



Passo a Passo Aposentadoria por Idade Urbana



2025 Instituto Nacional do Seguro Social – INSS

Presidência do INSS

Gilberto Waller Júnior

Diretoria de Tecnologia da Informação - DTI

Léa Bressy Amorim

Coordenação-Geral de Serviços Digitais e

Sistemas de Atendimento - CGDIG

Gisele Gonçalves Braga

Coordenação de Serviços Digitais e Inovação - CSDI

Mayara Schneider Gavarrete Valladares

Desenvolvimento

Ediana Paula Marcelino Offerni

Joana Valeriano de Almeida Aguiar e Silva Falcão

Revisão

Ana Carolina Nunes Fornari

Sumário

<u>Etapas</u>	<u>03</u>
<u>Acessar e Entrar no Meu INSS</u>	<u>04</u>
<u>Pedir o Benefício</u>	<u>05</u>
<u>Seleção do Serviço</u>	<u>05</u>
<u>Dados do Requerente</u>	<u>06</u>
<u>Relações Previdenciárias</u>	<u>08</u>
<u>Seleção da Unidade</u>	<u>12</u>
<u>Confirmação do Pedido</u>	<u>13</u>
<u>Acompanhar o Pedido</u>	<u>14</u>

Etapas

1

Acessar e Entrar no Meu INSS

2

Pedir o Benefício

1
Serviço

Escolha o tipo de
serviço

2
Requerente

Informe os dados de
quem está pedindo o
benefício

4
Unidade

Escolha a unidade e
local de pagamento

3
Relações

Confira todos os
vínculos, períodos e
remunerações

5
Confirmação

Confirme os dados do
pedido

3

Acompanhar o Pedido

1

Acessar e Entrar no Meu INSS

1. Acesse a página do Meu INSS.

2. Vá em **Entrar com gov.br**.

3. Informe seu CPF e siga para o botão **Continuar**.

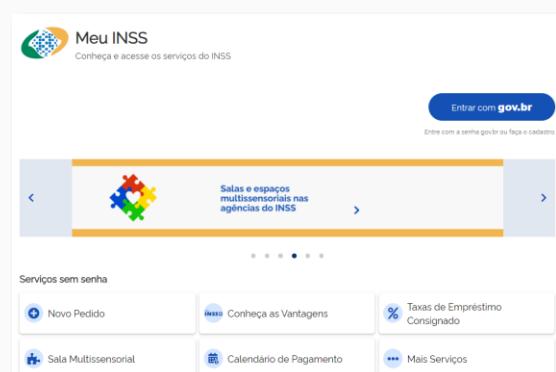


Figura 01: Página inicial do Meu INSS.

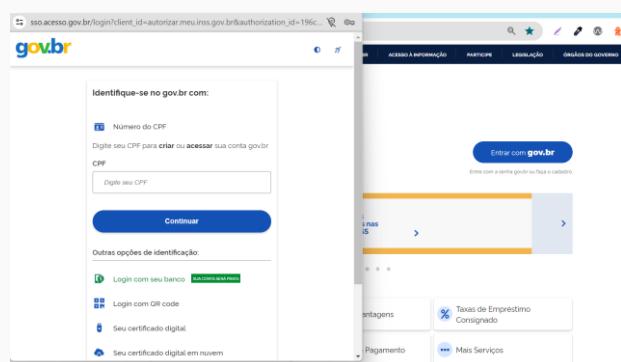


Figura 02: Janela para informar o CPF.

4. Informe sua senha e siga para o botão **Entrar**.

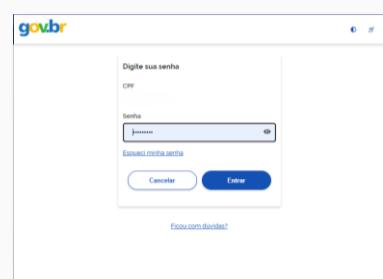


Figura 03: Janela para informar senha.

2

Pedir o Benefício

Passos para pedir o seu benefício.

1

Seleção do Serviço

1. Siga para Do que você precisa?

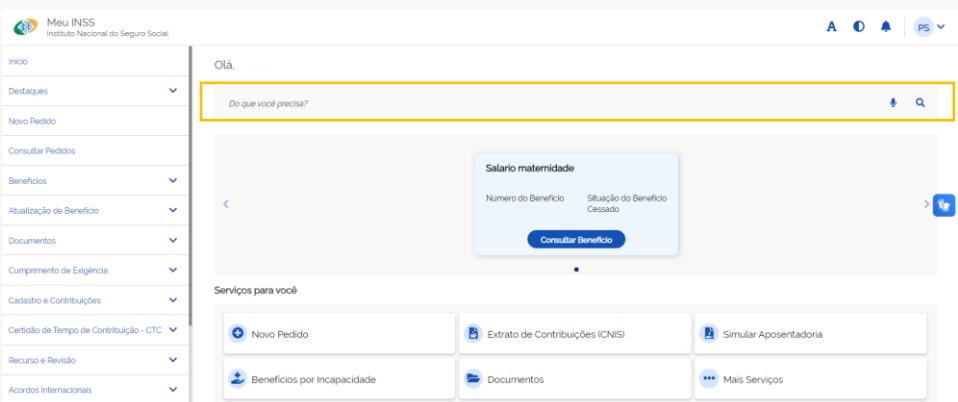


Figura 04: Tela principal do Meu INSS.

2. Digite: *aposentadoria por idade urbana.*



Figura 05: Seleção do Serviço.

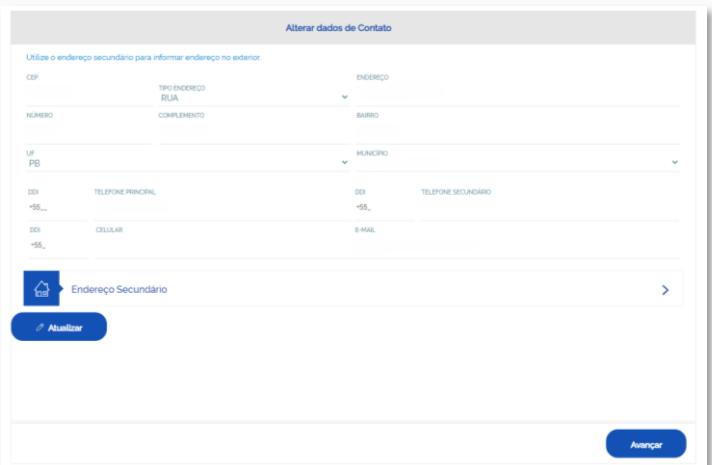
2 Dados do Requerente

3. Siga para o botão **Atualizar**.



Figura 06: Aviso de atualização de dados cadastrais.

4. Se os dados já estão todos corretos, basta seguir para o botão **Avançar** e depois **Continuar**. Caso faça alguma alteração, siga para o botão **Atualizar**.



The screenshot shows a form titled 'Alterar dados de Contato'. It includes fields for CEP, Número, UF, DDI, and various phone numbers (TELEFONE PRINCIPAL, CELULAR, TELEFONE SECUNDÁRIO, E-MAIL). There is also a dropdown for ENDERECO, Bairro, and Município. A blue button labeled 'Atualizar' is visible, along with a 'Endereço Secundário' section and a 'Avançar' button at the bottom right.

Figura 07: Tela de dados de contato.

5. Leia as informações sobre a Aposentadoria por Idade Urbana e siga para o botão **Avançar**.

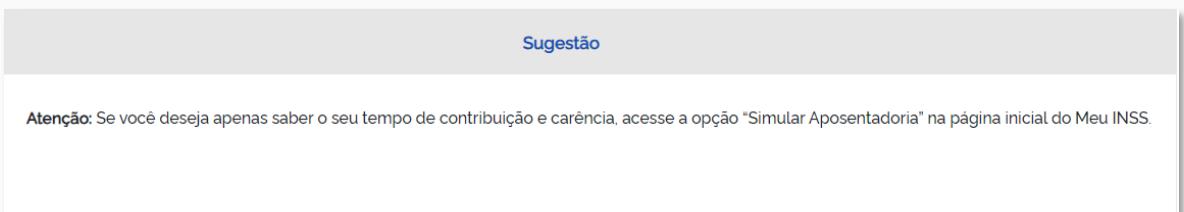


Figura 08: Sugestão sobre Simulação de Aposentadoria.

6. Avance de novo.



Figura 09: Tela de mensagem do sistema.

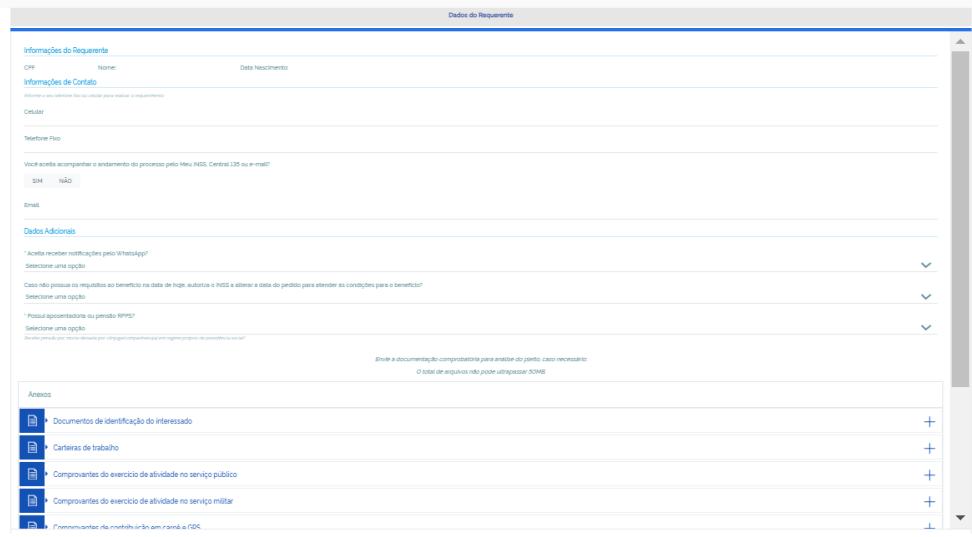
7. Responda com atenção às perguntas da próxima tela e junte os documentos do pedido no local indicado.

Lembre-se que os dados serão usados para analisar o direito ao benefício.



Dica! Sempre informe o celular ou telefone fixo. Confirme se o e-mail está correto. É por meio desses dados que o INSS pode entrar em contato.

Confira se todos os campos obrigatórios foram respondidos e siga para **Avançar**.



Dados do Requerente

Informações do Requerente

CPF: Nome: Data Nascimento:

Informações de Contato

Informações de contatado: Deseja receber notificações pelo WhatsApp?

Celular:

Telefone Fixo:

Você aceita acompanhar o andamento do processo pelo Meu INSS, Central 135 ou e-mail?

SIM NÃO

E-mail:

Dados Adicionais

* Aceito receber notificações pelo WhatsApp?

Selecionar uma opção

Caso não possua os requisitos ao benefício na data de hoje, autorizo o INSS a alterar a data do pedido para atender as condições para o benefício?

Selecionar uma opção

* Possui aposentadoria ou período MPB?

Selecionar uma opção

Documentos enviados por e-mail devem ser enviados em formato pdf ou jpg.

Enviar a documentação comprobatória para análise da planta, caso necessário.
O total de arquivos não pode ultrapassar 50MB

Anexos

-  Documentos de identificação do interessado
-  Carteira de trabalho
-  Comprovantes do exercício de atividade no serviço público
-  Comprovantes do exercício de atividade no serviço militar
-  Comprovante da contribuição para a aposentadoria (DC)

Figura 10: Dados do pedido.

3

Relações Previdenciárias

8. Na tela a seguir constam os períodos trabalhados ou contribuídos que estão no sistema do INSS.

Separar a Carteira de Trabalho e confira se:

- todos os períodos estão listados, inclusive os de atividade rural ou serviço público.
- as datas de início / fim e valores de cada vínculo estão corretas. Use o lápis, caso precise mudar algo.
- falta algum vínculo ou período trabalhado. Para incluir, siga para **Adicionar Vínculo**.

Declaração de Relações Previdenciárias

Abaixo listamos suas relações previdenciárias. Caso as informações apresentadas estejam incompletas ou incorretas, você pode alterá-las. Para incluir vínculos ou períodos, clique em **ADICIONAR VÍNCULO** (+) e para alterá-los, clique no ícone.

Quero informar períodos em que trabalhei como professor (educação infantil, ensino fundamental ou médio) ou em atividade especial com exposição a agentes prejudiciais à saúde. Clique somente no(s) período(s) que deseja alterar

O Limpar

ADICIONAR VÍNCULO		+
Servidor Público Efetivo (RPPS)	10/06/2008 a 31/08/2022	editar deletar
INSTITUTO NACIONAL DO SEGURO SOCIAL		
Contribuinte Individual / Autônomo	01/10/2009 a 31/10/2009	editar deletar
UNIMED C. GRANDE COOPERATIVA DE TRABALHO MEDICO LTDA		
Contribuinte Individual / Autônomo	01/10/2011 a 31/10/2011	editar deletar
UNIMED C. GRANDE COOPERATIVA DE TRABALHO MEDICO LTDA		

Figura 11: Tela com vínculos e períodos.

9. Marque a caixinha para informar o tempo trabalhado em Atividade Especial ou como Professor(a).

Declaração de Relações Previdenciárias

Abaixo listamos suas relações previdenciárias. Caso as informações apresentadas estejam incompletas ou incorretas, você pode alterá-las. Para incluir vínculos ou períodos, clique em **ADICIONAR VÍNCULO** (+) e para alterá-los, clique no ícone.

Quero informar períodos em que trabalhei como professor (educação infantil, ensino fundamental ou médio) ou em atividade especial com exposição a agentes prejudiciais à saúde. Clique somente no(s) período(s) que deseja alterar

O Limpar

ADICIONAR VÍNCULO		+
Servidor Público Efetivo (RPPS)	10/06/2008 a 31/08/2022	editar deletar
INSTITUTO NACIONAL DO SEGURO SOCIAL		

Figura 12: Detalhe tela de vínculos.

Nos períodos correspondentes, informe se o tempo é especial ou de professor(a).

Declaração de Relações Previdenciárias

Abaixo listamos suas relações previdenciárias. Caso as informações apresentadas estejam incompletas ou incorretas, você pode alterá-las. Para incluir vínculos ou períodos, clique em **ADICIONAR VÍNCULO** (+) e para alterá-los, clique no ícone.

Quero informar períodos em que trabalhei como professor (educação infantil, ensino fundamental ou médio) ou em atividade especial com exposição a agentes prejudiciais à saúde. Clique somente no(s) período(s) que deseja alterar

O Limpar

ADICIONAR VÍNCULO		+
Servidor Público Efetivo (RPPS)	10/06/2008 a 31/08/2022	editar deletar
INSTITUTO NACIONAL DO SEGURO SOCIAL	Período como Professor	editar deletar
Contribuinte Individual / Autônomo	01/10/2009 a 31/10/2009	editar deletar
UNIMED C. GRANDE COOPERATIVA DE TRABALHO MEDICO LTDA	Período de Atividade Especial	editar deletar
Contribuinte Individual / Autônomo	01/10/2011 a 31/10/2011	editar deletar
UNIMED C. GRANDE COOPERATIVA DE TRABALHO MEDICO LTDA	Período Comum	editar deletar

Figura 13: Informação de vínculo especial ou de professor.

10. Confirme em Ciente, caso seja tempo de professor(a).

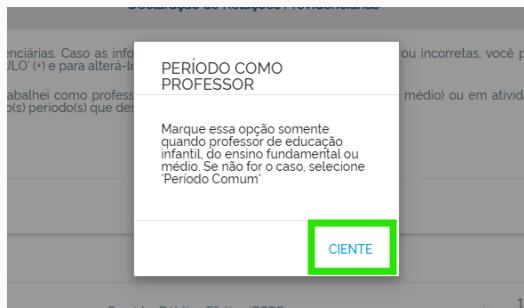
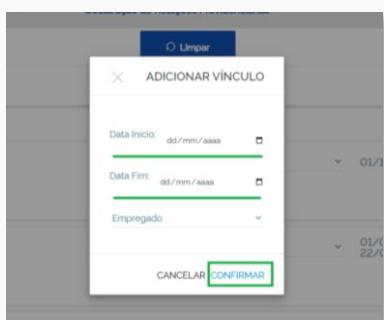


Figura 14: Mensagem de período como professor.

11. Inclua novo período em Adicionar Vínculo.



Figura 15: Detalhe para incluir novo período.



Informe a data de início/fim e o tipo e vá em **Confirmar**.

Adicione os valores e confirme de novo para que este vínculo siga para a lista geral.

Figura 16: Dados do novo período.



Figura 17: Valores do novo período.

12. Após conferir tudo, continue em Avançar. Na janela que abre, leia a declaração e siga para Confirmar.

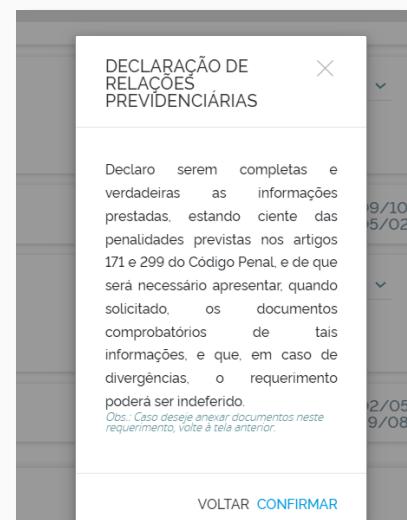


Figura 18: Mensagem de veracidade.

13. A tela a seguir faz apenas uma simulação de aposentadoria com base nos dados informados.

Regras Anteriores	Valor Simulado	Tenho Direito?	Carência (contrib.)	Idade	Tempo de Contrib.	Pontos
Aposentadoria por Idade	Não calculado	NÃO	Faltam			
			26	Não	Não	
			anos, 1	se	se	
Aposentadoria por Tempo de Contribuição	159	mês e	aplica	aplica	1 dia	
			Não	Não		

Figura 19: Simulação de Tempo de Contribuição.



Atenção! Essa é apenas uma simulação e não garante o benefício. O INSS pode pedir documentos para confirmar o direito.

4

Seleção da Unidade

14. Na tela Busca de Unidade informe o CEP, consulte por cidade ou faça a busca conforme a localização.



Figura 20: Tela de busca da Unidade.

Escolha a agência do INSS em que deseja manter o benefício.



Figura 21: Seleção da Unidade.

15. Em seguida, escolha o local onde deseja receber o pagamento. E siga para o botão Avançar.



Figura 22: Seleção de Órgão Pagador.



Atenção! O local pode ser alterado a depender das regras do INSS.

5

Confirmação dados do pedido

16. Agora, confira os dados. Tudo certo? Marque a caixinha Declaro que li e concordo com as informações acima e depois siga para o botão Avançar.

Atendimento à Distância

Serviço: Aposentadoria por Idade	Unidade Responsável: Central de Análise do INSS	Unidade de Protocolo: AGÊNCIA CAMPINA GRANDE - CATOLE	CEP: 58410340	Endereço: RUA VIGÁRIO CALIXTO, 418	Município: CAMPINA GRANDE - PB
-------------------------------------	--	--	------------------	---------------------------------------	-----------------------------------

Dados do Requerente

Nome Completo:	CPF:	Nascimento:	E-mail:	Celular:	Você aceita acompanhar o andamento do processo pelo Meu INSS, Central 135 ou e-mail?
Bi	Sim	Caso não possua os requisitos ao benefício na data de hoje, autoriza o INSS a alterar a data do pedido para atender às condições para o benefício?	Não	Possui aposentadoria ou pensão RPPS?	Não

Dados do Pagamento

Órgão Pagador:	Bairro:	Endereço:
----------------	---------	-----------

Informações Adicionais

Informações Gerais:

Este atendimento é realizado à distância.

Você só precisa ir até o INSS para fazer perícia médica, quando for o caso, ou para entregar algum documento, se for solicitado.

Se o seu pedido de benefício for aprovado, você receberá todo o valor a que tem direito a partir da data em que foi feito o pedido.

Para acompanhar o andamento do seu pedido:

1. Aplicativo / Site Meu INSS.

Clique em entrar e faça o "login".

Digite seu CPF e senha de acesso.

Clique na opção "Consultar Pedidos".

Localize seu processo na página.

Clique em "Detalhar".

2. Telefone 135:
De segunda a sábado, de 7h às 22h

Declaro que:
Tudo o que informei na minha solicitação é verdade. Sei que estas informações serão usadas na análise do meu pedido. Estou ciente das penalidades previstas nos art. 171 e 299 do Código Penal (http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/Del2848compilado.htm) e sei que terei que devolver os valores do benefício, caso os receba de forma indevida.

O atendimento deste serviço será realizado à distância, não sendo necessário o comparecimento presencial nas unidades do INSS, a não ser quando solicitado para eventual comprovação. É possível acompanhar o andamento do requerimento pela opção "Consultar".

Declaro que li e concordo com as informações acima



Figura 23: Confirmação de dados do pedido.



Pronto! Seu pedido foi feito com sucesso.

3

Acompanhar o Pedido

É possível acompanhar o andamento do pedido sem sair de casa:

- Acesse a página do [Meu INSS](#)
- Informe seu CPF e siga para o botão **Continuar**
- Coloque sua senha gov.br e siga para o botão **Entrar**
- Escolha a opção **Consultar Pedidos**

Nesta área, você tem acesso a todos os pedidos já feitos. Eles podem estar:

- **Em Análise** - o INSS está analisando o seu processo.
- **Concluído** - o seu processo já foi analisado.
- **Em Exigência** - o pedido precisa de mais informações ou documentos.
- **Cancelado** - seu pedido foi cancelado.

Ah! Em **Detalhar** é possível saber mais informações sobre o seu pedido.





Diretoria de Tecnologia da Informação
Coordenação-Geral de Sistemas e Automação

Produzido em 07/2024

Atualizado em 11/2025