

## Mexicanos en los EEUU y su posible pensión

Eugenio Herrera Nuño  
(06.ABRIL.2026)

**De acuerdo con cifras oficiales este año**, la población mexicana en Estados Unidos enfrenta un entorno de alta fiscalización, principalmente tras el endurecimiento de políticas migratorias.

### Situación Migratoria y Deportaciones (2025-2026)

- **Altas deportaciones:** Se han registrado cerca de **190,000 mexicanos repatriados** desde enero de 2025, según reportes, con la mayoría (79%) retornando por vía terrestre. (calculamos 2,260 para Ags.)
- **Encuentros fronterizos:** Entre enero de 2025 y febrero de 2026, las autoridades estadounidenses registraron **140,115 encuentros con ciudadanos mexicanos en la frontera.** (calculamos 1,962 para Ags.)

**Retorno forzado:** La **Organización Internacional para las Migraciones (OIM)** señala que el **83% de los mexicanos que regresaron al país entre 2023 y 2025 lo hicieron de manera forzada** por las autoridades estadounidenses.

- **Atención a repatriados:** El gobierno mexicano activó el programa "México te abraza" en la frontera para asistir a los

### Nacionalizaciones y Ciudadanía

- **Récord de solicitudes:** Ante la incertidumbre, hubo un aumento significativo del 153% en el número de mexicanos que se nacionalizaron en Estados Unidos durante 2025, **superando los 125,000 registros, lo que refleja un intento por asegurar su estatus legal.** (calculamos 1,750 originarios de Ags.)

### Tendencias de la Comunidad

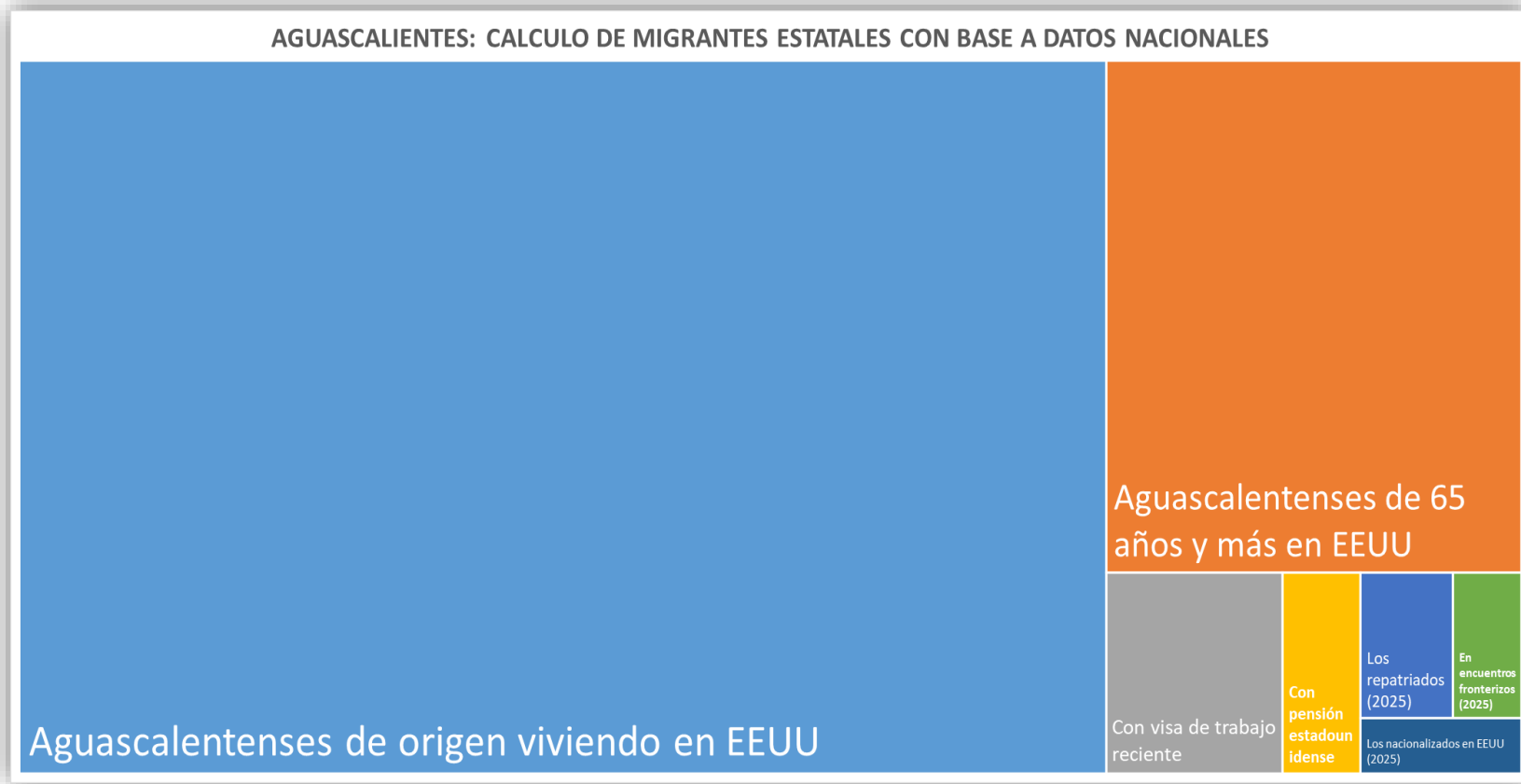
- Presencia continua: A pesar de los esfuerzos de control migratorio, **los mexicanos (primera, segunda y tercera generación)** siguen siendo el grupo inmigrante más numeroso, **superando los 39 millones de personas en EE. UU. en 2025.** (calculamos que son más de 400 mil de Ags.)
- Causas de retorno: **El 96% de los mexicanos retornados encuestados mencionaron razones económicas para emigrar y el 21% por seguridad,** mientras que la mayoría de los retornados son hombres, originarios principalmente de Guerrero, Oaxaca y Michoacán, estados con alta intensidad migratoria reciente.

### Contexto Político

- Endurecimiento de políticas: El inicio de la administración de Donald Trump en 2025 marcó un cambio hacia políticas de detención y expulsión más estrictas.
- Fallecimientos: La Secretaría de Relaciones Exteriores (SRE) ha señalado la muerte de al menos 13 mexicanos bajo custodia del ICE entre 2025 y principios de 2026.
- Según un análisis del **Centro de Investigación PEW, el número de mexicanos que abandonan Estados Unidos es mayor que el de los que llegan.** Datos gubernamentales de ambos países también muestran que el flujo de inmigrantes mexicanos entre Estados Unidos y México se encuentra en su nivel más bajo desde la década de 1990.

## Situación Laboral y Demográfica

- **Volumen de trabajadores:** Se estima que más de **4 millones** de mexicanos en Estados Unidos tienen 65 años o más. Muchos de ellos siguen activos económicamente para subsistir. (calculamos 42 mil originarios de Ags.)



### Aspectos clave para pensionarse en el 2026:

Requisitos: Se necesitan al menos 40 créditos de trabajo (generalmente 10 años laborando) en EE. UU. para tener derecho a una pensión de jubilación. Por lo general, se puede recibir la pensión a partir de los 62 años si se han trabajado y pagado impuestos a la **Administración del Seguro Social SSA**.

Cobro en México: Los ciudadanos estadounidenses, incluyendo mexicanos nacionalizados, pueden recibir sus pagos de la **SSA** viviendo en México y en cuentas bancarias mexicanas.

Promedio de beneficios: El beneficio mensual promedio estimado por jubilación del Seguro Social para enero de 2026 fue de aproximadamente \$2,071. Es fundamental revisar la situación particular en el **sitio oficial de la SSA ([ssa.gov/espanol](https://ssa.gov/espanol))** para asegurar el cumplimiento de las normativas vigentes desde 2025.

**Recibos en México:** Un informe indicaba que, aparte del SSI (que generalmente se pierde si se vive fuera de EE. UU. por más de 30 días), es mínimo: **60,000 personas reciben pagos de Seguro Social tradicional** (jubilación o discapacidad) viviendo en México. (calculamos 840 originarios de Ags.)

Nuevas restricciones: A partir de 2025, la SSA implementó reglas más estrictas para los no ciudadanos, suspendiendo pagos a aquellos que pasen más de seis meses fuera de EE. UU., lo que podría aumentar el número de beneficiarios registrados en Estados Unidos al exigir su presencia física para cobrar.

Restricciones de Estatus: **Los trabajadores indocumentados, aunque paguen impuestos, generalmente no son elegibles para recibir beneficios de la SSA**, a pesar de que investigaciones indican que millones de ellos contribuyen al sistema sin poder reclamarlo.

## **Total, de no ciudadanos:**

En diciembre de 2021, aproximadamente **365,714 no ciudadanos recibían SSI**, lo que representaba el 4.8% del total de beneficiarios. México es frecuentemente uno de los principales países de origen de inmigrantes en EE. UU., pero la SSA no desglosa la cifra exacta de "mexicanos" en sus informes principales de SSI, agrupándolos bajo "no ciudadanos"...

De acuerdo con datos del **Anuario de Migración y Remesas México 2024**, elaborado conjuntamente por **CONAPO, Fundación BBVA y BBVA Research**, la población migrante mexicana en el extranjero muestra un proceso de envejecimiento constante. La gran mayoría se concentra en Estados Unidos.

### **Perfil de edad de los migrantes mexicanos**

Edad mediana: la edad mediana de los hombres migrantes era de 44 años, mientras que para las mujeres era de 46 años.

Envejecimiento: En las últimas tres décadas ha habido una transición de una población principalmente joven a una de mayor edad.

### **Demografía: distribución por grupos de edad (tendencia histórica reciente):**

**0-14 años:** Representan una minoría del flujo, aunque con presencia significativa de menores en tránsito.

**15-29 años:** Históricamente el grupo de mayor movilidad, aunque su proporción ha disminuido en favor de grupos de mayor edad.

**30-44 años:** Grupo de alta concentración laboral.

**45-64 años y 65+:** Aumento constante en la población mayor de 45 años, reflejando el envejecimiento de la cohorte migratoria establecida.

**Volumen poblacional: Se mantiene estable, con aproximadamente 12 millones de personas nacidas en México viviendo en EE.UU. Además de los nacidos en México, hay 40.6 millones de personas de origen mexicano, pero de segunda y tercera generación.**

Miles de mexicanos y ciudadanos estadounidenses jubilados reciben pensiones del Seguro Social de EE. UU. en México, con concentraciones notables en estados como Jalisco, Michoacán y Baja California. **Jalisco lidera con más de 22,000 beneficiarios de pensiones estadounidenses.** Aguascalientes recibe más de 12 millones de dólares estadounidenses al año en pensiones americanas, lo que representa un aumento significativo en comparación con años anteriores. Actualmente, hay aproximadamente **1,476 beneficiarios en Aguascalientes**, quienes reciben estos fondos a través de la colaboración del Consulado Norteamericano y la Secretaría General de Gobierno.

**La población de inmigrantes mexicanos que vive en Estados Unidos está envejeciendo y muchos no tienen una pensión adecuada o suficientes ahorros para mantenerse.** Desde la red, que representa a más de 70 organizaciones migrantes en Estados Unidos, urgen al Gobierno mexicano a que implante la Pensión Bienestar para estas personas.

**Casi dos millones de migrantes mexicanos en Estados Unidos tienen más de 65 años y de estos, alrededor de medio millón son indocumentados.** Sin posibilidad de trabajar y sin una pensión, todos estos adultos mayores han quedado atrapados en los márgenes de un sistema que los abandona a su suerte y se niega a darles más trabajo.