

Como Receber Aposentadoria Brasileira no Exterior em 2025

■ Sonha em viver fora do Brasil? A sua aposentadoria pode te acompanhar.

Muitos brasileiros aposentados estão descobrindo que podem ter mais qualidade de vida e poder de compra morando no exterior — especialmente em países onde o real ainda tem algum valor e a vida é mais tranquila. A dúvida é: posso continuar recebendo meu INSS mesmo morando fora? A resposta é sim, e o processo não é tão complicado quanto parece. Basta seguir alguns passos e evitar armadilhas comuns.

■ 1. É possível receber aposentadoria brasileira no exterior?

Sim. O INSS permite o pagamento de aposentadoria para brasileiros residentes no exterior, desde que você: tenha uma conta bancária habilitada para receber do INSS; informe sua nova residência; faça a prova de vida anual exigida, mesmo fora do Brasil; esteja em situação regular com a Receita Federal e Imposto de Renda.

■ 2. Países com Acordo Previdenciário com o Brasil (2025)

Se você vai morar em um país que tem acordo previdenciário internacional com o Brasil, tudo fica mais fácil. Esse acordo permite transferência de benefícios e tempo de contribuição reconhecido.

Principais países com acordo ativo: Portugal, Espanha, Itália, Alemanha, Japão, Canadá, Uruguai, Chile, Cabo Verde, Grécia, Turquia, Luxemburgo, Suíça.

■ 3. Como receber seu benefício no exterior

Você tem 2 caminhos práticos: A. Conta no Brasil: - Mantenha sua conta em banco brasileiro - Use apps de câmbio como Wise, Remessa Online, C6 Global ou Nomad B. Conta em banco no exterior: - Países com acordo permitem transferência direta do INSS - Exige trâmites no consulado ou INSS

■ 4. Prova de Vida no Exterior (obrigatória)

Faça sua prova de vida por consulado, aplicativo Meu INSS, ou envio de documentos com firma reconhecida. Se não fizer, o benefício pode ser suspenso.

■ 5. Imposto de Renda e situação fiscal

Você pode continuar declarando o IR como residente no Brasil ou como não residente. Para não residentes, é obrigatório enviar a Comunicação de Saída Definitiva do País à Receita Federal.

■ 6. Dicas práticas para evitar dor de cabeça

- Avise o INSS da sua saída - Mantenha contatos no Brasil - Tenha cópias digitais dos documentos
- Atualize o Meu INSS - Não cancele o CPF ou conta bancária cedo demais

■ Conclusão

Você trabalhou a vida inteira. Agora é hora de viver com mais paz. Com planejamento, você pode morar no exterior e continuar recebendo seus benefícios de forma segura, legal e confortável.