RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Quinta-Feira, 19 de Novembro de 2026

Quer saber quanto tempo falta para você se aposentar?

TALISSA NUNES

Talissa Nunes

A aposentadoria é um tema de grande importância para todos os trabalhadores brasileiros. Com as recentes reformas na Previdência Social, entender quanto tempo falta para se aposentar e as regras de transição tornou-se crucial. Neste artigo, vamos esclarecer as principais mudanças e como elas afetam os segurados do INSS (Instituto Nacional do Seguro Social).

A Reforma da Previdência, promulgada em 2019, trouxe várias alterações significativas. Entre as principais mudanças estão a idade mínima para aposentadoria, sendo 65 anos para homens e 62 anos para mulheres. Quanto ao tempo de contribuição, mínimo de 20 anos para homens, e de 15 anos para as mulheres. Para ambos é necessário 180 meses de carência.

O benefício será calculado com base na média de todos os salários de contribuição desde julho de 1994, e o segurado receberá 60% dessa média, com acréscimos de 2% para cada ano que exceder o tempo de contribuição mínimo (20 anos para homens e 15 anos para mulheres).

Regras de Transição

Para aqueles que já estavam no mercado de trabalho antes da reforma, foram criadas regras de transição. Existem cinco regras principais, e os segurados podem optar pela mais vantajosa:

1 - Sistema de pontos 86/96 progressivo)
Homens: 96 pontos (idade + tempo de contribuição), aumentando 1 ponto a cada ano até atingir 105 pontos em 2028.
Mulheres: 86 pontos (idade + tempo de contribuição), aumentando 1 ponto a cada ano até atingir 100 pontos em 2033.

2 - Idade progressiva
Homens: Começa aos 61 anos em 2019, aumentando seis meses a cada ano até atingir 65 anos em 2027.
Mulheres: Começa aos 56 anos em 2019, aumentando seis meses a cada ano até atingir 62 anos em 2031.

3 - Pedágio de 50%
Para quem estava a até dois anos de cumprir o tempo mínimo de contribuição antes da reforma (35 anos para homens e 30 anos para mulheres), há a opção de pagar um pedágio de 50% sobre o tempo que faltava, sem idade mínima.

4 - Pedágio de 100%
Homens: 60 anos de idade, mais pedágio de 100% sobre o tempo que faltava para cumprir 35 anos de contribuição.

Mulheres: 57 anos de idade, mais pedágio de 100% sobre o tempo que faltava para cumprir 30 anos de contribuição.

5 - Regra de transição aposentadoria por idade
Homens: 65 anos, mais 15 anos de contribuição, para os que já estavam filiados ao Regime Geral de Previdência Social, antes de 13/11/2019. Para os que iniciaram as contribuições após a reforma da previdência será necessário cumprir 20 anos de contribuição.

Mulheres: Começa aos 60 anos em 2019, aumentando seis meses a cada ano até atingir 62 anos em 2023, mais 15 anos de contribuição.

Como calcular o tempo restante para aposentadoria

Para calcular quanto tempo falta para se aposentar, é necessário consultar seu CNIS (Cadastro Nacional de Informações Sociais) para saber exatamente quanto tempo já contribuiu; comparar as opções de transição e verificar qual oferece melhores condições para o seu perfil; consultar um advogado especializado em Direito Previdenciário para auxiliar na interpretação das regras e no cálculo exato do tempo restante.

Entender as novas regras de aposentadoria e as opções de transição é essencial para planejar o futuro com segurança. Se você tem dúvidas ou precisa de ajuda para calcular o tempo que falta para a aposentadoria, entre em contato com um advogado especializado em Direito Previdenciário. Conhecer seus direitos e as melhores opções pode fazer toda a diferença.

Talissa Nunes *é advogada especialista em Direito Previdenciário*