DECISIONES INTELIGENTES SOBRE TU DINERO

Tu Retiro

Para quien todavía trabaja y quiere planear su retiro

Programa en línea para personas en México que todavía trabajan, con empleo formal o por su cuenta: qué régimen les toca, su Afore, la Ley 73 y la Modalidad 40, la Ley 97, su vivienda, el beneficio fiscal de ahorrar y su plan de retiro, con números. Tiene tres niveles (Básico, Intermedio y Avanzado); un diagnóstico al inicio recomienda por dónde empezar. Esta ficha explica por qué existe, a quién va dirigido y cómo cada módulo responde a su realidad.

- **Personas adultas (18+) en México que todavía trabajan**
- **En línea: a su ritmo, en el celular o la computadora; contacto por correo (hola@desarrollatalento.com)**
- **7 módulos y 36 lecciones de 10 a 15 minutos, en tres niveles**
- **Constancia por nivel: Básico, Intermedio o Avanzado**

1 El retiro en México en ocho cifras

Personas de 18 a 70 años, salvo la comisión. Fuentes: INEGI y CNBV, Encuesta Nacional de Inclusión Financiera (ENIF) 2024; CONSAR, comisiones de 2026.

42.2 % tiene una cuenta para el retiro o Afore	**82 %** de quienes tienen empleo formal tiene Afore; con empleo informal, 28 %	**7.9 %** de quienes tienen Afore hace aportaciones voluntarias (3.4 % en 2015)	**13 %** de quienes tienen Afore y estudios superiores hace aportaciones voluntarias
50.3 % piensa cubrir sus gastos en la vejez con una pensión o jubilación	**67.3 %** piensa seguir trabajando en la vejez	**34.2 %** de las mujeres tiene Afore, frente a 51.4 % de los hombres	**0.54 %** comisión máxima de las Afore sobre el saldo en 2026

2 Cómo piensan cubrir sus gastos en la vejez

Porcentaje de las personas de 18 a 70 años; cada persona puede elegir varias formas. Fuente: INEGI, ENIF 2024, Reporte de resultados, p. 27-28.



En azul, la pensión propia. Los apoyos de gobierno subieron 11 puntos desde 2021. El curso ayuda a calcular cuánto aportaría cada fuente y cuánto faltaría, para decidir con números.

3 Las aportaciones voluntarias: pocas personas las hacen

Personas con Afore que no hacen aportaciones voluntarias. Fuente: CNBV, Reporte ENIF 2024, p. 44.

40 %	**22 %**	**14 %**
dice que no le queda dinero para ahorrar (49 % en 2021)	no sabe qué son o cómo hacerlas	desconoce sus ventajas

Las aportaciones voluntarias al retiro se pueden deducir hasta el menor entre el 10 % del ingreso acumulable y 5 UMA anuales, 213,973.20 pesos en 2026 (SAT). El Módulo 6 calcula cuánto ISR se deja de pagar y cuánto crece el ahorro.

4 Las reglas cambian cada año

Para salarios de 4.01 UMA o más. Fuentes: Ley del Seguro Social y decreto del DOF del 16 de diciembre de 2020; CONSAR, metodología de la calculadora de retiro, 2026.

10.638 %	**14.438 %**	**17,885.85**
del salario entra a la Afore en 2026; llegará a 15 % en 2030	cuesta la Modalidad 40 en 2026, y sube cada año hasta 2030	pesos al mes: tope del Fondo de Pensiones para el Bienestar que estima la CONSAR para 2026

Por eso el curso fecha cada cifra y pide confirmar con el IMSS, el ISSSTE, la CONSAR o el SAT antes de decidir. Los montos de 2026 son cálculos con las tasas de la ley o estimaciones de la CONSAR.

5 Lo que falta, según la evidencia oficial

Fuentes: INEGI y CNBV, ENIF 2024. Donde no hay cifra oficial, se dice.

7.9 %
Ahorrar más para el retiro
de quienes tienen Afore hace aportaciones voluntarias

22 %
Saber cómo aportar
de quienes no aportan no sabe qué son las aportaciones voluntarias o cómo hacerlas

29 %
Tener Afore si trabaja por su cuenta
de quienes nunca tuvieron Afore trabaja por su cuenta y no sabía que podía tramitarla

17.2 puntos
Cerrar la brecha de las mujeres
de diferencia entre hombres y mujeres con Afore

Sin dato
Saber qué régimen le toca
no hay cifra oficial de cuántas personas saben si su pensión será por la Ley 73 o la 97

Sin dato
Revisar sus semanas cotizadas
no hay cifra oficial de cuántas personas revisan sus semanas y su salario registrado

6 A quién va dirigido

El programa es para personas que todavía trabajan, de ingresos medios y medio altos, sin límite de edad.

Núcleo del programa

Personas con empleo formal, en el IMSS o el ISSSTE

De ingresos medios y medio altos. Sus retos: saber qué régimen les toca, entender su Afore, calcular su pensión y su brecha, y aprovechar el beneficio fiscal de ahorrar para el retiro.

También es para ellos

Quien trabaja por su cuenta o paga la Modalidad 40

Personas independientes que quieren tener o usar su Afore, quienes siguen trabajando después de los 60 y quienes pagan el IMSS por su cuenta para la Ley 73.

Fuera del núcleo

Quien ya está pensionado o busca una recomendación

Para quien ya cobra una pensión está Tu Pensión. El curso no vende productos ni recomienda Afores, PPR ni gestores: enseña a calcular, a comparar y a decidir.

7 Del dato a la decisión: nivel, formato y temas

Cómo la evidencia definió el diseño del curso.

7.9 %
de quienes tienen Afore hace aportaciones voluntarias.

→ **El beneficio fiscal, con números**
El Módulo 6 calcula el tope deducible y cuánto ISR se deja de pagar.

50.3 %
piensa cubrir su vejez con una pensión.

→ **Calcular la pensión antes de llegar**
Ley 73 y Ley 97, con ejemplos de cálculo y la calculadora de la CONSAR.

Ley 73 o 97
cambia todo el cálculo.

→ **Primero, el régimen**
El Módulo 1 empieza por saber qué régimen le toca a cada persona.

Nivel medio a alto
público con ingresos medios y medio altos.

→ **Tres niveles y lecciones de 10 a 15 minutos**
Un diagnóstico recomienda el nivel; el Avanzado agrega un cálculo en cada módulo.

Las reglas cambian cada año: la aportación a la Afore sube hasta 2030 y la UMA se actualiza cada enero. Por eso cada cifra del curso lleva su fecha y su fuente.

8 El camino del curso: cada módulo responde a un dato real

Lo que se aprende, por qué hace falta y lo que cada persona busca medir. Donde no hay cifra oficial, se dice.

Módulo 1 · ¿Qué régimen te toca? · 4 lecciones

DATO REAL
No hay cifra oficial de cuántas personas saben si su pensión será por la Ley 73 o la 97. La regla sí es oficial: quien empezó a cotizar en el IMSS antes del 1 de julio de 1997 puede elegir la Ley 73 o la 97 al pensionarse (LSS, transitorio Tercero).

LO QUE SE BUSCA MEDIR
Sabe qué régimen le toca, revisa sus semanas y su salario registrado y conoce la portabilidad IMSS-ISSSTE.

Módulo 2 · Tu Afore a fondo · 6 lecciones

DATO REAL
42.2 % tiene una cuenta para el retiro o Afore y solo 7.9 % de quienes la tienen hace aportaciones voluntarias (ENIF 2024). La comisión máxima de las Afore en 2026 es de 0.54 % sobre el saldo (CONSAR).

LO QUE SE BUSCA MEDIR
Lee su estado de cuenta, compara Afores por rendimiento neto, conoce los retiros parciales y tiene sus beneficiarios registrados.

Módulo 3 · Ley 73 y Modalidad 40 · 6 lecciones

DATO REAL
En 2026, la Modalidad 40 cuesta 14.438 % del salario registrado para salarios de 4.01 UMA o más, y la cuota sube cada año hasta 2030 (LSS y decreto del DOF del 16 de diciembre de 2020; cálculo con las tasas de la ley). No hay cifra oficial de cuántas personas la pagan.

LO QUE SE BUSCA MEDIR
Calcula una pensión de Ley 73, cuida la conservación de derechos y decide con números si le conviene la Modalidad 40, con las reglas temporales del IMSS vigentes desde el 22 de octubre de 2026, sin pagarle a un gestor.

Módulo 4 · Ley 97 · 5 lecciones

DATO REAL
En 2026 entra a la Afore 10.638 % del salario para salarios de 4.01 UMA o más, y llegará a 15 % en 2030 (CONSAR y LSS). La CONSAR estima el tope del Fondo de Pensiones para el Bienestar en 17,885.85 pesos al mes para 2026.

LO QUE SE BUSCA MEDIR
Sabe cómo su saldo se vuelve pensión, cuántas semanas le piden, qué son la pensión garantizada y el Fondo de Pensiones para el Bienestar, y qué hacer si le niegan la pensión.

Módulo 5 · Vivienda en el retiro · 4 lecciones

DATO REAL
El patrón aporta 5 % del salario a la subcuenta de vivienda en el Infonavit, y en el Fovissste es 5 % del sueldo básico (LIFNVT y LISSSTE). No hay cifra oficial de cuántas personas llegan al retiro con un crédito de vivienda por pagar.

LO QUE SE BUSCA MEDIR
Sabe dónde ve su subcuenta de vivienda, qué pasa con ella al pensionarse por la Ley 97, la Ley 73 o el ISSSTE, y planea si llegará al retiro con un crédito.

Módulo 6 · Beneficio fiscal · 6 lecciones

DATO REAL
Las aportaciones voluntarias al retiro se pueden deducir hasta el menor entre el 10 % del ingreso acumulable y 5 UMA anuales: 213,973.20 pesos en 2026 (SAT y LISR, art. 151). 22 % de quienes no aportan no sabe qué son o cómo hacerlo, y 14 % desconoce sus ventajas (ENIF 2024).

LO QUE SE BUSCA MEDIR
Calcula su tope deducible, cuánto ISR deja de pagar y cuánto crece su ahorro, y sabe cuándo no conviene sacarlo antes de los 65.

Módulo 7 · Tu plan de retiro · 5 lecciones

DATO REAL
Para su vejez, 68.2 % piensa en apoyos de gobierno, 67.3 % en seguir trabajando y 50.3 % en una pensión o jubilación (ENIF 2024).

LO QUE SE BUSCA MEDIR
Calcula cuánto necesitará al mes y su brecha, suma los apoyos del Bienestar, sabe cómo tramitar su pensión y tiene su plan en una hoja.

Recursos y actividades complementarias al aprendizaje

Acompañan las lecciones. Se califican las 7 autoevaluaciones de los módulos (70 % o más) y, en el nivel Avanzado, los 7 cuestionarios «Para ir más a fondo» (80 % o más).

Bienvenida y diagnóstico
Encuesta de inicio y «Tu punto de partida», con 14 preguntas que recomiendan un nivel: Básico, Intermedio o Avanzado. Es solo una recomendación.

Práctica de cada lección
«¿Qué harías?» con los personajes, preguntas para repasar y un ejercicio con sus números.

«Para ir más a fondo»
Un cálculo más en cada módulo, para el nivel Avanzado.

Calculadora «Tu cálculo de retiro»
Tope deducible, ISR que deja de pagar, crecimiento del ahorro y brecha entre lo que necesitará y su pensión estimada. No recomienda productos ni guarda datos.

Libro de apoyo e «Ir a fondo»
Casos, prácticas, glosario, dónde pedir ayuda y fuentes para verificar.

Constancia por nivel
Básico: 7 autoevaluaciones y encuesta final. Intermedio: además, las 36 lecciones. Avanzado: además, los 7 «Para ir más a fondo».

Temario completo: 7 módulos y 36 lecciones

Las lecciones, en el orden en que aparecen en la academia. Cada lección dura de 10 a 15 minutos.

1 ¿Qué régimen te toca? · 4 lecciones

1. Ley 73 o Ley 97: cómo saber cuál te toca
2. Tus semanas cotizadas y tu salario base de cotización
3. ISSSTE: décimo transitorio o cuentas individuales
4. Si cotizaste en el IMSS y en el ISSSTE: portabilidad

2 Tu Afore a fondo · 6 lecciones

1. Tu estado de cuenta de la Afore
2. Elegir o cambiarte de Afore
3. Ahorro voluntario: corto plazo, largo plazo y deducible
4. Retiro parcial por desempleo
5. Retiro parcial por matrimonio
6. Beneficiarios: quién recibe tu dinero si faltas

3 Ley 73 y Modalidad 40 · 6 lecciones

1. Cómo se calcula una pensión de Ley 73
2. Conservación de derechos: el plazo que no debes dejar pasar
3. Modalidad 40: requisitos y plazos
4. Modalidad 40: cuánto cuesta y cuánto cambia tu pensión
5. Cuándo NO conviene la Modalidad 40, y los fraudes
6. Modalidad 10 y Modalidad 40: no son lo mismo

4 Ley 97 · 5 lecciones

1. Ley 97: de tu saldo a tu pensión
2. Las semanas que pide la Ley 97, año por año
3. Pensión garantizada y Fondo de Pensiones para el Bienestar
4. Si no te alcanzan las semanas: la negativa de pensión
5. Seguir trabajando después de los 60 o de los 65

5 Vivienda en el retiro · 4 lecciones

1. Tu subcuenta de vivienda: qué es y dónde la ves
2. Qué pasa con tu subcuenta de vivienda al pensionarte
3. Fovissste: tu vivienda si eres del ISSSTE
4. Si llegas al retiro con un crédito de vivienda

6 Beneficio fiscal · 6 lecciones

1. Qué puedes deducir para tu retiro y hasta cuánto
2. Cuentas especiales para el ahorro (art. 185)
3. Cuánto ISR dejas de pagar, según cuánto ganas
4. Cómo crece tu ahorro deducible hasta el retiro
5. Al retirar: cuándo conviene y cuándo no
6. Seguros de pensión y seguros con ahorro: qué preguntar

7 Tu plan de retiro · 5 lecciones

1. ¿Cuánto necesitarás al mes?
2. Tu brecha: lo que tendrías contra lo que necesitas
3. Pensión para el Bienestar y Mujeres Bienestar
4. Cómo se tramita tu pensión (IMSS e ISSSTE)
5. Tu calendario de decisiones y tu plan en una hoja

9 Los personajes: qué tan comunes son sus casos

Cada personaje se compara con los datos de esta ficha. Son personajes de ejemplo, no personas reales.

Lupita

48 años · asalariada · Ley 97

82 % de quienes tienen empleo formal tiene Afore

7.9 % de quienes tienen Afore hace aportaciones voluntarias

Caso común. Tuvo cuatro empleos y no sabe en qué Afore está. Su historia trata de sus semanas, su estado de cuenta, su pensión de Ley 97 y el beneficio fiscal de aportar.

Ing. Arturo

45 años · asalariado de ingreso medio alto

13 % de quienes tienen Afore y estudios superiores hace aportaciones voluntarias

Sin dato no hay cifra oficial de quiénes deducen sus aportaciones

Caso de minoría. Quiere aprovechar la deducción y comparar Afores. Su historia trata de los artículos 151 y 185, la subcuenta de vivienda y su tasa de reemplazo.

Beto

36 años · trabaja por su cuenta

1 de cada 3 de quienes trabajan por su cuenta tiene Afore

29 % de quienes nunca tuvieron Afore: trabaja por su cuenta y no sabía que podía tramitarla

Caso común. No cotiza en el IMSS. Su historia trata de la Afore como independiente, el ahorro voluntario y la comparación entre la Modalidad 10 y la 40.

Don Rafa

58 años · Ley 73 · dado de baja

Sin dato no hay cifra oficial de cuántas personas pagan la Modalidad 40

14.438 % cuesta la Modalidad 40 en 2026 (4.01 UMA o más)

Caso poco común. Empezó a cotizar en 1988 y puede elegir su régimen. Su historia trata del cálculo de la Ley 73, la Modalidad 40 y cómo evitar a los gestores.

Maestra Silvia

54 años · ISSSTE · cerca de los 60

82 % de quienes tienen empleo formal tiene Afore

34.2 % de las mujeres tiene Afore

Caso común en su sector. Cotizó en el IMSS antes del ISSSTE. Su historia trata de su régimen, la portabilidad, el Fovissste y los beneficiarios de su casa.

10 Áreas de oportunidad adicionales a este curso

Necesidades reales de la población que van más allá de lo que ofrece este curso.

17.2 puntos

Las mujeres y su retiro: 34.2 % de las mujeres tiene Afore, contra 51.4 % de los hombres (ENIF 2024). Tu Autonomía trabaja esa brecha; cerrarla pide más que un curso.

28 %

El empleo informal: solo 28 % de quienes tienen empleo informal tiene Afore (ENIF 2024). Este curso es para ingresos medios; quien no tiene seguridad social necesita otros apoyos.

Sin dato

Personas de más de 70 años: la ENIF solo mide a las personas de 18 a 70 años, así que no hay cifra de su Afore ni de sus aportaciones.

F Fuentes principales

- INEGI, Encuesta Nacional de Inclusión Financiera (ENIF) 2024, Reporte de resultados (13 de marzo de 2025). CNBV, Reporte ENIF 2024 (2025).
- CONSAR, comisiones de las Afore para 2026 y metodología de la Calculadora de Ahorro y Retiro IMSS Ley 97 (2026).

- Ley del Seguro Social y decreto del DOF del 16 de diciembre de 2020; Ley del ISR, art. 151; SAT, minisitio de Deducciones personales (consulta del 21 de octubre de 2026); Ley del Infonavit y Ley del ISSSTE.

Esta ficha describe el programa y la realidad de su población con datos públicos. Es información general: no es asesoría financiera, fiscal ni de inversión, y no garantiza resultados ni el monto de ninguna pensión. Las cifras de los ejemplos son estimaciones; cada caso depende de su régimen, sus semanas, su salario y su ahorro.

Ficha revisada cifra por cifra por un revisor independiente.

A Anexo · Datos de origen

Cada viñeta indica el dato, la fecha o el periodo al que corresponde y el documento del que proviene. La etiqueta final señala si se verificó en el documento oficial o si es un cálculo propio con cifras oficiales. No se incluyen los datos que no se encontraron.

1. Quién es la población

- **Tiene cuenta de ahorro para el retiro o Afore**: 42.2 %. Mujeres 34.2 %, hombres 51.4 % (brecha de 17.2 puntos) — **Dato de: 2024** · Fuente: INEGI, ENIF 2024, Reporte de resultados, p. 14-15, gráfica 14 **VERIFICADO**
- **Afore por condición laboral**: Empleo formal 82 %; empleo informal 28 %; sin empleo remunerado 18 %. Por cuenta propia: «solo un tercio» — **Dato de: 2024** · Fuente: CNBV, Reporte ENIF 2024, p. 42-43 **VERIFICADO**
- **Nunca ha tenido Afore**: 45 %. Razones: no trabaja o nunca ha trabajado 43 %; trabaja por su cuenta y no sabía que podía tramitarla 29 %; no sabe qué es 10 %; no sabe cómo tramitarla 7 % — **Dato de: 2024** · Fuente: CNBV, Reporte ENIF 2024, p. 44 **VERIFICADO**
- **Afore por región**: Noreste 54.8 %, noroeste 53.1 %, Ciudad de México 48.5 % — **Dato de: 2024** · Fuente: INEGI, ENIF 2024, Reporte de resultados, p. 15 **VERIFICADO**

2. Ahorro para el retiro

- **Hace aportaciones voluntarias (de quienes tienen Afore)**: 7.9 % (3.4 % en 2015). Mujeres 7.0 %, hombres 8.6 %. Con educación superior: 13 % — **Dato de: 2024** · Fuente: INEGI, ENIF 2024, Reporte de resultados, p. 16, gráfica 16; CNBV, Reporte ENIF 2024, p. 44 **VERIFICADO**
- **Por qué no hace aportaciones voluntarias**: No le queda dinero para ahorrar 40 % (49 % en 2021); no sabe qué es o cómo hacerlo 22 %; desconoce las ventajas 14 %; ahorra de otra forma 12 % — **Dato de: 2024** · Fuente: CNBV, Reporte ENIF 2024, p. 44 **VERIFICADO**
- **Cómo piensan cubrir sus gastos en la vejez**: Apoyos de gobierno 68.2 % (+11 puntos desde 2021); seguir trabajando 67.3 %; pensión o jubilación 50.3 %; apoyo de familiares 43.8 % — **Dato de: 2024** · Fuente: INEGI, ENIF 2024, Reporte de resultados, p. 27-28, gráfica 22 **VERIFICADO**

3. Reglas y montos de 2026

- **Comisión de las Afore**: máximo 0.54 % sobre el saldo; PENSIONISSSTE 0.52 % — **Dato de: 2026** · Fuente: CONSAR, «Junta de Gobierno… autoriza comisiones de las Afore para 2026» **VERIFICADO**
- **Deducción de aportaciones voluntarias al retiro**: el menor entre el 10 % del ingreso anual acumulable y 5 UMA anuales: 5 × 42,794.64 = 213,973.20 pesos. No cuenta en el límite general de deducciones personales — **Dato de: 2026** · Fuente: LISR, art. 151, fr. V; SAT, minisitio Deducciones personales (consulta del 21 oct 2026); UMA, DOF 9 ene 2026 **VERIFICADO**
- **Cuota total de la Modalidad 40**: 14.438 % del salario registrado para 4.01 UMA o más (6.925 % fijo más 7.513 % patronal de cesantía y vejez de 2026) — **Dato de: 2026** · Fuente: LSS, arts. 25, 147, 168 y 218, y transitorio Segundo del decreto del DOF del 16 dic 2020 **CÁLCULO NUESTRO con las tasas de la ley**
- **Aportación a la Afore (Ley 97)**: 10.638 % del salario en 2026 para 4.01 UMA o más; con la cuota patronal de 11.875 % de 2030, llega a 15 % — **Dato de: 2026 y 2030** · Fuente: CONSAR, metodología de la Calculadora de Ahorro y Retiro IMSS Ley 97 (2026); LSS, art. 168, y decreto del DOF del 16 dic 2020 **VERIFICADO (2026) · CÁLCULO NUESTRO (2030)**
- **Fondo de Pensiones para el Bienestar**: 17,885.85 pesos al mes, «valor estimado para 2026» — **Dato de: 2026** · Fuente: CONSAR, metodología de la Calculadora de Ahorro y Retiro IMSS Ley 97 (2026) **VERIFICADO como estimación de la CONSAR**
- **Aportación a la subcuenta de vivienda**: Infonavit, 5 % del salario (lo paga el patrón); Fovissste, 5 % del sueldo básico — **Dato de: regla vigente en 2026** · Fuente: LIFNVT, art. 29, fr. II; LISSSTE, art. 194 **VERIFICADO**
- **Quién puede elegir régimen**: quien empezó a cotizar en el IMSS antes del 1 de julio de 1997 puede elegir la Ley 73 o la Ley 97 al pensionarse — **Dato de: regla vigente en 2026** · Fuente: LSS, transitorio Tercero **VERIFICADO como regla**