de 2019, o total mensal inferior ao mínimo pode impedir o reconhecimento enquanto não houver ajuste permitido.



CAMINHOS LEGAIS:

complementação, uso de excedentes e agrupamento de competências, conforme categoria e condições.



Somar remuneracões de trabalhos no mesmo mês pode mudar a identificação da insuficiência. Examine todas as fontes.



Não confunda ajuste para alcançar o mínimo com complemento do plano de 5% ou 11% para 20%: são problemas diferentes.



PRÓXIMA AÇÃO:

consulte o serviço de ajustes da EC nº 103/2019 e as orientações do INSS. Confira se o ajuste altera quantidade de meses aproveitados.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 29; INSS, Regularização de Contribuição Previdenciária.

VALORES DE CONTRIBUIÇÃO EM 2026

BASE DE CÁLCULO / ALÍQUOTA	VALOR DA CONTRIBUIÇÃO
BASE MÍNIMA	R$ 1.621,00
5% DO MÍNIMO	R$ 81,05
11% DO MÍNIMO	R$ 178,31
20% DO MÍNIMO	R$ 324,20
20% DO TETO DE R$ 8.475,55	R$ 1.695,11

Os valores não autorizam escolher qualquer plano. Categoria, atividade e finalidade devem permitir o recolhimento.

MEI: a parcela previdenciária não é necessariamente o total do DAS, que pode incluir tributos.

EMPREGADOS: estes valores fixos não substituem a tabela progressiva da folha.

PRÓXIMA AÇÃO: confira competência e código; valores de outro ano precisam da tabela correspondente.

Fonte: INSS, Tabela de contribuição mensal; Portaria MPS/MF nº 13/2026.

ANTES DE FAZER O PEDIDO

CHECKLIST 5: PREPARAÇÃO

- [ ] Conferi minha identificação e meios de contato.
- [ ] Revisei CNIS, vínculos, salários e guias.
- [ ] Identifiquei regras possíveis e pendências de prova.
- [ ] Separei documentos específicos do meu perfil.
- [ ] Li a simulação como estimativa, sem confundi-la com decisão.
- [ ] Preparei arquivos completos e legíveis.
- [ ] Anotei a regra e os períodos que precisam de análise.
- [ ] Planejei acompanhar o protocolo e possíveis exigências.

Não é obrigatório que toda correção esteja concluída antes do requerimento: o acerto pode ocorrer na análise. Identifique e comprove a pendência no pedido.

Fonte: INSS, atualização de tempo; serviços de aposentadoria.

QUADRO 4: DOCUMENTOS POR PERFIL

PERFIL	DOCUMENTOS PRINCIPAIS
TODOS	identificação, CPF e documentos necessários para comprovar o histórico. Representação legal, quando houver.
EMPREGADO	carteira e provas complementares de vínculos ou salários divergentes.
INDIVIDUAL / MEI	guias, comprovantes e registros de atividade quando necessários.
RURAL	documentos do período e autodeclaração aplicável.
ESPECIAL	PPP e provas técnicas pertinentes à época.
PROFESSOR	comprovação das funções de magistério e datas.
DEFICIÊNCIA / INCAPACIDADE	documentação médica e histórica adequada à avaliação.
OUTRO REGIME	CTC e documentos de averbação, conforme o caso.

A relação é orientativa. O INSS pode solicitar documentos adicionais; não invente declaração nem substitua prova por informação sem base.

Fonte: INSS, documentos e serviços por modalidade.

SIMULE, MAS CONFIRA OS DADOS

1. Entre no Meu INSS com sua conta gov.br.
2. Procure “Simular Aposentadoria”.
3. Confira nascimento, vínculos e períodos apresentados.
4. Leia os detalhes de cada regra e baixe o resultado disponível.
5. Compare com documentos e anote períodos ausentes ou não analisados.

O resultado usa a base disponível e não garante concessão. Situações especiais ou provas ainda não reconhecidas podem exigir análise própria.

Alterar um vínculo apenas na simulação não corrige o CNIS. Uma data projetada depende de contribuições e regras futuras.

PRÓXIMA AÇÃO: leve as divergências para a conferência do histórico; não use a simulação como único documento de decisão.

Fonte: INSS, Simular Aposentadoria.

COMO INICIAR O REQUERIMENTO

1. 

Use **meu.inss.gov.br** ou o aplicativo oficial.

2. 
Na busca, localize o serviço de aposentadoria adequado ao seu perfil.

3. 
Leia as orientações e responda conforme a situação real.

4. 
Informe períodos e fatos relevantes; anexe documentos solicitados e provas de pendências.

5. 
Revise antes de enviar e guarde o protocolo.


Os nomes e posições dos menus podem mudar. Se não localizar o serviço, peça orientação pelo 135.


Não é necessário contratar intermediário para acessar os serviços públicos. Casos complexos podem se beneficiar de auxílio técnico.


PRÓXIMA AÇÃO: registre data do pedido e mantenha contatos atualizados para acompanhar comunicações.

Fonte: gov.br, serviços de aposentadoria do INSS.

ARQUIVOS QUE AJUDAM A ANÁLISE

LEGIBILIDADE:
fotografe ou digitalize sem cortes, sombras ou reflexos.



COMPLETUDE:
inclua todas as páginas relevantes e verso com informação.



ORGANIZAÇÃO:
agrupe por assunto e período; identifique o arquivo claramente.



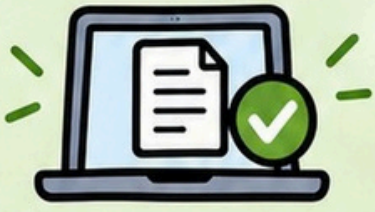
COERÊNCIA:
confira se o documento pertence ao titular e corresponde ao fato informado.



EXPLICAÇÃO:
quando necessário, descreva objetivamente a correção ou o reconhecimento solicitado.



Os limites de tamanho e formatos devem ser consultados na tela do serviço. Não reduza tanto a qualidade que torne a prova ilegível.



PRÓXIMA AÇÃO:
abra cada arquivo antes do envio e confirme depois quais anexos constam no protocolo. Guarde os originais.

Fonte: orientações de requerimento eletrônico do INSS.

COMO RESPONDER A UMA EXIGÊNCIA

EXIGÊNCIA: solicitação do INSS para complementar informações ou documentos.

1. Leia o texto inteiro e identifique exatamente o que foi pedido.
2. Confira o prazo comunicado e anote a data de ciência.
3. Organize a resposta com cada item e sua prova.
4. Use o serviço de cumprimento de exigência vinculado ao pedido.
5. Guarde o comprovante e confira o envio.

Se não conseguir o documento, explique a dificuldade e solicite orientação ou providência cabível dentro do prazo. Não ignore a comunicação.

Enviar arquivos sem responder à questão pode não resolver a pendência. Uma exigência não significa, por si só, indeferimento.

Fonte: INSS, Cumprir Exigência.

CONFIRA A DECISÃO

CHECKLIST 6: RESULTADO DO PEDIDO

- [ ] Li a comunicação de decisão completa.
- [ ] Conferi titular, espécie do benefício e fundamento.
- [ ] Verifiquei data de início e renda mensal inicial.
- [ ] Comparei períodos reconhecidos com o histórico apresentado.
- [ ] Conferi salários, média, coeficiente ou fator na memória de cálculo.
- [ ] Identifiquei motivo de eventual período recusado.
- [ ] Guardei carta de concessão, processo e extratos.
- [ ] Anotei a data em que tomei ciência.

Uma concessão não dispensa conferir o cálculo. Um indeferimento exige entender o motivo antes de escolher recurso, novo pedido ou outra medida.

Fonte: INSS, decisão, carta de concessão e processo administrativo.

SE O PEDIDO FOR NEGADO



LEIA O MOTIVO



CONFIRA A PROVA



ESCOLHA O CAMINHO



RECURSO ORDINÁRIO:

contesta decisão administrativa perante o CRPS. O prazo informado no serviço é de 30 dias após tomar conhecimento do resultado.



NOVO PEDIDO:

pode ser adequado em situações específicas, mas pode mudar a data relevante e os efeitos financeiros.



VIA JUDICIAL:

exige análise do problema e dos requisitos processuais; procure orientação quando necessário.



Não repita o mesmo pedido sem esclarecer a falha. Diferencie ausência de requisito, erro de registro e insuficiência de prova.



PRÓXIMA AÇÃO:

obtenha a cópia do processo e registre o ponto contestado, o documento que sustenta sua posição e o prazo.

Fonte: gov.br, Apresentar Recurso Ordinário (Inicial).

PAGAMENTOS E REAJUSTES

PRIMEIRO PAGAMENTO:

confira carta de concessão, data e banco indicado. Compare renda mensal com eventuais valores de períodos anteriores.



CALENDÁRIO:

consulte o calendário oficial e a identificação do benefício; não deduza a data pelo CPF.



REAJUSTE:

benefícios do piso acompanham o salário mínimo; benefícios acima do piso seguem a regra de reajuste previdenciário, com proporcionalidade quando cabível.



DÉCIMO TERCEIRO:

aposentadorias previdenciárias têm abono anual nos termos legais. O calendário pode mudar; consulte o ano corrente.



PRÓXIMA AÇÃO:

confira o extrato mensal. Guarde comprovantes e relate divergências pelo canal oficial.



Fonte: Lei nº 8.213/1991, arts. 40 e 41-A; INSS.

POSSO CONTINUAR TRABALHANDO?

APOSENTADORIA PROGRAMADA OU TRANSIÇÕES:



em geral, o trabalho pode continuar. Quem exerce atividade abrangida pelo RGPS continua sujeito à contribuição obrigatória.

NOVAS CONTRIBUIÇÕES:



não geram automaticamente recálculo da aposentadoria já concedida.

APOSENTADORIA ESPECIAL:



continuar ou voltar à atividade nociva tem efeitos sobre o pagamento. Verifique as restrições antes de manter a exposição.

INCAPACIDADE PERMANENTE:



retorno voluntário à atividade tem efeitos legais de cancelamento; não trate como aposentadoria comum.



SERVIÇO PÚBLICO:

efeitos sobre o vínculo dependem de regime e normas próprias.



PRÓXIMA AÇÃO:

identifique a espécie do beneficio e o trabalho pretendido antes de decidir.

Fonte: Lei nº 8.213/1991, arts. 18, 46 e 57; INSS.

APOSENTADORIA E PENSÃO

Em acumulações permitidas de aposentadoria e pensão por morte de cônjuge ou companheiro, pode haver redução do benefício menos vantajoso, conforme a regra aplicável.



BENEFÍCIO MAIS VANTAJOSO:

integral.



OUTRO BENEFÍCIO:

preserva até 1 salário mínimo; sobre as parcelas seguintes, aplica 60% entre 1 e 2 mínimos, 40% entre 2 e 3, 20% entre 3 e 4 e 10% acima de 4.



As faixas são cumulativas:

não se aplica uma única alíquota sobre todo o valor.



Direito adquirido e outras acumulações exigem conferência. Dois benefícios não significam dois valores integrais automaticamente.



PRÓXIMA AÇÃO:

informe os benefícios existentes e confira a base da redução.

Fonte: EC nº 103/2019, art. 24.

REVISÃO, TRIBUTAÇÃO E PROTEÇÃO

REVISÃO:



identifique erro concreto e prova. Em regra, a revisão do ato de concessão tem prazo decadencial de 10 anos; diferenças vencidas podem ter prescrição de 5 anos. O marco e as exceções precisam de análise.

TRIBUTAÇÃO:



existem regras específicas por idade e doenças previstas em lei. Não confunda isenção de certos rendimentos com dispensa total de declarar.

PROTEÇÃO:



não entregue senha ou código gov.br; consulte descontos e contratos pelos canais oficiais.



Desconfie de taxa para "liberar aposentadoria" e de promessa de aumento garantido.



PRÓXIMA AÇÃO:

guarde o cálculo original, informe-se na Receita Federal e conteste cobranças desconhecidas.

Fonte: Lei nº 8.213/1991, art. 103; Receita Federal; INSS.

BPC E PREVIDÊNCIA COMPLEMENTAR

BPC



BPC: benefício assistencial para pessoa idosa a partir de 65 anos ou pessoa com deficiência de qualquer idade, quando atendidos os critérios legais, inclusive de baixa renda e cadastro.

Não exige contribuições, não é aposentadoria, não paga décimo terceiro e não gera pensão por morte. Consulte o CRAS e os canais oficiais para avaliar os requisitos.

PREVIDÊNCIA COMPLEMENTAR



PREVIDÊNCIA COMPLEMENTAR: renda adicional vinculada ao plano e às reservas. Existem entidades abertas e fechadas.

Antes de contratar, confira custos, tributação, riscos, condições de resgate e recebimento. Não há promessa universal de rendimento ou renda.

PRÓXIMA AÇÃO: identifique se procura proteção assistencial ou formação de renda complementar.

Fonte: MDS, BPC; Ministério da Previdência, previdência complementar.

OUTROS REGIMES E TRABALHO NO EXTERIOR

SERVIDOR EFETIVO:

identifique o RPPS e consulte o órgão de pessoal. União, estados e municípios não devem ser tratados como uma única regra.



MILITAR:

consulte o sistema de proteção social correspondente; este guia não calcula inatividade militar.





CTC:

a Certidão de Tempo de Contribuição pode permitir contagem recíproca. Não use o mesmo período duas vezes para benefícios distintos por transferência indevida.



EXTERIOR:

acordos internacionais podem permitir totalização de períodos. Benefícios, proporcionalidade e países abrangidos variam por acordo.





PRÓXIMA AÇÃO: liste regimes e países, obtenha registros e consulte o organismo de ligação ou o órgão responsável antes de transferir tempo.

Fonte: Ministério da Previdência, RPPS e acordos internacionais.

MAPA FINAL: SEUS PRÓXIMOS PASSOS

NÃO SEI MEU PERFIL
→ páginas 5–10.

MEU HISTÓRICO TEM ERROS
→ páginas 11–18.

QUERO ENTENDER QUANDO
→ páginas 19–36.

TENHO SITUAÇÃO ESPECÍFICA
→ páginas 37–50.

QUERO ENTENDER O VALOR
→ páginas 51–62.

TENHO DÚVIDA SOBRE GUIAS
→ páginas 63–68.

VOU PEDIR OU RECEBI EXIGÊNCIA
→ páginas 69–76.

JÁ ESTOU APOSENTADO
→ páginas 77–80.

TENHO OUTRO REGIME OU PAÍS
→ página 82.

O resultado do guia é uma história organizada, regras identificadas e próximos passos claros. A decisão depende dos requisitos e documentos efetivamente analisados.

MINHA FICHA DE PLANEJAMENTO

PARTE 1: MEU HISTÓRICO

Data desta conferência: _____

Idade na data: _____

Regime ou regimes: _____

Primeira filiação ao INSS: _____

Tempo reconhecido até 13/11/2019: _____

Tempo reconhecido atual: _____

Carência válida conferida: _____

Períodos especiais, rurais, de magistério ou com deficiência: _____

Períodos em outro regime ou país: _____

Pendências e documentos que faltam: _____

Preencha com dados conferidos. Deixe dúvidas marcadas em vez de transformar estimativas em fatos.
Não inclua senhas ou códigos de acesso.

MINHA FICHA: COMPARE ALTERNATIVAS

PARTE 2: CAMINHOS POSSÍVEIS

ALTERNATIVA A

Regra: _____ Data possível: _____

Requisitos ainda pendentes: _____

Renda bruta estimada: _____ Fonte e data: _____

ALTERNATIVA B

Regra: _____ Data possível: _____

Requisitos ainda pendentes: _____

Renda bruta estimada: _____ Fonte e data: _____

Custo das contribuições e renda adiada: _____

Documentos a obter e responsáveis: _____

Minha próxima ação e prazo: _____

Compare valores na mesma referência monetária. Não trate previsão como concessão. Volte à página 60 para entender o custo da espera.

DÚVIDAS RÁPIDAS: REGRAS

1 A idade basta?

Não. Confira tempo, carência e condições da modalidade.

2 Duas empresas dobram o tempo?

Não em períodos simultâneos.

3 Trabalhei antes de 2019: tenho direito antigo?

Somente se todos os requisitos anteriores foram cumpridos; senão, examine transições.

4 Pontos substituem o tempo mínimo?

Não. Os requisitos são cumulativos.

5 Pedágio é uma cobrança em dinheiro?

É tempo adicional de contribuição nessa regra.

6 Toda professora usa a redução?

É preciso comprovar o magistério abrangido e o regime.

7 Insalubridade garante atividade especial?

Não. Confira exposição e prova nos critérios legais.

Fonte: EC nº 103/2019; INSS. Detalhes: páginas 19–50.

DÚVIDAS RÁPIDAS: VALORES E GUIAS

8. Pagar pelo teto garante recebê-lo?

Não. Média e fórmula influenciam o resultado.

9. O último salário define o benefício?

Não. Não nas regras de média.

10. 100% da média é 100% do salário atual?

Não. Não necessariamente.

11. Guia atrasada sempre conta?

Não. Categoria, prova, tempo e carência precisam ser verificados.

12. Complementar o MEI aumenta a base?

Não. Não automaticamente; a finalidade e a competência importam.

13. Posso contribuir como facultativo trabalhando?

Não. Atividade remunerada abrangida gera filiação obrigatória; confira a categoria.

14. Baixa renda depende só do CadÚnico?

Não. Não. Existem outros requisitos e validação.

Fonte: legislação contributiva e de cálculo. Detalhes: páginas 51–68.

DÚVIDAS RÁPIDAS: PEDIDO E BENEFÍCIO

15. A simulação garante aprovação?

Não. É uma projeção com os dados disponíveis.



16. Preciso de intermediário para pedir?

Não. Os serviços oficiais podem ser acessados pelo titular.



17. Exigência significa negativa?

Não. É um pedido de complemento.



18. Posso recorrer de uma decisão?

Sim. Confira o prazo e o procedimento; o recurso ordinário tem prazo de 30 dias da ciência.



19. Aposentado pode trabalhar?

Depende da modalidade e do vínculo. Especial e incapacidade têm restrições.



20. BPC é aposentadoria?

Não. É assistencial e tem critérios próprios.



Fonte: serviços oficiais INSS, CRPS e MDS. Detalhes: páginas 69–82.

GLOSSÁRIO: SUA HISTÓRIA

RGPS:	Regime Geral de Previdência Social.
RPPS:	Regime Próprio de Previdência Social.
INSS:	órgão que administra benefícios do RGPS.
SEGURADO:	pessoa vinculada à proteção previdenciária.
FILIAÇÃO:	vínculo jurídico com o regime.
CARÊNCIA:	número de competências válidas exigidas.
TEMPO DE CONTRIBUIÇÃO:	duração dos períodos reconhecidos.
QUALIDADE DE SEGURADO:	condição de proteção exigida para determinados benefícios.
PERÍODO DE GRAÇA:	manutenção de proteção sem novo recolhimento, nas condições legais.
CNIS:	cadastro de vínculos, remunerações e contribuições.
COMPETÊNCIA:	mês ao qual o recolhimento ou remuneração se refere.
CTPS:	Carteira de Trabalho e Previdência Social.
DIREITO ADQUIRIDO:	direito cujos requisitos já foram integralmente cumpridos.

GLOSSÁRIO: CÁLCULO E PEDIDO

SALÁRIO DE CONTRIBUIÇÃO: base previdenciária do recolhimento.

MÉDIA CONTRIBUTIVA: média legal dos salários considerados e atualizados.

COEFICIENTE: percentual aplicado à base do benefício.

FATOR PREVIDENCIÁRIO: fórmula legal com parâmetros de idade, tempo e sobrevida.

PEDÁGIO: tempo adicional exigido em uma transição.

PPP: Perfil Profissiográfico Previdenciário.

LTCAT: Laudo Técnico das Condições Ambientais do Trabalho.

CTC: Certidão de Tempo de Contribuição.

DER: Data de Entrada do Requerimento.

RMI: Renda Mensal Inicial.

EXIGÊNCIA: pedido de complemento na análise.

CRPS: Conselho de Recursos da Previdência Social.

Estas definições ajudam a leitura; as condições completas estão nos capítulos correspondentes.

FONTES: REGRAS E CÁLCULOS

BASE NORMATIVA

Constituição Federal:	arts. 40, 201 e 202.
EC nº 103/2019:	reforma, transições e cálculo.
Lei nº 8.213/1991:	benefícios, prova, carência e revisão.
Lei nº 8.212/1991:	contribuições e planos.
Decreto nº 3.048/1999:	Regulamento da Previdência Social.
LC nº 142/2013:	aposentadoria da pessoa com deficiência.
Lei nº 10.666/2003:	qualidade de segurado e aposentadoria.
Portaria Interministerial MPS/MF nº 13/2026:	valores anuais.

CONSULTA: planalto.gov.br → Legislação; gov.br/inss → Direitos e deveres.

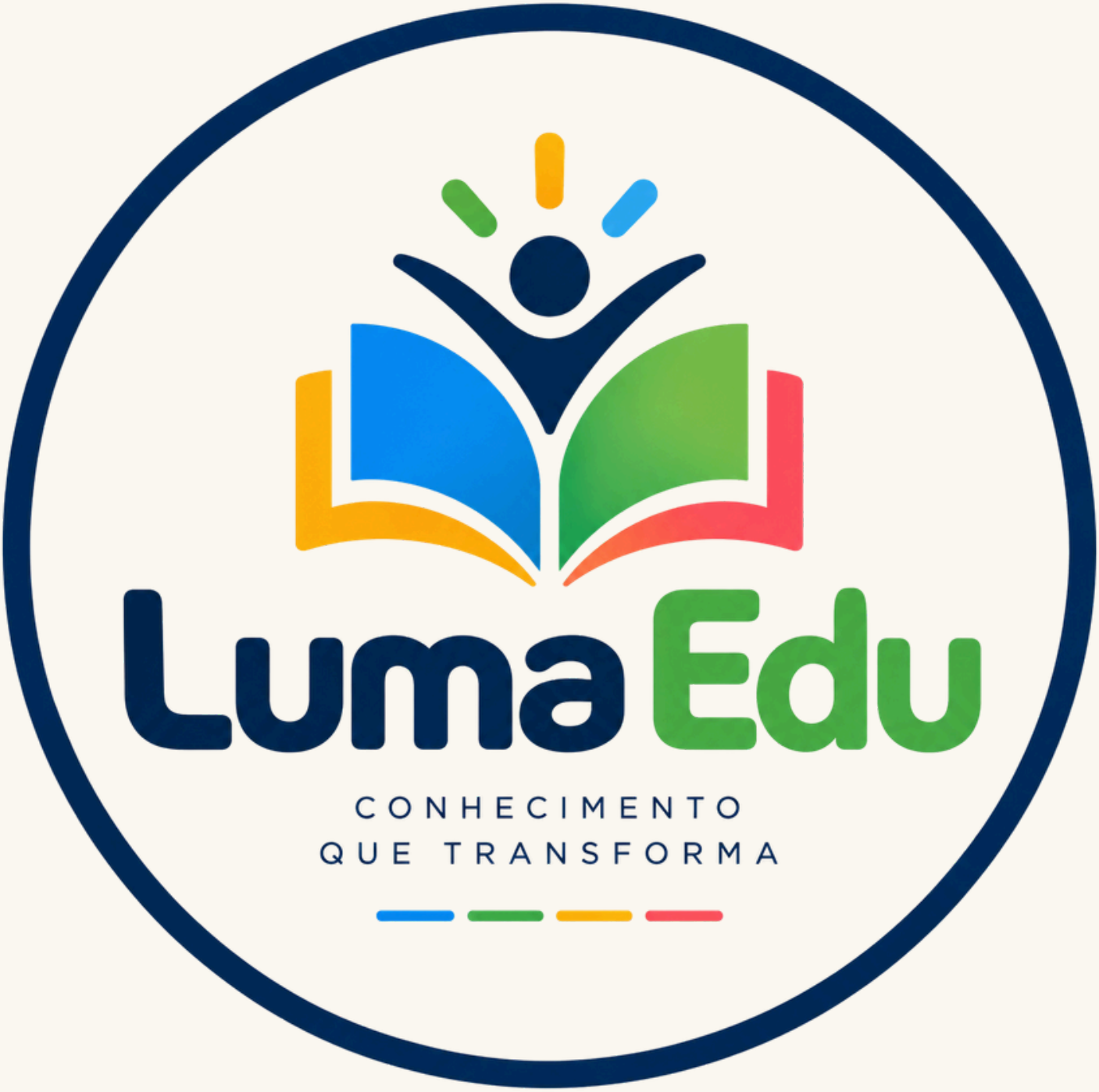
Leia os textos vigentes e as alterações. Resumos podem conter dados de anos anteriores. As fontes específicas aparecem também em cada assunto.

FONTES, CANAIS E VERSÃO

CANAIS OFICIAIS

Meu INSS:	meu.inss.gov.br • Central 135.
INSS:	gov.br/inss — modalidades, contribuições, CNIS e serviços.
Serviços e recurso:	gov.br — busca pelo nome do serviço.
Previdência:	gov.br/previdencia — RPPS, acordos internacionais e complementar.
MDS:	gov.br/mds — BPC e assistência social.
Receita Federal:	gov.br/receitafederal — tributação.
STF:	portal.stf.jus.br — decisões e temas relevantes.

EDIÇÃO 2026 • Referência de pesquisa: 01/10/2026.
Exemplos fictícios; valores e calendários anuais identificados. Material educativo. Antes de decisões individuais, confirme a norma vigente, os documentos e os cálculos do seu caso. Não há promessa de atualização automática ou de benefício garantido.


Luma Edu
CONHECIMENTO
QUE TRANSFORMA