

# Prestaciones de baja por maternidad de las autónomas

*Infoautónomos* Web de referencia en información y servicios para autónomos emprendedores y pymes

En este artículo te vamos a explicar:

1. [¿Qué es la baja por maternidad de los autónomos?](#)
2. [Requisitos de acceso a la baja por maternidad](#)
3. [Duración de la baja por maternidad](#)
4. [Cuantía de la prestación por maternidad](#)
5. [Cómo solicitar la baja por maternidad](#)
6. [Bonificación de la cuota de autónomos en bajas de maternidad y paternidad](#)
7. [Ayudas y bonificaciones para autónomos en baja por maternidad](#)
8. [Novedades a partir de 2025](#)

## 1. ¿Qué es la baja por maternidad de los autónomos?

La baja por maternidad de los [autónomos](#) es un período reconocido por ley durante el cual las trabajadoras autónomas pueden cesar su actividad laboral debido al parto, adopción o acogimiento, disfrutando de una prestación económica.

Este derecho busca garantizar la protección de la salud de la madre y el recién nacido, así como su bienestar económico durante este periodo crucial.

Durante el mismo, tanto las madres como los padres autónomos tienen derecho a una prestación en función de su base reguladora de los últimos meses, sin tener que trabajar durante el tiempo de baja.

Así, la baja por maternidad da derecho a **disfrutar de una prestación con un descanso de 16 semanas** en caso de tener un hijo.

[Servicios de gestoría online para autónomos](#)

## 2. Requisitos de acceso a la baja por maternidad

Para acceder a la baja por maternidad se deben cumplir los siguientes **requisitos**:

- Estar afiliadas y en alta en el [Régimen Especial de Trabajadores Autónomos \(RETA\)](#).
- Haber cotizado los siguientes periodos mínimos:
  - Con más de 26 años: haber cotizado un mínimo de 180 días en los últimos 7 años, o 360 días en toda la vida laboral.
  - Entre 21 y 26 años: haber cotizado un mínimo de 90 días en los últimos 7 años, o 180 días en toda la vida laboral.
  - Con menos de 21 años: no se exige periodo mínimo de cotización.
- Presentar el informe de baja a la Seguridad Social en un plazo máximo de 15 días tras el nacimiento, adopción, acogida o tutela.
- Estar al corriente en el pago de las cuotas a la Seguridad Social.

## 3. Duración de la baja por maternidad

La duración de la baja por maternidad es de **16 semanas ininterrumpidas**, ampliables en casos de parto múltiple, adopción o acogimiento múltiples, o en situaciones de discapacidad del hijo.

Las **primeras 6 semanas posteriores al parto deben ser disfrutadas de forma obligatoria por la madre**, mientras que el resto puede distribuirse según prefiera.

Por tanto, 10 de las 16 semanas se pueden pasar al progenitor si la autónoma lo desea, aunque siempre es obligatorio que las 6 semanas posteriores al nacimiento, adopción o acogida sean para la madre.

## 4. Cuantía de la prestación por maternidad

La prestación económica por maternidad equivale al **100 % de la base reguladora** diaria, calculada en función de la base por la que la autónoma haya cotizado durante el mes anterior al inicio de la baja.

Este importe se recibe desde el primer día de baja hasta la finalización del período de descanso por maternidad.

Además, durante el periodo de baja por maternidad, se obtiene una **bonificación del 100 % de la [cuota de autónomos](#)** desde el primer momento.

Y en caso de que la madre cese su actividad tras dar a luz, podrá retomarla acogiéndose a la [tarifa plana](#) de nuevo, aunque no cumpliera con el requisito de tiempo establecido.

## 5. Cómo solicitar la baja por maternidad

La solicitud de la baja por maternidad se realiza ante el Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS).

Para ello, es necesario presentar la siguiente **documentación**:

- DNI.
- Informe médico del parto.
- Libro de familia o certificación de inscripción del hijo en el Registro Civil.
- Declaración de situación de actividad como trabajadora por cuenta propia.

Dicha documentación **se puede presentar por dos vías**:

- **Internet**: accediendo al portal [Tu Seguridad Social](#). Requiere de certificado digital o DNI electrónico.
- **Presencial**: en las oficinas del Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS). Para ello, tienes que solicitar cita previa a través de su página web, en el teléfono 901 106 570 o con la App Cita Previa.

Por último, recuerda que para cobrar la prestación por maternidad tienes que solicitarla dentro de los **15 días** posteriores al parto, adopción o acogimiento familiar.

## 6. Bonificación de la cuota de autónomos en bajas de maternidad y paternidad

Durante el período de baja por maternidad, las autónomas están **exentas de pagar la cuota de autónomos**, manteniendo su cobertura.

Esta bonificación se aplica también en casos de baja por paternidad, garantizando así el derecho a la conciliación de la vida familiar y laboral.

## 7. Ayudas y bonificaciones para autónomos en baja por maternidad

Además de la prestación por maternidad, existen otras [ayudas](#) y bonificaciones dirigidas a las autónomas para facilitar su reincorporación al trabajo.

Entre estas, se encuentra la bonificación del 100 % de la cuota de autónomos durante 12 meses para facilitar la contratación de un sustituto mediante el contrato de interinidad.

Y también, en algunas comunidades autónomas, existen ayudas adicionales destinadas a las madres autónomas para apoyarlas durante el periodo de baja.

La baja por maternidad es un derecho fundamental para garantizar la salud y el bienestar de las madres y sus hijos.

Para las trabajadoras autónomas, conocer en profundidad estos aspectos es esencial para poder planificar y disfrutar de este período tan importante en sus vidas y en las de sus familias.

## 8. Novedades a partir de 2025

Desde el 30 de julio de 2025 ha entrado en vigor una ampliación del permiso por nacimiento y cuidado del menor que también beneficia a las trabajadoras y trabajadores autónomos.

Según ha confirmado el Gobierno, estas nuevas semanas de permiso retribuido **se aplicarán por igual a personas asalariadas, empleadas públicas y autónomas**.

Así lo aseguró la vicepresidenta segunda y ministra de Trabajo, Yolanda Díaz, durante la rueda de prensa posterior al Consejo de Ministros, indicando que con esta medida “se refuerza la corresponsabilidad en todos los regímenes de la Seguridad Social”.

Con esta modificación, la baja por nacimiento pasa a ser de **17 semanas** (antes 16), y se suman **2 semanas adicionales retribuidas** para el cuidado del hijo o hija, que pueden disfrutarse en cualquier momento hasta que cumpla 8 años.

Estas semanas están **cubiertas por la Seguridad Social**, siempre que se cumplan los requisitos de alta y cotización habituales.

Si se trata de una familia monoparental, el permiso se amplía hasta un máximo de 32 semanas, de las cuales 4 están destinadas al cuidado del menor y también están retribuidas.

Estas mejoras se aplican con carácter retroactivo desde el 2 de agosto de 2024.

Por tanto, si tu hijo o hija nació, fue adoptado o acogido a partir de esa fecha, podrás solicitar estas semanas adicionales a partir del 1 de enero de 2026, sin necesidad de volver a presentar toda la documentación.

Según indicó también el Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones, estas medidas forman parte del cumplimiento de la normativa europea y garantizan que **autónomas y autónomos gocen de los mismos derechos básicos de conciliación que el resto de trabajadores**.