

# Cómo descargar la vida laboral. Paso a paso.



## Paso 1:

Acceder a la sede electrónica de la seguridad social.

Para ello escribimos *vida laboral* en el navegador web. A posteriori haremos clic en el primer resultado para acceder a la web.

O seguimos el siguiente enlace: [Vida Laboral](#).

The screenshot shows a Google search for "vida laboral". The search bar contains the text "vida laboral". Below the search bar, there are navigation options: "Todo", "Noticias", "Vídeos", "Imágenes", "Maps", "Más", "Configuración", and "Herramientas". The search results show approximately 227,000,000 results in 0.42 seconds. The first result is from "sede.seg-social.gob.es" and is titled "Informe de vida laboral - Ciudadano Detalle". Below the title, there is a brief description: "Informe de vida laboral < Volver. A través de este servicio podrá obtener y/o consultar on-line un informe en el que se recogen todas las situaciones de alta o baja ...". Below the description, there are links for "Ciudadanos", "Consulta de estado de ...", and "Solicitud de rectificación ...". There is also a section titled "Otras personas también buscan" with links for "vida laboral por teléfono", "acceso seguridad social", "datos seguridad social", "número seguridad social", "bases de cotización", and "subsanan error vida laboral". At the bottom, there is a link for "Vida Laboral - Ciudadano Detalle" with the subtext "Comunicación de Vida Laboral y Bases de Cotización a los trabajadores < ...".

## Paso 2:

Una vez hemos accedido a la web podremos realizar la solicitud a través de varios procesos.

En este ejemplo, emplearemos el acceso a trámite via SMS ya que no tiene ningún prerequisite.

The screenshot shows the "Informe de vida laboral" page on the Spanish Social Security website. The page has a navigation bar with "Ciudadanos", "Empresas", and "Administraciones y Mutuas". Below the navigation bar, there is a breadcrumb trail: "Inicio / Ciudadanos / Informes y Certificados". The main heading is "Informe de vida laboral" with a "< Volver" button. Below the heading, there is a description: "A través de este servicio podrá obtener y/o consultar on-line un informe en el que se recogen todas las situaciones de alta o baja de una persona en el conjunto de los distintos regímenes del sistema de la Seguridad Social." Below the description, there is a section titled "Acerca de este trámite" with a "+" icon. Below this section, there is a text: "Para acceder a este servicio compruebe los requisitos técnicos necesarios." Below the text, there is a box titled "Acceso directo a trámites" with five icons: "Certificado electrónico", "Usuario + Contraseña", "Cl@ve", "Sin certificado", and "Vía SMS". The "Vía SMS" icon is circled in red.

### Paso 3:

Dentro del trámite nos solicitan DNI o NIE, Número de teléfono y Fecha de Nacimiento. Con los campos ya cubiertos hacemos clic en aceptar y nos enlazará con una nueva página a la vez que nos llegará un mensaje al móvil con el código de acceso.

Autenticación de acceso

**Datos del usuario**

**Información**

Para poder acceder al servicio es necesario que los datos que se le solicitan en este formulario coincidan exactamente con los registrados en la Base de Datos de la Seguridad Social. Si alguno de los datos no coincide, se le mostrará un mensaje informativo advirtiéndole de esta circunstancia.

Si todos los datos son correctos, el sistema enviará a su teléfono móvil un mensaje SMS con un código de acceso para que lo introduzca usted a continuación. El hecho de acceder a este servicio e introducir voluntariamente su número de teléfono móvil, implica su autorización para que la Seguridad Social le pueda enviar mensajes SMS para este u otros propósitos informativos futuros.

**Rellene los datos que garantizan su identidad**

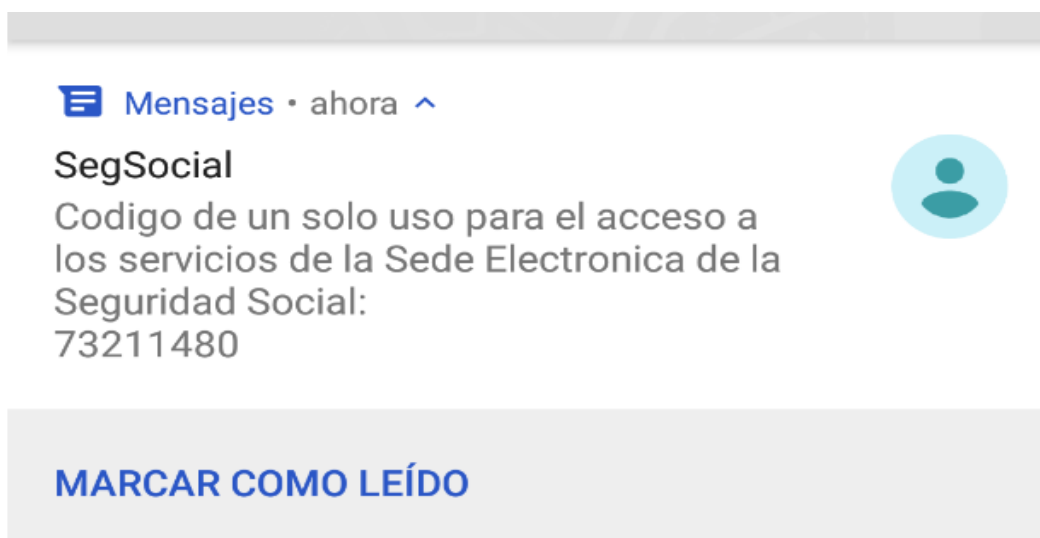
Tipo de documento  Número de documento

Prefijo y Número de teléfono móvil   Fecha de nacimiento  /  /

Copyright © Seguridad Social. 2020. Todos los derechos reservados.

### Paso 4:

Introducimos el código que nos acaba de llegar al móvil y accedemos a una nueva página que nos enlaza con nuestra vida laboral.



**Información**

Se ha enviado el código a su teléfono móvil. Por favor, introdúzcalo en la casilla indicada más abajo.

**Introduzca su código**

## Paso 5:

En esta nueva página nos viene adjunto un enlace que nos permitirá abrir la vida laboral.  
Hacemos clic en él y nos la descargamos.

Sede Electrónica de la Seguridad Social  
Informe de vida laboral

Solicitante  Documento identificativo  Número de la Seguridad Social

**Informe generado**

Pulse el enlace para obtener el informe.  
Se recomienda guardar el PDF antes de imprimirlo por si tiene problemas con la impresora.  
Una vez guardado o impreso el informe puede cerrar esta ventana.

[A través de este enlace obtiene el informe generado.](#)