

DATOS DE CONTACTO PARA MAYOR INFORMACIÓN

Datos de las 11 AFORE: apartado “Contacta a tu AFORE” en
www.gob.mx/consar

•
SARTEL EUA: **1844 582 4933**

•
SARTEL México: **(+52 55) 13-28-5000**

•
Comisión Nacional del Sistema de Ahorro para el Retiro
(CONSAR): **www.gob.mx/consar**

•
Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios
de Servicios Financieros (Condusef): **www.gob.mx/condusef**

•
Instituto de los Mexicanos en el Exterior (IME):
www.gob.mx/ime

•
Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS)
www.gob.mx/imss

•
Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores
del Estado (ISSSTE) **www.gob.mx/issste**

Síguenos en:



SHCP
SECRETARÍA DE HACIENDA
Y CRÉDITO PÚBLICO



CONSAR
Comisión Nacional del Sistema de Ahorro para el Retiro

INSTITUTO DE LOS
MEXICANOS EN
EL EXTERIOR



10 COSAS

QUE DEBES SABER SOBRE EL
AHORRO PARA EL RETIRO
SI REGRESAS A MÉXICO O
PERMANECES EN EL EXTRANJERO



Sistema de Ahorro para el Retiro de México

Si eres uno de los millones de mexicanos que estuvo trabajando antes de migrar (cotizaste para el IMSS o el ISSSTE) o si quieres abrir una cuenta de ahorro para el retiro en México, entonces esto te interesa:

1. ¿Cómo sé si tengo una cuenta AFORE?

Si no recuerdas cuál es, localízala siguiendo estos sencillos pasos:

a) Por teléfono

- ▶ Desde Canadá y EUA: Llama al **1-844-582-4933** y selecciona la **opción 1**
- ▶ Desde México: Llama a SARTEL México: (01 55) 13-28-5000 y selecciona la opción 2

Es muy importante que tengas a la mano tu CURP* o Número de Seguridad Social**

b) Vía internet

- ▶ Ingresa al portal E-SAR (www.e-sar.com.mx)
- ▶ Selecciona la sección “**Localiza tu AFORE**”
- ▶ Ingresa los datos solicitados (Número de Seguridad Social o CURP y una dirección de correo electrónico)



c) AforeMóvil

- ▶ Descarga AforeMóvil de tiendas virtuales
- ▶ Ingresa tu CURP, Correo electrónico, número celular y continua con los pasos que te indica la aplicación. Es muy importante que tengas alguna de estas identificaciones a la mano:

- IFE/INE
- Pasaporte Mexicano
- Matricula Consular



Una vez que localices tu AFORE puedes contactarla para que te proporcione más información de tu Cuenta.

Datos que debes tomar en cuenta

- ▶ Las AFORE no aceptan cheques de otros países, pero puedes cambiar un “cheque de viaje” por moneda local en casi todos los bancos de México o en casas de cambio.
- ▶ Tus aportaciones de Ahorro Voluntario deberán ser en pesos mexicanos.

Consulta más información en la Sección “Todo sobre el Ahorro Voluntario” en la página de la CONSAR.

10. ¿Qué monto debo ahorrar voluntariamente en mi cuenta AFORE?

Consulta la calculadora de ahorro que te permitirá estimar las diversas posibilidades de ahorro voluntario que debes realizar, con el fin de que observes cómo impacta este ahorro en el monto de la pensión al finalizar tu vida laboral.

Para realizar los cálculos puedes descargar **AforeMóvil** o ingresar en la **página de la CONSAR** para buscar “calculadoras de ahorro y retiro”

¡Tu ahorro para el retiro es el patrimonio para tu futuro!



Puedes utilizar una cuenta bancaria, una tarjeta de débito o de crédito. Participan todas las cuentas o tarjetas emitidas por bancos de Estados Unidos



*Si no recuerdas tu CURP ingresa en la [página de RENAPO](#)

**Si no tienes NSS ingresa en la [página del IMSS](#) para obtener mayor información

Este apoderado podrá realizar los siguientes trámites:

- a) Registro de Cuenta AFORE.
- b) Traspaso de una AFORE a otra.
- c) Modificación o actualización de tus datos.
- d) Disposición de tus aportaciones de Ahorro Voluntario.
- e) Retiro de recursos.

9. ¿Cómo puedo incrementar el saldo de mi cuenta AFORE para tener una mejor pensión?

La manera más sencilla es haciendo aportaciones voluntarias a tu cuenta AFORE. Si encuentras en el extranjero, puedes hacer Ahorro Voluntario de las siguientes maneras:

a) Vía AforeMóvil: realizando cargos únicos o recurrentes a cuentas, bancos mexicanos o con los bancos participantes en Estados Unidos, consulta los bancos participantes en AforeMóvil.com

b) Vía uLink: realiza envíos de dinero a cuentas AFORE a través de la plataforma uLink de UniTeller. Descarga la aplicación en tu celular o ingresa a uLinkremit.com, registra tus datos, agrega el método de pago***** y confirma tu envío.

c) Por medio de tus familiares o conocidos: Puedes enviarle dinero a tus familiares y solicitarle que los deposite en tu cuenta AFORE a través de 7-Eleven, Chedraui, Farmacias de Ahorro, Circulo K, Tiendas Extra, Telecomm, Bansefi, Red de la Gente, Yastás o Punto Recarga. Sólo necesitarán proporcionar tu CURP.



2. ¿Cómo sé cuánto dinero tengo ahorrado para mi retiro?

Si ya te registraste en AforeMóvil podrás consultar tu saldo o solicitar tu estado de cuenta en cualquier momento***.

Puedes consultar tu saldo en tu estado de cuenta, te recordamos que las AFORES tienen la obligación de enviártelo tres veces al año. Sino lo recibes verifica con tu AFORE que tu domicilio en México esté actualizado o solicita su envío a través de correo electrónico.

Si deseas conocer más acerca del estado de cuenta ingresa a www.gob.mx/consar y busca “Nuevo Estado de Cuenta AFORE”.

3. ¿Cómo solicito la devolución de mi ahorro para el retiro?

Si cotizaste al IMSS o al ISSSTE, tienes 65 años o más y no has retirado tus recursos, puedes recuperarlos llenando tu pre-solicitud de retiro en la página www.e-sar.com.mx Si tienes dudas llama SARTEL EUA 1844 582 4933 o SARTEL México (+52 55) 13-28-5000.

Te recordamos que si no cumples con la edad o los requisitos de pensión, podrás disponer parcialmente de tu ahorro por concepto de desempleo, solo deberás cumplir con los requisitos establecidos que son: a) tener 46 días de desempleado y b) que hayan transcurrido 5 años a partir del último retiro.

También, puedes tramitar desde Estados Unidos el retiro de recursos de tu cuenta AFORE a través de un apoderado legal (ver pregunta 8).

Si deseas consultar los requisitos necesarios para iniciar tu trámite de pensión ingresa a la página de la CONSAR y busca “Todo sobre el retiro de recursos del SAR”

4. ¿Mis beneficiarios pueden retirar los recursos de mi ahorro para el retiro en caso de que fallezca?

Los recursos de tu ahorro para el retiro son heredables a tus beneficiarios en caso de fallecimiento, pero si están fuera del país solo podrán recuperarlos viniendo a México y para ello deberán tener

*** Consulta las AFORES participantes en el esquema

derecho a una pensión que les otorgue el IMSS o el ISSSTE. Si no obtienen una pensión deben tramitar ante la Junta o el Tribunal Federal de Conciliación y Arbitraje la designación de beneficiarios. Posteriormente ellos deberán acudir a la sucursal de la AFORE para iniciar el trámite de retiro.



Te recordamos que los beneficiarios son:

Si cotizaste al IMSS: La esposa o concubina, los hijos menores de 16 años (hasta los 25 años si están estudiando), y los padres o abuelos del trabajador (si no tenía esposa ni hijos).

Si cotizaste al ISSSTE: La esposa, esposo, concubina o concubinario; los hijos menores de 18 años (hasta los 25 años si están estudiando, siguen solteros y no trabajan), y los padres o abuelos del trabajador (si no tenía esposa ni hijos).

En caso de que no hayas asignado tus beneficiarios o desees actualizarlos, podrás realizarlo a través de AforeMóvil.

Consulta más información en la CONSAR “retiro por beneficiarios”

5. Si ya estoy en México o planeo regresar próximamente, ¿qué pasa si encuentro trabajo y vuelvo a cotizar al IMSS o al ISSSTE?

En cuanto empieces a cotizar al IMSS o al ISSSTE se reactivarían tus cotizaciones, es decir, bimestralmente tú, el patrón y el gobierno realizarían aportaciones obligatorias a tu Cuenta AFORE, por lo tanto tu antigüedad se seguirá acumulando.

Te sugerimos que acudas al Instituto de Seguridad Social para el que cotices (IMSS o ISSSTE), con el fin de informarte sobre tu conservación de derechos y cuántas semanas cotizadas tienes. Asimismo, deberás actualizar el nombre de tus beneficiarios.

6. ¿Puedo juntar las aportaciones que hice en México con lo que coticé en el extranjero?

Por el momento no existe un convenio bilateral que permita conjuntar las aportaciones de ambos sistemas, es decir se rigen por reglas distintas para determinar derecho a la pensión.

7. Si yo nunca cotice al IMSS o al ISSSTE y vivo en el extranjero ¿Puedo tener una cuenta AFORE y ahorrar para mi retiro?

Sí puedes tener una cuenta AFORE, considera las siguientes opciones:

a) Descarga AforeMóvil

Descarga y regístrate en AforeMóvil, selecciona la AFORE de tu conveniencia y realiza tu primera Aportación Voluntaria**** para que podamos confirmar tu solicitud.

b) Vía internet

Ingresa a www.e-sar.com.mx

Selecciona la sección “Pre-solicitud de registro”

c) A través de un apoderado legal

Consulta más información en la página de la CONSAR buscando “acciones y programas trabajadores independientes”.

8. ¿Qué debo hacer si estoy en EUA y quiero realizar un trámite a través de un apoderado legal que radique en México?

Si te encuentras en el extranjero y quieres que un apoderado realice tus trámites en México, puedes solicitar el poder ante la Embajada o Consulados de México en el exterior (los poderes que ahí te otorguen no requieren apostillado, legalizado, ni traducción al español), o ante algún fedatario (en este caso el poder sí requiere estar apostillado, legalizado y traducido al español por un perito).



****A través de la APP: siempre y cuando tengas una cuenta bancaria en una institución que opere en México. Envía a tu familiar de confianza \$50 para que los deposite en tu cuenta AFORE. Ellos podrán depositarlo a través de Chedraui, 7Eleven, Farmacias del Ahorro, Telecomm o Bansefi. Solo necesitan tu CURP.