

¿CUÁNTAS SEMANAS NECESITAS PARA PENSIONARTE? EN 2026 CAMBIÓ LA REGLA PARA LAS MUJERES

Desde el mes de enero de 2026, por decisiones de la Corte Constitucional, se ha reducido para las mujeres el número de semanas cotizadas al Sistema de Seguridad Social en pensiones requerido para adquirir el derecho a la pensión de vejez en el Régimen de Prima Media y a la garantía de pensión mínima en el Régimen de Ahorro Individual con Solidaridad.

Recordemos que, de acuerdo con la legislación colombiana, para acceder a la pensión de vejez o a la garantía de pensión mínima es necesario cumplir tanto el requisito de edad como el de semanas cotizadas al Sistema de Seguridad Social en pensiones. Antes del año 2026, estos requisitos consistían en:

Género	Régimen de Prima Media Art. 33 Ley 100 de 1993		Régimen de Ahorro Individual con Solidaridad Art. 65 Ley 100 de 1993	
	Edad	Semanas	Edad	Semanas
Mujer	57	1.300	57	1.150
Hombre	62	1.300	62	1.150

No obstante lo anterior, mediante las Sentencias C-197 de 2023 y C-054 de 2024, la Corte Constitucional adelantó un control de constitucionalidad en el que analizó el requisito de semanas exigido a las mujeres, con el fin de determinar si la exigencia de un requisito uniforme frente a los hombres desconocía derechos como la igualdad, la protección especial a la mujer en particular a la mujer cabeza de familia y el derecho a la seguridad social.

En dichas decisiones, la Corte concluyó que el análisis debía realizarse desde una perspectiva histórica y social, teniendo en cuenta las barreras que enfrentan las mujeres para mantenerse activas en el mercado laboral, especialmente por su rol en labores de cuidado y maternidad.

Debido a estas inequidades en materia de protección social y acceso a la pensión, la Corte consideró necesario adoptar medidas diferenciales que permitieran cerrar la brecha entre hombres y mujeres, mediante el reconocimiento de una protección especial en el Sistema de Seguridad Social Integral.

En consecuencia, la Corte Constitucional instó al Gobierno Nacional y al Congreso de la República para que definieran un régimen que garantizara condiciones de acceso equitativas a la pensión de vejez para las mujeres. Se estableció que dicha regulación debía entrar en vigencia a partir del 1º de enero de 2026 y que, en caso de no expedirse, aplicaría una reducción gradual del número de semanas, en los términos fijados por la propia Corte.

En el Régimen de Prima Media, las mujeres deberán continuar cumpliendo el requisito de edad de cincuenta y siete (57) años; sin embargo, el número de semanas se reduce en cincuenta (50) semanas a partir del 1º de enero de 2026 y, posteriormente, en veinticinco (25) semanas por año hasta alcanzar un total de mil (1.000) semanas en el año 2036.

Por su parte, en el Régimen de Ahorro Individual con Solidaridad, las mujeres también deberán cumplir con la edad de cincuenta y siete (57) años, mientras que el requisito de semanas para acceder a la garantía de pensión mínima se reduce en veinticinco (25) semanas a partir del 1º de enero de 2026 y, posteriormente, en quince (15) semanas por año hasta llegar a mil (1.000) semanas en el año 2035.

Régimen de Prima Media		Régimen de Ahorro Individual con Solidaridad	
Fecha	Reducción	Fecha	Reducción
1 de enero de 2026	1.250	1 de enero de 2026	1.135
1 de enero de 2027	1.225	1 de enero de 2027	1.120
1 de enero de 2028	1.200	1 de enero de 2028	1.105
1 de enero de 2029	1.175	1 de enero de 2029	1.090
1 de enero de 2030	1.150	1 de enero de 2030	1.075
1 de enero de 2031	1.125	1 de enero de 2031	1.060
1 de enero de 2032	1.100	1 de enero de 2032	1.055
1 de enero de 2033	1.075	1 de enero de 2033	1.030
1 de enero de 2034	1.050	1 de enero de 2034	1.015
1 de enero de 2035	1.025	1 de enero de 2035	1.000
1 de enero de 2036	1.000		

Adicionalmente, se destaca que, con la expedición de la Ley 2381 de 2024, se creó una ventana de traslado que permite a los afiliados beneficiarios del régimen de transición trasladarse entre el Régimen de Prima Media y el Régimen de Ahorro Individual con Solidaridad, incluso si se encuentran a menos de diez (10) años de cumplir la edad pensional. Esta posibilidad estará vigente hasta el dieciséis (16) de julio de 2026.

En este contexto, existe una oportunidad para que las trabajadoras que se encuentren a menos de diez (10) años de cumplir la edad pensional y cuenten con más de setecientas cincuenta (750) semanas cotizadas evalúen la posibilidad de trasladarse al Régimen de Prima Media, con el fin de beneficiarse tanto de la garantía de pensión mínima como de la reducción gradual del requisito de semanas.

De igual forma, las organizaciones pueden evaluar si alguno de sus colaboradores se encuentra en estas condiciones y, de manera preventiva, brindarles orientación para que conozcan la alternativa pensional que mejor se ajuste a su situación.

En Scola Abogados te acompañamos en cada paso hacia tu pensión. Si eres persona natural u organización y deseas conocer cuál es la mejor opción pensional en tu caso, nuestro equipo de Seguridad Social está listo para brindarte una asesoría integral y personalizada.



Por: Johan Esteban Rodríguez
jerodriguez@scolalegal.com